



Si presenta los siguientes síntomas:

Inicio súbito

Fiebre alta

Tos

Dolor de cabeza

Escurrimiento nasal

Dolor muscular y de articulaciones

Ataque al estado general

Decaimiento y Diarrea

Llévalo a la consulta externa de su unidad de salud.

Cuidados generales:

Manter reposo en casa.

Procurar estar alejado de los demás.

Lavar frecuentemente sus manos con agua y con jabón (de preferencia líquido).

Tomar entre 5 y 8 vasos de agua al día.



Si presenta los siguientes signos de alarma:

Dificultad para respirar

Dolor de pecho

Flemas con sangre

Confusión o somnolencia

Si tienes contacto con una persona que pudiera tener influenza:

Síntomas

Vigila tu salud durante los próximos 10 días, si presentas:

- Fiebre alta
- Tos
- Dolor de cabeza
- Escurrimiento nasal
- Dolor muscular y de articulaciones
- Ataque al estado general
- Decaimiento, y
- Diarrea

Recuerda no automedicarte.

Signos de alarma

- Dificultad para respirar
- Dolor de pecho
- Flemas con sangre
- Confusión o somnolencia

Recuerda:

- Lavar tus manos frecuentemente con agua y jabón (de preferencia líquido).
- Cubrir tu boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo.
- Tirar inmediatamente el pañuelo en una bolsa de plástico y lava tus manos.
- Evita saludar de mano o de beso.
- Evita acudir a lugares concurridos.
- No compartas vasos, cubiertos o alimentos.
- Evita escupir en el suelo.



Si presentas estos síntomas, acude a tu unidad de salud.



Si presentas estos signos de alarma, acude al hospital.

