



PERÚ

Ministerio de Salud

Dirección General de Promoción de la Salud



PERÚ

Ministerio de Educación

Viceministerio de Gestión Pedagógica

Dirección de Educación Comunitaria y Ambiental



Medidas de prevención ante la influenza



¿Qué es la influenza?

Es una infección respiratoria aguda de origen viral que se contagia rápidamente.

¿Cuáles son los síntomas?

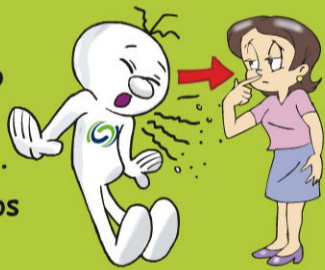
- El síntoma principal es la fiebre (mayor de 38°C)
- Secreción nasal
- Estornudos
- Tos
- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Dolores musculares o en las articulaciones
- Decaimiento
- Dificultad para respirar o respiración rápida
- En algunos casos se puede presentar vómitos y diarrea



Si tienes estos síntomas, llama a la línea gratuita de INFOSALUD 080010828

¿Cómo se transmite?

- Cuando una persona tose, estornuda o escupe.
- Al contacto de una mano contaminada.
- Mediante el uso de utensilios u objetos contaminados.



¿Qué hacer si se sospecha de la presencia de un caso de influenza A(H1N1) en la institución educativa?

- El docente deberá informar de manera inmediata a los padres o tutores del alumno.
- Comunicarse con INFOSALUD al 080010828 (llamada gratuita).
- Coordinar con el padre o tutor del alumno para que sea trasladado a su domicilio o al centro de salud más cercano, según recomiende INFOSALUD.



Recuerde:

- La nueva influenza A(H1N1) se puede prevenir.
- Esta enfermedad no se transmite por el consumo de carne de cerdo y sus derivados.
- Las personas que tengan influenza no deben ser discriminadas. Deben ser protegidas y asistidas.

¿Cómo prevenir?

Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón.



Al toser o estornudar use un pañuelo desechable o papel higiénico y arrójelo al basurero, el cual debe vaciarse con frecuencia. No lo tire al suelo.



Si no tiene pañuelo, cúbrase con el brazo. ¡Nunca se cubra con las manos!



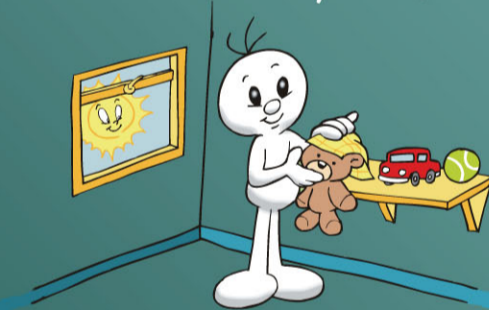
No se automedique.



Mantenga los ambientes y objetos de manipulación frecuente limpios y desinfectados.

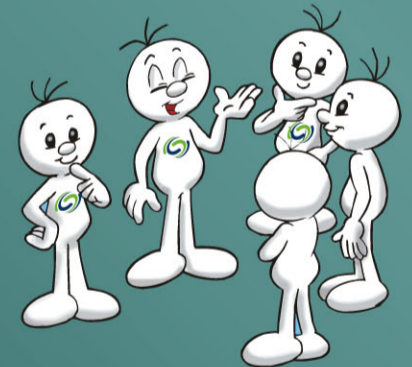


Mantenga ventiladas e iluminadas las aulas, los recintos de la institución educativa y de los hogares.



Evite permanecer en lugares cerrados que tengan gran concentración de personas.

Evite saludar con besos y dar la mano mientras estemos en peligro de epidemia.



No escupa al suelo.

No comparta vasos, cubiertos o alimentos.

Abrígue y evite los cambios bruscos de temperatura.



Si cumple con estas orientaciones evitaremos enfermarnos y derrotaremos la epidemia

* Personaje Promi utilizado con autorización de la Dirección General de Promoción de la Salud, Secretaría de Salud de México.



Llamar a la línea gratuita de INFOSALUD 080010828 y proceda de acuerdo con lo establecido por la autoridad competente del sector salud