Es la temporada de las enfermedades gripales (ILI por sus siglas en inglés)

¿Qué tienen en común las enfermedades gripales influenza, COVID y VRS?

SALUD PÚBLICA
ENFERMEDAD TRANSMISIBLE

- Las tres son infecciones de las vías respiratorias altas con síntomas similares.
- Existen vacunas para las tres que ayudan a prevenir la infección o a reducir los síntomas.
- Las medidas para prevenir el contagio de estas enfermedades son las mismas.

Síntomas comunes:

- Escurrimiento o congestión nasal
- Disminución del apetito
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de cabeza
- Cansancio

- Tos
- Estornudos
- Fiebre
- Silbido del pecho

Cómo evitar el contagio:

- Quédese en casa y evite el contacto con otras personas (incluidos los miembros de la familia) si tiene síntomas respiratorios.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Utilice un cubre boca en espacios públicos.

¿Cuándo puede volver a sus actividades normales?

Puede volver a sus actividades normales cuando AMBAS condiciones se cumplan en las siguientes 24 horas:

- Sus síntomas mejoran en general.
- No tiene fiebre sin utilizar medicamentos para bajar la fiebre.

¿Qué hacer cuando se está enfermo?

- Utilice medicamentos sin receta como el paracetamol o el ibuprofeno para controlar la fiebre y el dolor. (No dé aspirina a los niños y consulte a su médico antes de darles medicamentos sin receta para el resfriado).
- Manténgase hidratado para evitar la deshidratación, especialmente con el VRS.
- En algunos casos, su médico puede recetar medicamentos antivirales:
- La influenza y COVID pueden ser tratados con antivirales.
- El tratamiento del VRS generalmente no incluye antivirales.