

¡Mantente alerta!

No bajas la guardia ante la Influenza

Si bien se ha avanzado en el control de la enfermedad de la influenza A(H1N1), no debemos bajar la guardia, es nuestro deber seguir reforzando las medidas preventivas, acción y continuar informados sobre todo aquello concerniente al nuevo virus

La mejor manera de prevenir la influenza A(H1N1), es realizando las siguientes:

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón (al llegar de la calle, después de tocar áreas de uso común, después de ir al baño y antes de comer).
- Cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno estornudar.
- Si es necesario escupir, hacerlo en un pañuelo desechable, tirarlo a la basura Nunca escupir en el suelo.
- Lavar frecuentemente (higiene del vestido) corbatas, sacos, bufandas, abrigos, después de cada uso.
- Mantener la higiene adecuada de los entornos (casas, oficinas, centros la entrada del sol.
Limpiar superficies y objetos de uso común.
- Quedarse en casa cuando se tienen padecimientos respiratorios y acudir alguno de los síntomas (fiebre mayor a 38° C, dolor de cabeza, dolor de garganta, escurrimiento nasal, etc.).



La Influenza Estacional?

Es una enfermedad de vías respiratorias, Propia del ser humano, llamada comúnmente influenza. Se presenta principalmente durante los meses de invierno.

Es provocada por los virus de la influenza tipo A y B, diferenciándose únicamente por medio de estudios de laboratorio.

La diferencia entre el resfriado común y la influenza es ambas son enfermedades respiratorias agudas y tienen síntomas parecidos, pero son más severos los síntomas de la influenza.

¿Qué es la INFLUENZA?

Es una enfermedad respiratoria aguda causada por alguno de los tres tipos de virus de la influenza que se conocen: A, B y C.

El tipo A se subclasifica según sus proteínas de superficie: hemaglutinina (H) y neuraminidasa (N) de la cual depende su capacidad para provocar formas graves del padecimiento.

Nombre: virus de la influenza

Tipo: tipo A, tipo B o tipo C

Subtipo: el tipo A puede presentarse en hasta 144 combinaciones, desde H1N1 hasta H16N9 ya que se han detectado 16 hemaglutininas (H) y 9 neuroaminidasas (N).

Desde el punto de vista de la salud pública, el de mayor importancia es el virus de la influenza tipo A, que tiene la capacidad de infectar a humanos y algunas especies de animales tales como aves, cerdos, tigres, entre otros. El cuadro actual está relacionado a un nuevo virus identificado como influenza A (H1N1).

A promotional graphic for World Handwashing Day. It features a red circular logo with the text "yo me lavo las manos" and "¿Y TÚ?". Below the logo, it says "15 de OCTUBRE" and "Día mundial del lavado de manos." To the right, there is a cartoon character washing its hands. At the bottom right, it says "Las escuelas de México van por el Récord Mundial de Lavado de Manos. Informes aquí." and includes logos for "Global Handwashing Day" and "GUINNESS WORLD RECORDS".

¡No bajes la guardia!

El correcto lavado de manos nos protege de enfermedades virales

1

Usar jabón de preferencia líquido, si no tienes utiliza jabón de pasta en trozos pequeños



2

Talla enérgicamente las palmas, el dorso y entre los dedos



3

Lávalas por lo menos 20 segundos sin olvidar la muñeca



4

Enjuaga completamente



5

Seca las manos con papel desechable o con el secador de manos



6

Cierra la llave del agua, abre la puerta del baño con el mismo papel y tíralo en el bote de basura

