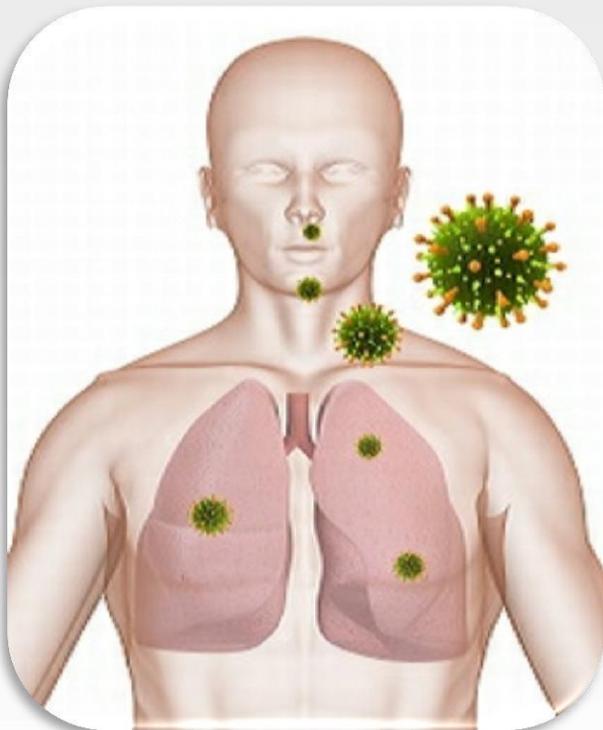


Temporada de influenza 2016-2017



¿Qué es la Influenza?

Es una enfermedad respiratoria **altamente** contagiosa que puede producir complicaciones serias.



›La nariz

›La garganta

›Los pulmones



Periodo de incubación

- **El período de incubación es de 1 a 4 días, con un promedio de 2 días.**
- **Los niños pueden transmitirlo durante un periodo de hasta 14 días, posterior al inicio de los síntomas.**
- **Los adultos que desconocen estar enfermos pueden infectar a otras personas desde un día antes de que se presenten los síntomas hasta 7 días después de contraer la enfermedad.**



Síntomas Comunes de la Influenza

- **Fiebre 38.5° C 100° F (por lo general alta y sostenida)**
- Dolor de cabeza
- Cansancio (puede llegar a ser extremo)
- Dolor de garganta
- **Tos**
- Congestión nasal
- Dolor en todo el cuerpo
- Diarrea y vómito
(más frecuente en los niños que en los adultos)



Diferencia entre Influenza y Resfriado

Enfermedades respiratorias causadas por virus y con síntomas similares.

INFLUENZA	RESFRIADO
<p data-bbox="550 743 678 782">Fiebre</p> <p data-bbox="426 858 801 896">Cansancio extremo</p> <p data-bbox="537 972 701 1011">Tos seca</p> <p data-bbox="479 1086 749 1125">Causa muerte</p>	<p data-bbox="1392 701 1576 739">No fiebre</p> <p data-bbox="1383 815 1586 853">Cansancio</p> <p data-bbox="1315 929 1653 968">Congestión nasal</p> <p data-bbox="1164 1043 1802 1082">Secreción nasal de aspecto claro</p> <p data-bbox="1093 1158 1875 1196">No provocan graves problemas de salud</p> <p data-bbox="1209 1272 1769 1310">No requieren hospitalización</p>

Formas de Contagio

El alcance es de 4-6 pies



La principal forma de transmisión es de persona a persona, a través de gotitas que quedan suspendidas en el aire después de que un paciente con influenza tose o estornuda.

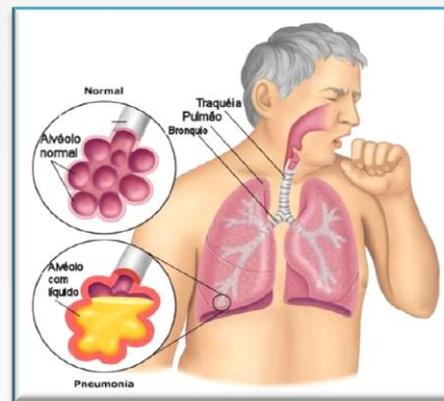
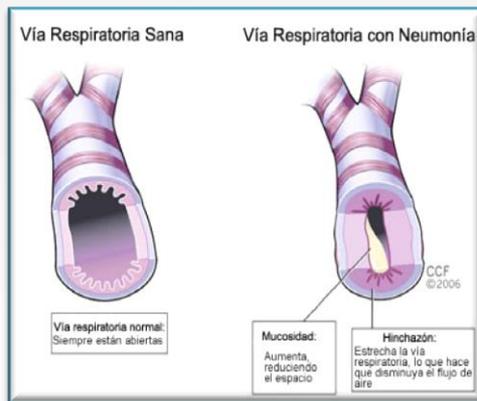
Formas de Contagio

- **Tocar objetos contaminados con gotitas provenientes de una persona infectada y se llevan a la boca y/o nariz, sin lavarse previamente las manos.**



Complicación de la Influenza

- La influenza puede causar complicaciones graves:
 - Neumonía bacteriana (**Pulmonía**)
 - Deshidratación
 - Empeoramiento de enfermedades crónicas como:
la insuficiencia cardíaca congestiva, asma o diabetes.
 - Los niños como los adultos pueden contraer **sinusitis e infecciones del oído (otitis)**.



Grupos de alto riesgo

- **Menores de 5 años**
- **Menores de 19 años que estén en tratamiento de aspirina**
- **Enfermedades pulmonares (asma)**
- **Enfermedades cardiovasculares**
- **Condiciones auto inmunes (HIV)**
- **Diabetes**
- **Mujeres embarazadas**
- **Personas obesas**
- **Mayores de 65 años**
- **Residentes de asilos**
- **Primeros respondedores**



Medidas de Prevención

Influenza



Forma Correcta del Lavado de Manos



1. Abra la pluma de agua.



2. Aplique jabón.



3. Lave las manos de la parte mas limpia a la mas sucia y entre los dedos.



4. Frote las manos durante 15 a 20 segundos. Limpie la parte posterior de las manos y uñas.



5. Enjuague las manos.



6. Seque las manos con papel toalla.



7. Cierre la llave del agua y abra la puerta usando un papel toalla.



8. Eche el papel toalla al zafacón.

Medidas de Prevención

- Practique la **etiqueta de tos y estornudo**. Evite tocarse la nariz, boca y la cara con las manos.
- Promueva el lavado de manos frecuente con agua y jabón o utilizar una solución a base de alcohol (hand sanitizer) si no hay agua disponible.
- Use papel desechable al toser o estornudar. **No use pañuelo de Tela.**



Vacúnate

Las vacunas son la **principal** medida de **prevención** contra muchas enfermedades infecciosas que pueden ser graves.

Además, protege directamente a quienes la reciben y beneficia a la sociedad evitando la propagación.



Protección contra la Influenza

- Las vacunas contra la influenza están elaboradas con virus muertos(vía intramuscular) o virus vivos atenuados(vía atomizador nasal).
- Se recomienda que **cada año** las personas se vacunen, **ya que el virus muta.**
- La vacuna vía intramuscular es recomendada para personas de más de 6 meses de edad.
- La vacuna vía atomizador nasal es recomendada para personas completamente saludables entre las edades de 5 a 42 años.



Medicamentos Anti-Virales

Zanamivir (Relenza) y Oseltamivir (Tamiflu)

- Estos medicamentos se pueden obtener sólo con receta y se debe consultar a un médico antes de tomarlos.
- El tratamiento antiviral dura 5 días y debe empezar en los primeros 2 días de la enfermedad. Por consiguiente, si tiene los síntomas de la influenza, vaya al médico lo antes posible.



Estadísticas de Influenza de Puerto Rico

Resumen a la Semana 39 (25 de septiembre de 2016 al 1^o de octubre de 2016)

Influenza	Semana 39	Temporada 2015 – 2016
Casos totales reportados <i>(incluye hospitalizaciones)</i>	118	40,212
Región de salud con tasas más altas	Mayagüez	Bayamón
Fatalidades	0	24
Hospitalizaciones	3	2,189



Pandemia de influenza en el siglo 21

Influenza A H1N1

- Se identificó por primera vez en **marzo** de 2009 en México y se extendió a los Estados Unidos en **abril**. El 26 de **abril** de 2009, el gobierno federal declaró una **emergencia en salud pública**.
- A raíz de la alerta de Pandemia en el 2010, el Programa Estratégico de Medicamentos (SNS por sus siglas en inglés) organizó un Drive Thru (Auto-servicio) para la distribución de la vacuna de la Influenza.



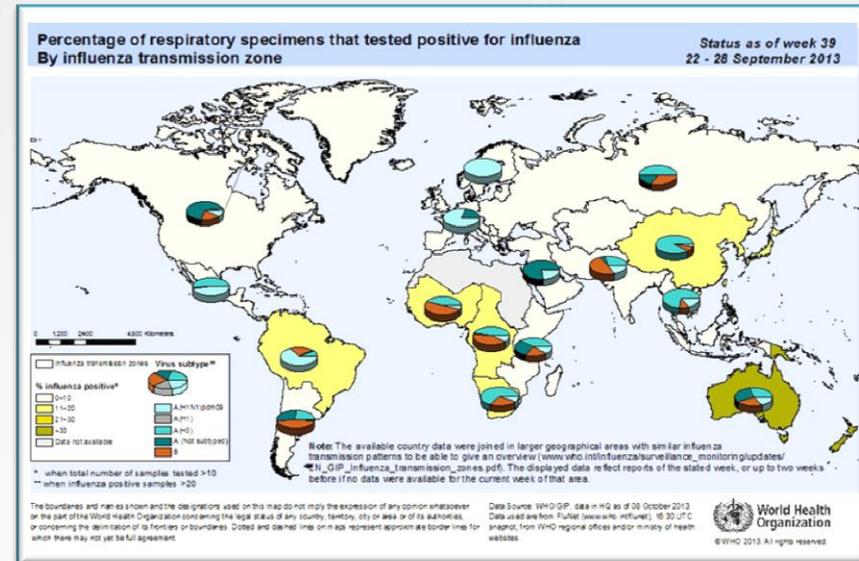
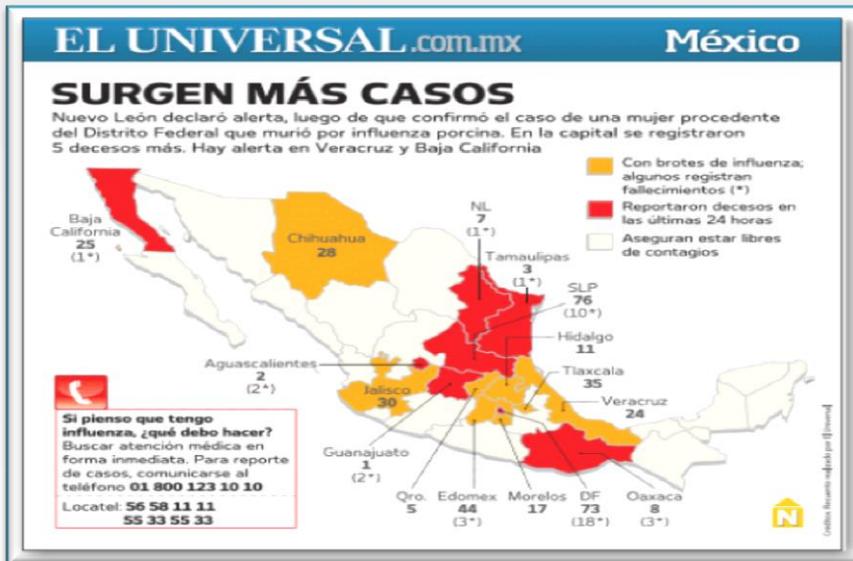
Diferencia entre Epidemia y Pandemia

Epidemia:

Es una enfermedad que afecta a muchos individuos en una población, y puede estar restringida a un área local.

Pandemia:

Enfermedad que se presenta (en diversos continentes). Teniendo la capacidad de transmitirse de forma fácil y sostenida de persona a persona.



Otras medidas para ayudarlo a prevenir la influenza:

- Evite acercarse a personas que están enfermas.
- Cuando esté enfermo, evite exponerse a otras personas para protegerlas y evitar que se enfermen también.
- Quédese en casa si es posible, evite que los niños enfermos asistan a la escuela o a lugares públicos. Ayudará a evitar que otros se enfermen también.
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Puede evitar que quienes estén cerca de usted se enfermen.



Recordemos que...

- Si le da influenza, descanse mucho, tome mucho líquido y evite fumar y tomar bebidas alcohólicas. Asimismo, puede tomar algunos medicamentos como acetaminofén para reducir la fiebre y los dolores musculares relacionados con la influenza.
- Nunca le dé aspirina a los niños o jóvenes que tengan los síntomas de la influenza y en particular, si tienen fiebre.



Para más información

- **Para las vacunas de influenza, pueden acceder a la página de Facebook del Programa de Vacunación de Puerto Rico, llamar a la Línea PAS al 1-800-981-0023 o comunicarse directamente al Programa de Vacunación del Departamento de Salud al 787-765-2929 Extensión 3338.**



¡GRACIAS!



ELIGE
PREVENIR

Vacúnate
contra la influenza

Si estás dentro de estos grupos debes vacunarte.

- Embarazadas con más de 13 semanas.
- Adultos sobre 65 años.
- Niños entre 6 y 23 meses.
- Enfermos crónicos.

Referencias

- <http://www.salud.gov.pr/Sobre-tu-Salud/Pages/Condiciones/Influenza.aspx>
- <http://espanol.cdc.gov/enes/flu/>
- <http://www.who.int/influenza/es/>



 Medical Reserve Corps of Puerto Rico

