



# COMUNICADO DE PRENSA

Domingo, 7 de diciembre de 2014

Contactos:

Clarimar Arrufat Berastain

787-645-6831

Neysa García Toucet

787-543-6708

## **DEPARTAMENTO DE SALUD INSTA A LA POBLACIÓN A ROMPER CON LA CADENA DE LA INFLUENZA**

La Secretaria de Departamento de Salud, Ana C. Ríos Armendáriz, recomendó hoy a la población poner en acción las medidas recomendadas para evitar nuevos contagios por influenza. “¡Rompa con la cadena de influenza hoy! Todos tenemos la oportunidad de colaborar en que se detenga la propagación del virus si seguimos cinco pasos básicos: la vacunación, adecuada higiene de manos, cubrirse la boca al toser y mantener las áreas comunes limpias y quedarse en su hogar si está enfermo”, indicó.

La doctora Ríos Armendáriz, mencionó la vacunación contra la influenza como la primera medida preventiva. “Más allá de los mitos que se hablan acerca de la vacuna, hay mayor evidencia científica que evidencia la efectividad de las vacunas. Es por ello que toda persona que no presente síntomas de influenza debe vacunarse en especial las personas menores de cinco años, las personas mayores de 65 años, las mujeres en estado de embarazo y las personas con enfermedades crónicas como la diabetes, el asma y las enfermedades cardiovasculares o respiratorias”, detalló.

El segundo paso recomendado por la Titular de Salud es el lavado correcto de manos. De acuerdo con la doctora para la lavarse correctamente las manos se debe tomar en cuenta las siguientes medidas:

1. Humedézcase las manos con agua limpia. Si es posible use agua tibia.
2. Enjabónese las manos. Se puede utilizar el jabón corriente.





3. Frote todas las superficies de las manos por 20 segundos. Frotar ayuda a aflojar y a quitar los gérmenes.
4. Enjuáguese bien las manos con agua que esté fluyendo.
5. Séquese las manos con una toalla de papel o con un secador de aire.

Cubrirse la boca al toser es el tercer paso que recomienda la doctora Ríos Armendáriz. “Al momento de toser debemos ubicarnos por lo menos a seis pies de distancia de las personas. Es importante que nos cubramos la boca y la nariz con un pañuelo de papel que luego debemos desechar. Si usted no tuviese un pañuelo en el momento, pudiera utilizar la parte de arriba de la manga. Luego lávese inmediatamente las manos”, detalló.

De acuerdo con la Secretaria, mantener las áreas limpias y la higiene en general son excelentes formas de colaborar en la prevención de la influenza. “Limpie con un desinfectante las áreas más utilizadas como cocinas, baños, mesas y pomos de las puertas. Además, es recomendable desinfectar los teléfonos, las tabletas y los teclados de las computadoras. No comparta cosméticos, cepillos de dientes, vasos, utensilios para comer y toallas”, insistió.

“Si todos ponemos en práctica estas recomendaciones con mucha probabilidad evitemos nuevos contagios y complicaciones que pudieron haberse evitado. Estamos próximos a celebraciones que implican fiestas y variados encuentros con diferentes personas por lo tanto, recomendamos que si usted está enfermo, quédese en su hogar. No debemos olvidar tomar las medidas remendadas que nos permitan romper la cadena de influenza”, concluyó la Secretaria de Salud.

Para más información busque la página del Programa de Vacunación del Departamento de Salud en Facebook ([www.facebook.com/vacunaspri](http://www.facebook.com/vacunaspri)).

###