



Recomendaciones para evitar contagio de **Influenza Estacional**

- **Lavarse las manos frecuentemente** con agua y jabón.
- **No tocarse los ojos, boca o nariz** sin haberse lavado las manos.
- **Usar gel antibacterial para la limpieza de manos** y si es posible traer consigo un dispensador personal.
- **Debe evitarse el saludo de beso y de mano.**
- **Limpie su lugar de trabajo**, escritorio, teclado, monitor, mouse, teléfono, calculadora **y todo lo que usted considere que pueda estar contaminado.**
- **Los niños con síntomas respiratorios deben aislarse en casa 3 a 5 días** y los adultos deberán usar mascarilla en lugares públicos.
- **Al toser taparse la boca con el antebrazo a la altura del codo** y/o utilizar pañuelos desechables.
- **No compartir alimentos**, ni vasos o cubiertos.
- **Limpiar los juguetes de los niños**, sobre todo si los sacan a la calle.
- **En caso de presentar fatiga, dificultad respiratoria y fiebre muy alta deben buscar ayuda inmediata** en las Unidades Médicas del IGSS.



Instituto Guatemalteco de Seguridad Social

Subgerencia de Prestaciones en Salud
Departamento de Medicina Preventiva

Oficinas Centrales
7a. Avenida 22-72, zona 1,
Ciudad de Guatemala
PBX: 2412-1224

www.igssgt.org

Influenza ESTACIONAL



Instituto Guatemalteco
de Seguridad Social



PREVENCIÓN EN SALUD
Subgerencia de Prestaciones en Salud



www.igssgt.org



Síntomas

Varían desde una gripe leve hasta neumonía grave que puede producir la muerte. Los más comunes son:

- Fiebre mayor de 38°C.
- Tos frecuente e intensa.
- Dolor de cabeza.
- Falta de apetito.
- Congestión nasal.
- Malestar general.

Las personas enfermas deben buscar ayuda médica inmediata en las Unidades Médicas del IGSS; en caso de presentar fatiga, dificultad respiratoria y fiebre muy alta.



Recomendaciones

internacionales de vacunación contra Influenza Estacional

- **Personas de riesgo:** Enfermedad pulmonar crónica (asma); enfermedad cardiovascular (insuficiencia cardíaca, excepto hipertensión); enfermedad hepática, neurológica, hematológica o desórdenes metabólicos (diabetes mellitus).
- **Personal de salud.**
- **Inmunosuprimidos:** Pacientes con VIH/SIDA, cáncer, enfermedad renal.
- **Embarazadas:** Mujeres embarazadas y mujeres dentro de las 2 semanas posteriores al término del embarazo.
- **Adultos Mayores.**

INFLUENZA ESTACIONAL

La influenza, en países como Guatemala es endémica y conocida como Influenza Estacional.

Las complicaciones relacionadas con influenza requieren atención médica urgente y pueden resultar del efecto directo de la infección, de complicaciones asociadas a la edad o embarazo; es mayor en adultos arriba de 65 años, niños menores de 5 años y personas de cualquier edad con condiciones médicas que comprometan su salud de complicaciones de enfermedades crónicas subyacentes (enfermedad respiratoria crónica, cardiovascular, Inmunosuprimidos, etc.).



Prevención de la Influenza Estacional

- La **vacunación anual contra influenza es el método más efectivo para prevenir** las infecciones y complicaciones provocadas por el virus influenza.
- La **vacuna trivalente** inactivada contra Influenza está recomendada para todas las personas mayores de 6 meses que no tienen contraindicaciones para la vacunación.
- La **vacuna de virus vivos atenuados** puede usarse para personas de 2 a 49 años, sanas y no embarazadas.
- Los **medicamentos antivirales complementan la vacunación y han sido efectivos para tratamiento y profilaxis.**

