



Influenza

Enfermedad respiratoria aguda, producida por el virus de la influenza. A diferencia del resfrío común, sus síntomas son de mayor intensidad y gravedad. La duración de esta es autolimitada, es decir, mejora sola al cabo de unos días.

¿Cómo se contagia?



Entre persona contagiada y persona sana a través de las **gotitas que se generan al toser o estornudar**. El principal mecanismo es a través de las manos, las cuales tocan superficies contaminadas con secreciones respiratorias de un enfermo que tosió o estornudó recientemente. Al llevarse las manos contaminadas a la cara, el virus ingresa a la vías respiratorias.

¿Cuáles son sus síntomas?



Fiebre sobre 38°C



Cansancio o debilidad



Romadizo



Dolor de: cabeza,
al tragar y muscular



Tos

¿Cómo se previene?

Para la influenza estacional existe una vacuna que se aplica anualmente y que está indicada en todas las personas.

La influenza puede prevenirse practicando **medidas básicas de higiene**, como el lavado frecuente de las manos con agua y jabón o con preparados de alcohol-gel y el uso adecuado de pañuelos para cubrirse la boca y nariz al toser y estornudar.

Tratamiento y pronóstico

La mayoría de las personas **se recuperan espontáneamente solo con medidas generales** como el consumo abundante de líquidos, el uso de medicamentos para bajar la fiebre (antipiréticos) y el reposo en cama. En personas que presentan un cuadro más severo pueden usarse antivirales para tratar la infección. **Es importante guardar reposo y evitar las visitas de otras personas para no diseminar la enfermedad.**

