

En esta temporada de frío cuidemos nuestra salud y evitemos infecciones respiratorias, como la influenza y el COVID - 19



Cuando tosas o estornudes cúbrete con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.

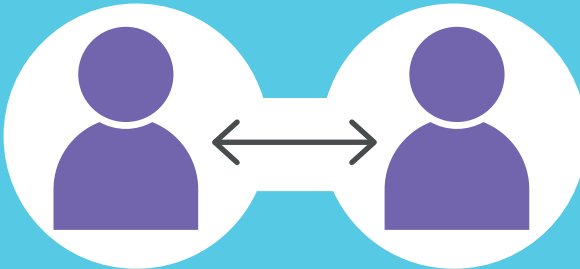


Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón.



Usa cubrebocas.

Mantén una distancia de 1.5 mts. de las demás personas.



Limpia tu entorno (casa, oficina, etc.) y lava seguido sacos, suéteres, abrigos, etc.



No toques tu cara, principalmente ojos, nariz y boca, con las manos sucias.

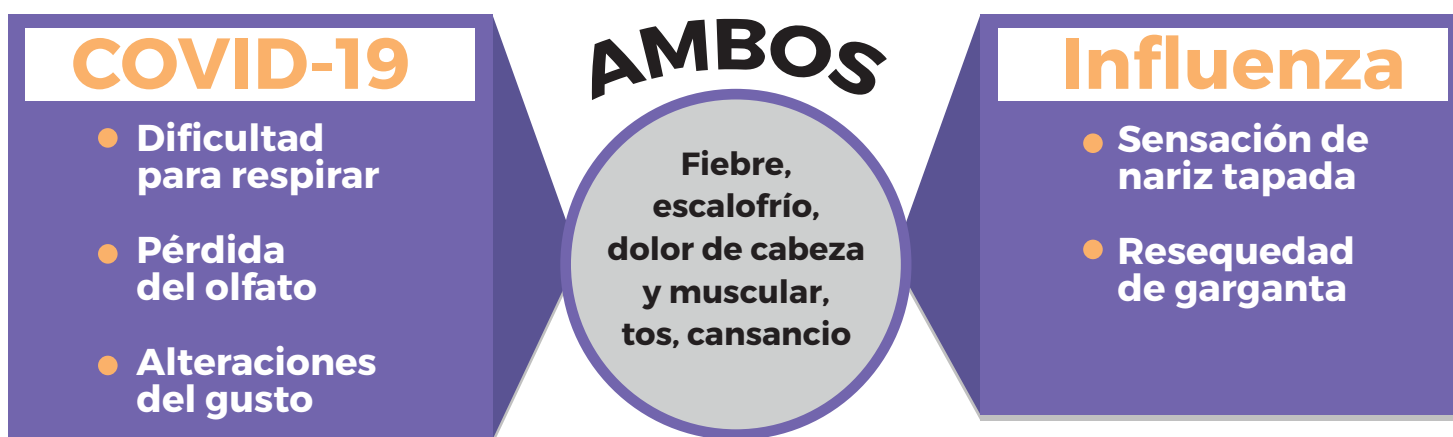


Si tienes alguna enfermedad respiratoria acude a tu Unidad de Salud, no te automediques y quédate en casa.

Comparación entre el virus de la Influenza y el del COVID-19

CARACTERÍSTICAS	VIRUS DE LA INFLUENZA	SARS-CoV-2
Transmisión	Gotitas expulsadas al hablar, toser o estornudar	Gotitas expulsadas al hablar, toser o estornudar
Contagio	Menos contagioso	Más contagioso
Presentación de síntomas	A los 2 días aproximadamente	A los 5 días aproximadamente
Síntomas más comunes	Fiebre, escalofríos, dolor de cabeza y cuerpo, tos, congestión nasal, dolor de garganta y fatiga.	Fiebre, escalofríos, dolor de cabeza y cuerpo, tos, falta de aire, fatiga, pérdida del olfato y del gusto, en algunos casos también diarrea
Presentación de complicaciones	Durante la primera semana	Durante la segunda o tercera semana
Vacunación	1 dosis en la temporada de otoño-invierno	No existe vacuna todavía, hay que extremar las medidas de prevención

Síntomas de la Influenza y del COVID-19



Evitemos juntos la Influenza y el COVID-19, si tienes algún síntoma llama al 81 81 30 00 00 o comunícate al 070