

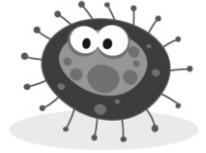


Lista de síntomas



Sepa cuándo quedarse en casa

La temporada gripal en Boston normalmente es de octubre a marzo. La gripe puede causar fiebre, tos, dolor de garganta, dolores corporales, dolor de cabeza, escalofríos y/o sensación de cansancio. La gripe puede ser grave para algunas personas.



Si alguien de su familia no se está sintiendo bien durante esta temporada de gripe, es importante que sepa cuándo dejarle que se quede en casa sin ir a la escuela o al trabajo. Quedarse en casa no solamente ayudará a que se sienta mejor, sino que también impedirá que contagie la gripe a otros. Use esta guía para ayudarle a decidir cuándo debe quedarse en casa.

La GRIPE frente al resfriado común

Compare los síntomas a continuación para ayudarle a decidir si tiene gripe o resfriado:

Síntoma	Gripe	Resfriado
Fiebre	✓	
Tos	✓	✓
Dolor de cabeza	✓	
Dolor de garganta	✓	✓
Ojos llorosos		✓
Cansancio	✓	
Dolores musculares	✓	
Estornudos		✓
Moqueo nasal, nariz tapada		✓

¿Se siente alguien enfermo hoy?

Conteste estas dos preguntas para decidir si debe quedarse en casa.

- | | SÍ | NO |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. ¿Ha tenido esa persona una fiebre de 100.4°F (38°C) o más durante las últimas 24 horas? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. ¿Tiene esa persona tos <u>O</u> dolor de garganta? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Si contestó **SÍ** a **AMBAS** preguntas, esa persona tiene una enfermedad parecida a la gripe y debe quedarse en casa. Si contestó **NO** a alguna de esas preguntas, esa persona no necesita quedarse en casa. Si se empieza a sentir peor debe contestar estas preguntas de nuevo.

¿Es el momento de ir a ver al médico?

Llame a su médico o busque atención médica si a alguien con gripe se le dificulta respirar, tiene cambios de conducta como mayor inquietud, ansiedad e irritabilidad, o no está bebiendo suficientes líquidos. Esté pendiente de erupciones cutáneas, deshidratación o cualquier otro síntoma que indique que esa persona está más incómoda de lo que se esperaría a causa de la gripe.

¿Puedo volver hoy a la escuela o al trabajo?

Conteste estas dos preguntas para decidir si alguien que ha estado con gripe puede volver a la escuela o al trabajo.

- | | SÍ | NO |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. ¿Ha tenido esta persona fiebre de 100.4°F (38°C) o más en las últimas 24 horas? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. ¿Ha tomado esta persona acetaminofeno (Tylenol®), ibuprofeno (Motrin® o Advil®) u otro medicamento para bajar la fiebre en las últimas 24 horas? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Si contestó **NO** a **AMBAS** preguntas, esa persona puede volver a la escuela o al trabajo. Si contestó **SÍ** al menos a **UNA** de las preguntas, esa persona **NO PUEDE** volver a la escuela o al trabajo. Deje que esa persona se quede en casa por lo menos un día más para recuperarse del todo. A continuación haga las preguntas de nuevo para decidir si debe volver a la escuela o al trabajo.

Para más información, visite www.bphc.org/flu

Boston Public Health Commission

Infectious Disease Bureau

www.bphc.org o (617) 534-5611