

COMBATA LA GRIPE

Vacúnese



Cúbrase la boca al



Lávese las manos



Quédese en casa
si está enfermo



¡La Gripe ha regresado!

En Boston, la temporada de la gripe (influenza) usualmente comienza en Octubre y termina en Marzo. La gripe es causada por un virus que infecta la nariz, garganta y pulmones y puede ser transmitida de persona a persona. Cualquier persona puede enfermarse con la gripe, pero la enfermedad es peor entre los niños pequeños, las personas mayores, las mujeres embarazadas, y personas con otros problemas médicos. ¿Está usted preparado para la temporada de la gripe? ¡Hable con su proveedor de salud para vacunar a su familia!

Temporada de la gripe 2018-2019 de Boston en revisión:



- Se registraron 3,852 casos (comparado con 4,138 en 2017-2018)
- 588 casos fueron ingresados en el hospital (comparado con 772 en 2017-2018)
- 9 fallecieron (comparado con 19 en 2017-2018)
- En su momento cumbre, el 2.82% de todas las visitas a la sala de urgencias se debió a una enfermedad parecida a la gripe (fiebre y tos o dolor de garganta)

¡Mantenga Boston sano esta temporada de gripe!

Comparta estos consejos para ayudar a prevenir el contagio de la gripe:



Y vacínese CONTRA LA GRIPE

Si desea mayor información, visite el sitio web: BPHC.ORG/FLU

- **Toda persona de 6 meses de edad y mayor** debe recibir una vacuna antigripal cada año. Cuando bastantes personas se vacunan contra la gripe, menos gripe puede ser transmitida en la comunidad.
- **Cúbrase la nariz y la boca** con un pañuelo desechable cada vez que tosa o estornude. Si no tiene un pañuelo desechable, estornude o tosa cubriéndose con la parte superior de la manga de su blusa o camisa.
- **Límpiese las manos** frecuentemente lavándolas con agua y jabón o usando un desinfectante de manos a base de alcohol.
- **Limpie las superficies** en su casa regularmente con un limpiador para el hogar.
- Si es posible, **evite el contacto cercano** con personas enfermas.
- **Quédese en casa si está enfermo.** Una persona con gripe debe permanecer en casa durante 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre sin el uso de medicamentos para calmarla. Para la mayor parte de las personas, esto será de un mínimo de 4 días. Si es posible, evite el contacto cercano con personas enfermas.

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



Boston Public Health Commission
Infectious Disease Bureau
1010 Massachusetts Avenue
Boston, MA 021178
(617) 534-5611 o
www.bphc.org/IDB