

ENFERMEDADES DEL INVIERNO



¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL RESFRÍO Y LA GRIPE?

- Tos
- Mucosidad
- Dolor de cabeza y/o de garganta
- Fiebre
- Malestar general

Los síntomas son parecidos, pero reciben **tratamientos diferentes**. El resfrío suele durar 2 a 3 días y en la gripe los síntomas son más severos y prolongados.

¿CÓMO DISMINUIR SU PROPAGACIÓN?

- No compartir vasos, cubiertos y otros utensilios
- Cubrir boca y nariz con un pañuelo de papel al estornudar o toser
- Evitar estornudar o toser sobre las manos

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

¿CUÁLES SON LAS ENFERMEDADES TÍPICAS DEL INVIERNO?

Las originadas por **bacterias**, como la **neumonía** o la **bronquitis**, se tratan con **antibióticos**.

Las originadas por **virus**, por ejemplo, **el resfrío común** y la **gripe**, necesitan un **tratamiento médico**.

¿CÓMO PREVENIRLAS?

- Vacunación anual para grupos de riesgo
- Mantener la lactancia materna
- Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente
- Ventilar los ambientes
- Evitar contacto con personas resfriadas o con tos
- Proteger los ambientes de humo de tabaco

ANTE CUALQUIER SÍNTOMA, CONSULTAR AL MÉDICO.

NO AUTOMEDICARSE.