

¿Cómo se transmite la Gripe?

- Por el contacto directo con una persona enferma.
- Por las microgotas de la tos o el estornudo de personas infectadas
- Al tocar superficies contaminadas como picaportes, barandas o canillas.
- Al tocarse los ojos, la nariz o la boca luego de estar en contacto con elementos o personas infectadas.

¿Cuál es el tratamiento para la Gripe?

- Durante el embarazo el mejor tratamiento para bajar la fiebre es la toma de Paracetamol, pero recuerde que siempre deberá ser indicado por su médico.

No se conforme con bajar la fiebre: consulte siempre al médico.

- Beba muchos líquidos para reemplazar los que se pierden por la fiebre. Su médico decidirá si usted necesita medicamentos antivirales u otros. Los antivirales han sido aprobados para su uso en embarazadas, mamás que amamantan y bebés.

¿Cómo alimentar al bebé?

- **La leche materna es lo mejor para que el bebé adquiera defensas ante enfermedades.**
- **No deje de alimentarlo con su leche**

- Si usted tiene síntomas de gripe, consulte inmediatamente al médico, tome la medicación que le indiquen e implemente medidas de prevención:

- 1) Use barbijo, tapando boca y nariz.
- 2) Lávese cuidadosamente las manos con agua y jabón antes de ponerlo al pecho.
- 3) Si es posible, trate que una persona sana, familiar o amiga cambie y cuide al bebé.

Al cumplir 48 horas de tratamiento o 7 días de enfermedad usted ya no contagia y podrá recuperar el tiempo de contacto con su bebé.

Amamantar salva vidas.



<http://www.ms.gba.gov.ar/EducacionSalud/gripePorcina/gripe.html>

0800-333-8876

Las medidas de prevención nos protegen a todos.



CÓMO PREVENIR LA GRIPE EN LA MUJER EMBARAZADA

Evitar la propagación de la Gripe es responsabilidad de todos

¿Cómo prevenir la Gripe en la mujer embarazada?

- Continúe con los controles de embarazo.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- Si tiene contacto cercano con una persona que padece Gripe o que está recibiendo tratamiento, debe consultar a su médico

Medidas de Higiene

Lávese las manos a menudo, con agua y jabón

- Use agua limpia. Lávese durante 30 segundos, frotándose bien los dedos con abundante agua espuma.
- Si utiliza alcohol en gel, no le agregue agua y frótese las manos con el gel hasta que se sequen.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Cuando tosa o estornude, cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo descartable o estornude sobre su manga.
- Preste especial atención al lavado frecuente de las manos de los bebés y niños.
- No deje que otros adultos se lleven a la boca, antes de dárselos a su bebé, los chupetes, cucharas, mordillos, tetinas y otros artículos.



¿Cuáles son los síntomas más frecuentes?

- FIEBRE MAYOR A 38° C
- TOS
- DOLOR DE GARGANTA
- DOLOR DE CUERPO
- ESCALOFRÍOS
- FATIGA Y DECAIMIENTO
- EN ALGUNOS CASOS VÓMITOS Y DIARREA



¿Qué hacer ante la aparición de estos síntomas?



• Consulte rápidamente al médico

- No concurra al trabajo o la escuela.
- Limite el contacto con otras personas.
- No se automedique.
- Mantenga los ambientes limpios y ventilados.
- Salude sin dar la mano ni besos.
- Aliméntese bien, tome abundante líquido y duerma lo suficiente y necesario.