

Comenzó la vacunación anual contra la gripe en los centros de salud y hospitales de Neuquén.

La gripe

La gripe o influenza es una enfermedad viral respiratoria que se presenta habitualmente en los meses más fríos del año. Los síntomas suelen aparecer a las 48 horas de efectuado el contagio.

Entre ellos: fiebre mayor a 38°C; tos; congestión nasal; dolor de garganta, cabeza y cuerpo; y malestar generalizado. En los niños pueden presentarse también problemas para respirar, vómitos o diarrea e irritabilidad o somnolencia.

La vacunación es una medida de protección para las personas más propensas a generar complicaciones por esta causa.

Deben vacunarse:

- Niños de 6 a 24 meses.
- Embarazadas y madres –que no hayan recibido la vacuna durante el embarazo - hasta diez días después del nacimiento del bebé.
- Mayores de 65 años.
- Personal de salud y personal esencial.
- Personas de 2 a 64 años con enfermedades crónicas –deben presentar indicación médica.

La vacuna es gratuita para todas las personas incluidas en la población objetivo, independientemente de la situación de cobertura social o médica.

La vacunación es una responsabilidad y un derecho de todos los habitantes, que requiere del compromiso de todos.

Todos prevenimos

La comunidad en su conjunto puede implementar medidas sencillas para prevenir las infecciones respiratorias en general.

Entre ellas:

- Lavarse las manos con agua y jabón varias veces al día –sobre todo antes de preparar o ingerir alimentos, al llegar a la casa, después de ir al baño, después de toser o estornudar, después de estar en contacto con objetos contaminados y antes de atender a los niños.
- Ventilar regularmente los ambientes (oficinas, aulas, salas, etc.).
- Dejar de fumar y mantener los ambientes libres de humo de tabaco.
- Amamantar a los niños hasta los 2 años de edad.
- Consumir alimentos variados.

- Realizar al menos 30 minutos de actividad física diaria.
- Descansar adecuadamente.

Equipo de Comunicación

Ministerio de Salud y Desarrollo Social