

DIRECTORIO

Dr. en C. José Francisco Muñoz Valle
Rector C.U.C.S

Mtro. Rubén Alberto Bayardo González
Secretario Académico C.U.C.S

Dr. en M.E Baudelio Lara García
Director de División de Disciplinas para el
Desarrollo, Promoción y Preservación de la Salud

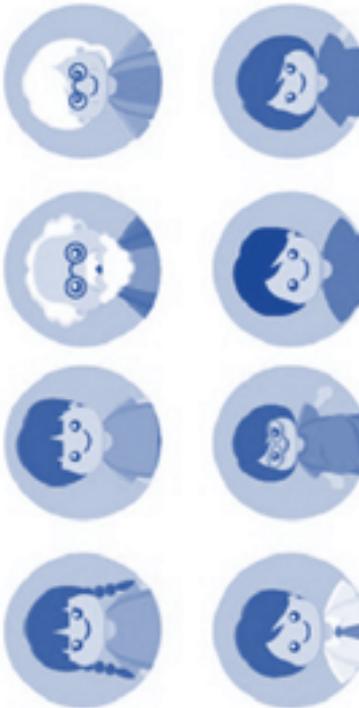
Dr. Ma. Del Refugio Cabral de la Torre.
Jefe de Departamento de Enfermería para la
Atención, Desarrollo y Preservación de la Salud
Comunitaria

Sierra Nevada. # 950, puerta 12
Laboratorio de Enfermería para la Atención
primaria a la Salud Edificio. "E", Planta baja

Editor:

P.S.S Adriana Yazmin Macías Jiménez
P.S.S Valerio Benjamín Guerrero Navarro

Vacúnate contra la influenza estacional.



Acude a tu Unidad de Salud y permite que el personal de enfermería vacune a:

- Niñas y niños de 6 meses a 5 años cumplidos.
- Adultos de 60 años en adelante.
- Embarazadas.
- Personas con: diabetes no controlada, obesidad grave, enfermedades respiratorias o del corazón graves, cáncer y VIH.
- Personal de salud.

**Contra la influenza estacional, la vacuna es tu mejor protección.
Las vacunas son gratuitas.**



CENTRO UNIVERSITARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD.

División de Disciplinas para el
Desarrollo, Promoción y
Preservación de la Salud.
Departamento de Enfermería
para la
Atención, Desarrollo y
Preservación de la Salud
Comunitaria.

¡CUIDADO CON LA INFLUENZA!



¿QUÉ ES LA INFLUENZA?

La influenza es una de las enfermedades infecciosas respiratorias que se confunden de manera cotidiana con un resfriado común, sin embargo, esta genera signos y síntomas más graves.

Identifica las diferencias

	Resfriado común	Influenza
Fiebre	Baja o nada	Alta
Dolor de cabeza	Ocasional	Muy común
Congestionamiento y flujo nasal	Frecuente	Frecuente
Estornudo	Frecuente	Ocasional
Tos	Moderada y seca	Intensa
Malestar general	Leve	Intenso
Fatiga	Moderada	Intensa
Garganta	Inflamada	Con dolor
Cansancio	Leve	Exhausto
Duración de la enfermedad	7 a 10 días	Semanas

Para la disminución de factores de riesgo asociado fomentar la cultura de promoción, prevención e inmunización específica (Vacunación contra influenza).

EPIDEMIOLOGÍA

La influenza es una enfermedad que prevalece a lo largo del año, el conocimiento de los factores de riesgo y la obtención de vacuna para este tipo de virus, ha disminuido considerablemente tanto la morbilidad obtenida de 996 en 2018 a 340 de 2019. Jalisco se encuentra en el 3er lugar a nivel nacional con el 9.1% de los casos totales.

#InfluenzaEstacional

Enfermedad respiratoria provocada por diferentes virus (A, B y C).

Transmisión:
De persona a persona a través de gotitas de saliva cuando una persona enferma:
>Tose >Estornuda >Habla

El periodo de incubación es de aproximadamente 2 días.

Es posible contagiar de influenza a otra persona cuando aún no se presentan signos y síntomas (1 día antes de presentar síntomas y hasta 5 o 7 días después de enfermar).

Síntomas:

- Inicio de fiebre súbita
- Tos (generalmente seca)
- Dolores musculares y articulares
- Dolor de cabeza
- Dolores de garganta
- Malestar general
- Secreción nasal

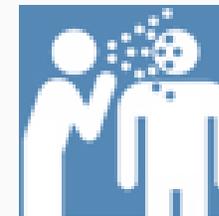
¿Cómo cuidarte?



Lavado de manos y uso constante de gel antibacterial.



Vacunación contra virus tipo AH1N1, A (AH3N2) y del tipo B.



Mantener la distancia



Evitar tocar nariz y boca



Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso frecuente