

Si tienes contacto con una persona que pudiera tener influenza porcina

Vigila tu salud durante los próximos 10 días, si presentas los siguientes síntomas:

- Inicio súbito de los síntomas (aparecen de repente)
- Fiebre superior a 38°
- Dolor de cabeza
- Dolor muscular y de articulaciones
- Ataque al estado general y decaimiento (cuando no te puedes levantar)
- Tos
- Escurrecimiento nasal
- Ojos irritados
- Dolor de garganta
- Puede presentarse diarrea

Signos de alarma:

- Dificultad para respirar
- Dolor de pecho
- Flemas con sangre
- Confusión o somnolencia

Recuerda:

- Lavar tus manos frecuentemente con agua y jabón, de preferencia líquido, si no tienes, utiliza jabón de pasta en trozos pequeños
- Cubrir tu boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo.
- Tirar inmediatamente el pañuelo en una bolsa de plástico y lavar tus manos.
- No saludar de beso ni de mano.
- No acudir a lugares concurridos.
- No compartir alimentos, bebidas, platos, vasos y cubiertos.
- Manter limpias las cubiertas de baño, manijas y barandales, así como teléfonos, teclados de computadoras y objetos de uso común.
- No escupir en el suelo.



Si presentas estos síntomas, acude a la consulta externa de tu unidad de salud.



Si presentas estos signos de alarma, acude inmediatamente al hospital.



Para más información llame **sin costo** al: **01 800 123 1010** ó al ***1010**