



# Influenza

La influenza es una infección de la nariz, la garganta y los pulmones causada por los virus de la influenza. Existen varios virus los cuales cambian constantemente. Todos los años, los virus de la influenza causan enfermedades, hospitalizaciones y muertes. Cada año se hospitalizan más de 20,000 niños menores de 5 años a causa de las complicaciones por la influenza, como la neumonía.

## Signos y Síntomas

Algunos de los síntomas de influenza y COVID-19 pueden ser similares. Podría ser necesario realizar una prueba de detección para confirmar el diagnóstico si presenta alguno de los siguientes:

Fiebre	Tos	Dolor de garganta	Dolor de cabeza
Escalofríos	Dolores en el cuerpo	Secreción o congestión nasal	Vómitos y diarrea

## ¿Qué hacer si presenta síntomas?

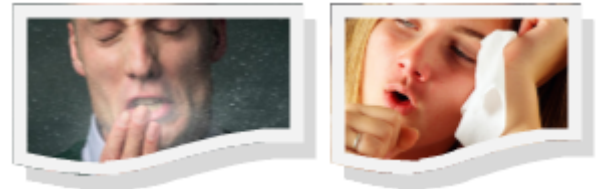
Manténganse en su casa y evite el contacto con otras personas, a menos que necesite obtener asistencia médica.

## ¿Cómo se transmite la influenza?

Las personas con influenza al igual que con COVID-19, pueden transmitir esta enfermedad a otras personas desde una distancia de seis (6) pies.

- La influenza se propaga a través de gotitas que se forman cuando la persona con influenza tose, estornuda o habla. Estas gotitas, pueden entrar a la boca o la nariz de las personas que se encuentran cerca y posiblemente podrían pasar a los pulmones.
- Una persona también puede contagiarse al tocar una superficie o un objeto que

contenga el virus, y luego se toque los ojos, nariz y boca.



## ¿Existen medicamentos para tratar la infección?

Existen medicamentos recetados que combaten la influenza. No obstante, vacunarse contra la influenza es el paso inicial y el más importante para prevenirla.

Los medicamentos antivirales pueden ser una opción de tratamiento. Consulte con su médico sobre el tratamiento indicado de acuerdo con sus síntomas.

## ¿Quiénes tienen mayor riesgo?

Algunas personas tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones graves, entre ellos:

- Niños menores de 5 años
- Personas de 65 años o más
- Pacientes de cáncer
- Mujeres embarazadas
- Personas con condiciones crónicas como:
  - Diabetes

- Enfermedad Cardíaca
- Asma

### ¿Qué hacer para protegerse de la influenza?

- Vacúnese todos los años.
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Utilice una mascarilla al salir de su hogar.
- Duerma bien, manténgase activo físicamente, controle el estrés, consuma mucho líquido y consuma alimentos saludables.
- Limpie y desinfecte las superficies de contacto frecuente.

### Información sobre la vacuna:

- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) rea-

lizan estudios todos los años para determinar la efectividad de la vacuna.

- Los estudios han demostrado que la vacuna reduce el riesgo de contraer la enfermedad en un 40 % a un 60 % en la población general.
- Es recomendable vacunarse todos los años para adquirir protección inmunitaria, ya que los virus cambian constantemente y la composición es revisada y actualizada anualmente.
- La vacuna no provocará la enfermedad, ya que las vacunas son fabricadas con virus inactivados (muertos).

### Comuníquese con su Médico Primario

Es importante que mantenga comunicación con su médico para recibir más información o consejería sobre como usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones físicas y emocionales sobre influenza. Esta hoja educativa no sustituye una consulta médica.

### Importante

Si usted necesita servicios de emergencia puede marcar el 9-1-1, o ir a cualquier sala de emergencias.

Si usted presenta algún síntoma que entienda requiere atención inmediata, antes de visitar una sala de emergencias, puede comunicarse libre de cargos a la Línea de Consejería Médica al 1-844-347-7801, veinticuatro (24) horas al día, siete (7) días a la semana. Usuarios de TTY/TDD deben llamar al 1-844-347-7804. Al llamar a la Línea de Consejería Médica antes de visitar una sala de emergencias, usted estará exento de pagar el copago por los servicios recibidos durante su visita a la sala de emergencias.

### Contáctenos

Departamento de Servicio al Cliente  
1-844-347-7800  
TTY/TDD 1-844-347-7805

Visite nuestra página electrónica  
[www.firstmedicalvital.com](http://www.firstmedicalvital.com)

### Referencias

[https://espanol.cdc.gov/enes/flu/pdf/freeresources/spanish/flu\\_guide\\_parents\\_sp.pdf](https://espanol.cdc.gov/enes/flu/pdf/freeresources/spanish/flu_guide_parents_sp.pdf)  
<https://espanol.cdc.gov/flu/treatment/index.html>  
<https://espanol.cdc.gov/flu/prevent/actions-prevent-flu.htm>  
<https://espanol.cdc.gov/flu/prevent/misconceptions.htm>