

¿Cómo se transmite la Gripe A?

- 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 A?

- 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.** Esto es muy importante para los bebés pequeños cuyas defensas todavía están en desarrollo.

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 al amamantarlo:

- 1) Use barbijo, tapando boca y nariz.
- 2) Lávese cuidadosamente las manos con agua y jabón antes de ponerlo al pecho.
- 3) Trate de 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, siempre.

INFORMES: www.msal.gov.ar

0800.222.1002

Las medidas de prevención, nos protegen a todos.



**CÓMO PREVENIR
LA GRIPE A
EN LA MUJER
EMBARAZADA.**

Evitar la propagación
de la Gripe A H1N1
es responsabilidad
de todos.

¿Cómo prevenir la Gripe A en la mujer embarazada?

Las mujeres embarazadas son más vulnerables a enfermarse, tanto de Gripe A (H1N1) como de gripe estacional, por lo cual se recomienda:

- Continúe con los controles de embarazo.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- Si tiene contacto cercano con una persona que padece Gripe A (H1N1) o que está recibiendo tratamiento, usted debe consultar rápidamente a su médico.
- A partir del cuarto mes de embarazo debe recibir la vacuna antigripal para gripe estacional.

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 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?

- **PIEBRE 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.
- Si usted tiene o ha tenido otras enfermedades, (asma, cardiopatía, tabaquismo, inmunosupresión, tratamientos con corticoides, enfermedades renales, hepáticas, diabetes, VIH-SIDA, etc.) debe extremar las medidas de prevención.
- 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.