

# Qué es la gripe y cómo evitar su contagio

## INFORMACIÓN SOBRE LA GRIPE

*La gripe está causada por diferentes tipos del virus de la influenza.*

*El período de incubación es de 1-4 días y se contagia desde el 1er día de inicio de la enfermedad hasta el 7 días después*

*La fiebre disminuye a partir de los 2-3 días.*

*La tos y la debilidad pueden persistir durante 1-2 semanas.*

*Los antibióticos no son beneficiosos para la gripe, aunque a veces son necesarios para tratar sobreinfecciones secundarias.*



Lavarse las manos con agua y jabón o desinfectante de forma frecuente y después de cada contacto.



No compartir utensilios de cocina ni de aseo personal.



Permanecer en habitación individual en el domicilio, aislado del resto de la familia, y usar mascarilla quirúrgica para el desplazamiento dentro de la casa.

**GRIPE**

No acudir a sitios concurridos.



No saludar con las manos, besos o abrazos.



Toser o estornudar con un pañuelo desechable o sobre la cara interna del antebrazo.