

Folleto para gestantes y adulto mayor "Perú unido contra la Influenza; la salud está en tus manos", para difusión nacional a través del MINSA

Recomendaciones específicas para gestantes y adultos mayores

Para mujeres gestantes:
Las complicaciones maternas como la deshidratación, neumonía y otros síntomas afectarán también la salud del bebé.

Para adultos mayores:
Es importante vacunarse contra la influenza estacional cada año antes que comience la temporada de frío, para evitar las infecciones respiratorias.

Consulta gratis a INFOSALUD 0800-10828



PERÚ UNIDO CONTRA LA INFLUENZA

La Salud está en tus manos



Para prevenir la INFLUENZA AH1N1 en las gestantes y adultos mayores es importante seguir los consejos del médico del establecimiento de salud.



Fondo de Promoción de la Salud y Protección de los Recursos Humanos - Perú

www.minsa.gob.pe





Fondo de Promoción de la Salud y Protección de los Recursos Humanos - Perú



¿Cómo reconocer la influenza AH1N1 en gestantes y adultos mayores?

Los síntomas son:

<p>Fiebre superior a 38° C</p> 	<p>Dolor de cabeza</p> 	<p>Dolor de garganta</p> 
<p>Dolores musculares y articulares</p> 	<p>Tos y Estornudos</p> 	<p>Congestión nasal (mocos)</p> 
<p>Decaimiento y falta de apetito</p> 	<p>Respiración rápida o dificultosa</p> 	<p>Vómitos y diarreas</p> 

Recomendaciones a gestantes y adultos mayores para protegerse de la influenza AH1N1

Es muy importante seguir las recomendaciones del médico, como:

<p>Abrigarse bien</p> 	<p>Cubrirse la boca y nariz al estornudar</p> 	<p>Arrojar pañuelos usados al basurero</p> 
<p>No compartir alimentos, vasos ni cubiertos</p> 	<p>Lavarse siempre las manos</p> 	<p>Beber líquidos</p> 
<p>Comer alimentos sanos</p> 	<p>Evitar el humo y ventilar</p> 	<p>Ir al médico</p> 

No tomar medicamentos que no hayan sido recetados por el médico.