

# Tabla de decisión en caso de gripe

## Protegiéndose a sí mismo, protegiendo a otros

### Si tiene síntomas de la gripe

Ríjase por las líneas generales que aparecen en este cuadro para tomar la decisión que sea más acertada para usted y sus seres queridos. Además, recuerde lavarse las manos con frecuencia, y al estornudar o toser, cúbrase la boca con un pañuelo o con la parte interna del codo. Independientemente de que tenga la gripe estacional o la gripe H1N1, las recomendaciones son las mismas.

| <b>SITUACIÓN PARA UN ADULTO O NIÑO</b>  | <b>DECISION</b>  |
|---|--|
| <p>La persona no tiene fiebre (la temperatura es menos de 38 °C o 100.4 °F), pero sí tiene estos síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Dolor de garganta &gt; Congestión de nariz</li><li>&gt; Goteo nasal &gt; Tos</li></ul>  | <p><b>Probablemente sea un resfriado.</b><br/><b>Se recomienda descansar.</b></p>  |
| <p>La persona tiene fiebre de más de 38 °C (100.4 °F) acompañada de estos síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Tos &gt; Dolor de garganta &gt; Fatiga significativa</li><li>&gt; Dolor de cabeza &gt; Dolor de músculos</li></ul> <p><b>Y</b></p> <p>La persona <u>no</u> pertenece a ningún grupo con más riesgo de sufrir complicaciones asociadas con la gripe (véase el recuadro siguiente).</p>  | <p><b>Probablemente sea la gripe.</b><br/><b>Descanse en casa</b> hasta 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre (sin el uso de medicación para bajar la fiebre). Beba muchos líquidos y tome medicamentos para bajar la fiebre, por ejemplo, ibuprofeno y acetaminofeno. Los niños con fiebre no deben tomar aspirina ni productos que la contengan, por ejemplo, Pepto-Bismol. Los niños menores de 4 años no deben recibir medicamentos para el resfriado de venta sin receta médica sin haber consultado primero con un profesional de la salud.</p>  |
| <p>La persona tiene fiebre de más de 38 °C (100.4 °F) acompañada de estos síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Tos &gt; Dolor de garganta &gt; Fatiga significativa</li><li>&gt; Dolor de cabeza &gt; Dolor de músculos</li></ul> <p><b>Y</b></p> <p>La persona <u>pertenece a un grupo con más riesgo de sufrir complicaciones asociadas con la gripe</u> (niños menores de 2 años; adultos de 65 años o más; embarazadas; personas menores de 19 años que estén en tratamiento a largo plazo con aspirina; y personas de cualquier edad que tengan alguna enfermedad pulmonar crónica, tal como asma o enfermedad pulmonar obstructiva crónica (COPD), diabetes, enfermedades cardíacas, cáncer, trastornos del riñón o del hígado, trastornos de la sangre, tales como drepanocitosis, sistema inmunitario debilitado debido a medicamentos o al sida, lesiones cerebrales o de la médula espinal o trastornos neuromusculares tales como la distrofia muscular o la esclerosis múltiple).</p> | <p><b>Probablemente sea la gripe.</b><br/><b>Comuníquese con un médico hoy mismo</b> para que le dé un posible tratamiento con medicamentos antivíricos que disminuyan el riesgo de sufrir complicaciones graves por la gripe (es más eficaz cuando se empieza dentro de las 48 horas del inicio de los síntomas).</p> <p><b>ADEMÁS</b></p> <p>Descanse en casa hasta 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre (sin el uso de medicación para bajar la fiebre). Beba muchos líquidos y tome medicamentos para bajar la fiebre, por ejemplo, ibuprofeno y acetaminofeno conforme se lo indique su médico. Los niños con fiebre no deben tomar aspirina ni productos que la contengan, por ejemplo, Pepto-Bismol. Los niños menores de 4 años no deben recibir medicamentos para el resfriado de venta sin receta médica sin haber consultado primero con un profesional de la salud.</p> |
| <p>La persona tiene fiebre y uno de estos síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Falta de aliento</li><li>&gt; Dificultad para respirar</li><li>&gt; Dolor al respirar</li><li>&gt; Vomita durante más de cuatro horas.</li><li>&gt; Fiebre en un niño que está demasiado tranquilo o menos activo de lo normal o que se niega a jugar o está agitado.</li></ul>  | <p><b>Vea a un médico hoy mismo.</b></p>   |
| <p>La persona tiene fiebre de más de 38 °C (100.4 °F)</p> <p><b>Y cualquiera de los siguientes síntomas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Dificultad para respirar que persiste o empeora.</li><li>&gt; Labios azulados</li><li>&gt; Dificultad para moverse</li><li>&gt; Rigidez de cuello intensa</li><li>&gt; Aturdimiento, confusión, desorientación o dificultad para despertarse</li><li>&gt; Convulsiones</li><li>&gt; No orina durante 12 horas.</li><li>&gt; Fiebre en un niño lactante menor de 3 meses de edad.</li></ul>  | <p><b>Vaya al servicio de emergencia de inmediato.</b><br/><b>Llame al 911 si es necesario.</b></p>  |

