



## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE VACUNARSE CONTRA LA INFLUENZA?

México ha sufrido un gran impacto en el ámbito de salud a causa de la influenza. Durante la última temporada que apareció esta infección viral, se confirmaron 7,210 casos y 811 defunciones, de acuerdo con datos de la Dirección General de Epidemiología de la *Secretaría de Salud*.

Un dato muy importante que se identificó fue que 92.5% de las personas que fallecieron no estaban vacunadas, debido a que las personas suelen confundir la influenza con un resfriado común, cuando en realidad es una infección viral aguda que puede llevar a la hospitalización, incluso a la muerte.

A decir de Almudena Laris González, especialista en infectología pediátrica, **es esencial recalcar la importancia de la vacunación, pues constituye la forma más eficaz de prevenir complicaciones graves por influenza.**

### Síntomas

- Fiebre de más de 38 °C.
- Dolor en los músculos.
- Escalofríos y sudoración.
- Dolor de cabeza.
- Tos persistente o seca.
- Fatiga y debilidad.
- Congestión nasal.
- Dolor de garganta.



## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE VACUNARSE CONTRA LA INFLUENZA?

Aprender a distinguir la influenza de un resfriado por ti mismo puede ser complicado. Lo ideal es visitar a un especialista en salud en cuanto aparezcan los síntomas. Otras recomendaciones son:

1. **Lávate las manos cuidadosa y frecuentemente.** Si no hay agua ni jabón, usa un desinfectante de manos a base de alcohol.
2. **Contén la tos y los estornudos.** Tápate la boca y la nariz al estornudar o toser. Para evitar contaminarte las manos, tose o estornuda en un pañuelo o en la parte interna del codo.
3. **Evita las multitudes.** Si estás enfermo, quédate en casa por lo menos 24 horas luego de que te baje la fiebre, con el fin de reducir la probabilidad de infectar a otros.

Aunque toda la población está en riesgo de enfermarse por influenza, los niños, los adultos mayores y las mujeres embarazadas son el grupo más vulnerable. Considera que la vacunación en edad pediátrica es primordial, sobre todo en los menores de cinco años.

*Acércate a tu médico e infórmate, en especial si tienes pequeños en casa.*

Vía: ClicklSalud