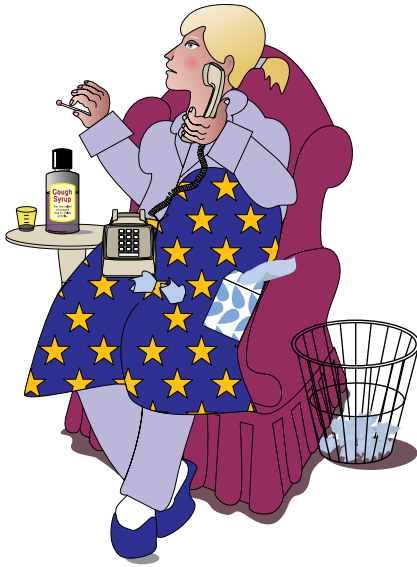


Información Rápida Para Su Salud

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES • FOOD AND DRUG ADMINISTRATION

Cómo Tratar los Resfriados y la Influenza



¿Es un Resfriado o Influenza? Para su Seguridad, Conozca La Diferencia

El resfriado y la influenza son muy similares entre sí, en muchas formas. Pero la influenza o flu, en ocasiones puede conducir a problemas muy serios, como la pulmonía, una seria enfermedad del sistema respiratorio.

La nariz tupidada, dolor de garganta y estornudos, usualmente son señales de un resfriado.

Cansancio, fiebre, dolor de cabeza y dolores mayores probablemente significan que usted tiene influenza, también llamado flu.

La tos puede ser indicación de un resfriado o influenza. Sin embargo, una tos persistente y fuerte casi siempre indica la presencia de la influenza.

Cuándo Debe Llamar a su Médico

Usualmente usted no tiene que llamar a su médico inmediatamente que siente los síntomas de un resfriado o influenza. Pero sí debe llamarlo inmediatamente si:

- Sus síntomas se agravan.
- Los síntomas persisten durante mucho tiempo.
- Después de sentirse un poco mejor, se presentan señales de un problema más serio. Algunas de estas son malestar de estómago, vómito, fiebre alta, escalofríos, dolores en el pecho y tos acompañada de una mucosidad amarilla y verde.



Trate de Evitar los Resfriados

- Lávese las manos con frecuencia. Los microbios de los resfriados pueden ser recogidos fácilmente como por ejemplo estrechando la mano de otra persona, tocando la perilla de una puerta o los pasamanos de las escaleras.
- Evite el contacto con personas resfriadas.
- Si estornuda o tose, tápese la boca con una toalla de papel y luego tírela a la basura.
- Limpie las superficies que toca con un desinfectante, para destruir los gérmenes.
- No se toque la nariz, los ojos ni la boca. Los gérmenes pueden penetrar en su cuerpo fácilmente por estos conductos.



Trate de Evitar la Influenza

Una inyección o vacuna contra la influenza puede disminuir en gran parte la posibilidad de contraer la enfermedad. El momento más apropiado de obtenerla es entre la mitad de octubre y la mitad de noviembre, cuando la mayoría de las personas se preparan para el invierno.

La inyección contra la influenza no causa la enfermedad, pero en algunos casos, después de aplicada, la persona puede sentirse adolorida o débil y hasta afebrada por un par de días.

¿Quiénes Deben Ser Vacunados Contra la Influenza?

Casi todas las personas que quieran disminuir las posibilidades de contraer la influenza, deben recibir la vacuna.

Las vacunas contra la influenza son más importantes para:

- personas mayores de 65 años de edad
- pacientes en clínicas y casas de reposo
- personas mayores de seis meses con problemas de salud como asma, enfermedades de larga duración como VIH o enfermedades del corazón
- niños y adolescentes que frecuentemente deben tomar aspirina
- personas que siempre están alrededor de ancianos o aquellos con problemas de salud.

¿Quiénes Quizás no Deberán Recibir la Vacuna Contra la Influenza?

Algunas personas deben hablar primero con su médico antes de vacunarse.

Hable con su médico antes de recibir la vacuna si usted:

- tiene ciertas alergias, especialmente a los huevos
- sufre de una enfermedad como la pulmonía
- tiene fiebre alta
- está embarazada.

Algunas Medicinas Recetadas Pueden Prevenir la Influenza

Si usted es una de las personas que no debe recibir la vacuna contra la influenza, pídale a su médico una receta para una medicina que ayude a prevenir la enfermedad.

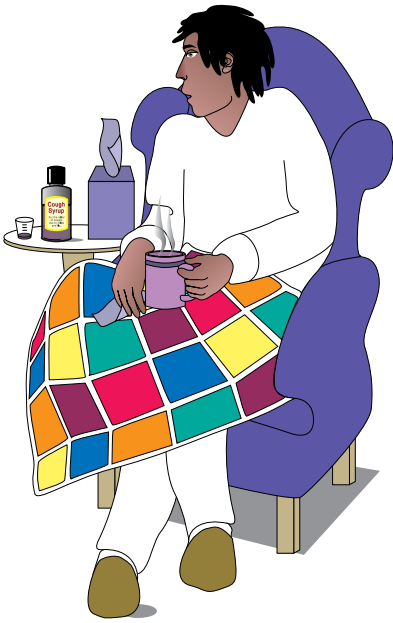
Si usted se enferma, tomando esta medicina dentro de las primeras 48 horas, puede lograr que la influenza sea menos seria.

No Tome Antibióticos Contra un Resfriado o la Influenza

Los antibióticos no son efectivos contra los microbios de los resfriados y la influenza.

Además, los antibióticos deben ser tomados únicamente cuando son realmente necesarios.





Ayudese a Sentirse Mejor Cuando Está Enfermo

Un resfriado usualmente dura solamente un par de días o hasta una semana. El cansancio generado por la influenza puede continuar durante varias semanas.

Escoja las Medicinas Adecuadas Para Combatir sus Síntomas

Asegúrese de que la etiqueta describe exactamente lo que usted necesita para sus síntomas.

Si Desea Hacer Esto:	Escoja Medicinas Con Esto:
Descongestionar la nariz tupida	Descongestivo nasal
Aquietar la tos	Un supresor de la tos
Aflojar la mucosidad para ser expulsada	Un jarabe expectorante
Descargue nasal	Una medicina antihistamínica
Calmar la fiebre, dolores de cabeza, y otros dolores menores	Una medicina con analgésico

Proteja a sus Niños de los “Salicilatos” en los Remedios Contra los Resfriados

Recuerde evitar darle a niños o adolescentes aspirina y otros “salicilatos” cuando parecen tener los síntomas de un resfriado o influenza.



Si usted no está seguro si un producto tiene salicilatos, consulte con su médico o farmacéutico.

La gente joven puede enfermarse gravemente y hasta morir de una rara pero peligrosa condición llamada el síndrome de Reye, si ellos toman estas medicinas cuando tienen los síntomas anotados.

¿Tiene Más Preguntas Acerca de los Resfriados y la Influenza?

Hable con su médico o profesional de la salud. Póngase en contacto con la FDA. La agencia puede tener una oficina cerca de usted. Busque el teléfono de la FDA en las páginas azules de su directorio telefónico.

Use la línea gratis de información de la FDA: (888) INFO-FDA (463-6362).

O busque la FDA en el Internet: www.fda.gov

La Administración de Drogas y Alimentos es una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos que se asegura que la manufactura de las medicinas y otros tratamientos médicos son efectivos y seguros.

FDA06-1105CS