

LA PANDEMIA DE GRIPE Y USTED

Una pandemia de gripe ocurre cuando un nuevo virus de influenza surge entre los seres humanos y se transmite fácilmente de persona a persona. Como el virus es nuevo en los seres humanos, las personas tienen poca o ninguna inmunidad contra él y el virus se propaga por todo el mundo. Aunque no es posible predecir con exactitud cuándo ocurrirá la próxima pandemia de gripe o su grado de severidad, ahora es el tiempo para planificar.



En una pandemia de influenza severa:

- Muchas personas se enfermarían y no podrían ir a trabajar o asistir a reuniones públicas;
- Muchas otras tendrían que quedarse en casa para cuidar a sus familiares enfermos; y
- Muchas personas morirían.

Como resultado, los negocios y las escuelas podrían cerrarse, y los servicios básicos tales como el transporte y la distribución de alimentos podrían interrumpirse.

Es importante que las familias y las comunidades estén preparadas para una pandemia de influenza.

Usted puede tomar algunas medidas básicas para prepararse **AHORA**

Usted puede:

1. PRACTICAR BUENOS HÁBITOS DE HIGIENE.

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. Utilice un pañuelo de papel al toser o estornudar. Manténgase alejado de otras personas cuando esté enfermo. El desarrollo de buenos hábitos de higiene ahora podría ayudarle en caso de una pandemia de influenza.

2. ESTAR LISTO PARA UNA EMERGENCIA.

Almacene reservas de agua y alimentos suficientes para dos semanas. Tenga a mano medicamentos con y sin receta y otros suministros médicos, incluyendo medicinas para el dolor y los resfriados.

3. CONOCER LOS PLANES DE SU COMUNIDAD Y LUGAR DE TRABAJO.

Averigüe lo que sus oficiales electos, lugar de trabajo, escuela, congregación y otros grupos comunitarios están haciendo para prepararse contra una pandemia de influenza.

Siguiendo estos pasos, usted estará mejor preparado para una pandemia y otras emergencias.

Es muy importante que todos sepan qué hacer acerca de la pandemia de gripe. Para obtener más información sobre cómo protegerse usted y su familia, visite espanol.PandemicFlu.gov o llame al 1-800-232-4636.

espanol.PandemicFlu.gov
1-800-232-4636

**Sepa qué hacer acerca
de la pandemia de gripe**

