

# DIGA NO A LAS 2 GRIPES



**Protéjase y proteja a su familia contra 2 tipos de gripe.**

**Gripe Pandémica H1N1**

**Lávese sus manos con frecuencia**

**Cúbrase la boca al toser o estornudar**

**Quédese en casa si está enfermo**

**Vacúnese contra la gripe**

**Gripe Estacional**

**Para más información llame 1-888-993-3003 o visite [www.fcdph.org/flu1n1](http://www.fcdph.org/flu1n1)**



Departamento de Salud Pública  
[www.fcdph.org](http://www.fcdph.org)



## 2 Vacunas Para 2 Tipos de Gripe

**GRIFE PANDEMICA H1N1:** personas de alto riesgo que deben obtener la vacuna son:

- Mujeres embarazadas
- Niños y jóvenes de 6 meses a 24 años de edad
- Personas que viven o cuidan niños menores de 6 meses de edad
- Adultos con condiciones de salud crónicas

**GRIFE ESTACIONAL:** personas de alto riesgo que deben obtener la vacuna son:

- Niños y jóvenes de 6 meses a 18 años
- Adultos
- Mayores de 50 años



**LLAME A SU PROVEEDOR DE SALUD para información sobre las vacunas contra la Gripe Pandémica H1N1 y Gripe Estacional**

## Signos y Síntomas

Síntomas de **Gripe Pandémica H1N1** son similares a los síntomas de la **Gripe Estacional**

- Fiebre
- Tos
- Dolor de cabeza
- Fatiga
- Dolor de garganta
- Dolor muscular
- Náusea
- Vómito
- Diarrea

**Busque atención médica si los síntomas duran o empeoran.**

## Prevención para las 2 Tipos de Gripe



- **Cúbrase la boca y nariz al toser y estornudar en el ángulo interno del codo o en un pañuelo desechable. Tire el pañuelo después de cada uso.**
- **Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. También puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol.**
- **Permanezca en casa si está enfermo y no mande a los niños a la escuela si están enfermos.**
- **Evite contacto con personas enfermas.**