

¿Qué causa la gripe?

La gripe es causada por los virus de la influenza que pueden infectar la nariz, la garganta y los pulmones. Estos virus, al igual que otros virus, se contagian cuando la gente con gripe tose, estornuda o habla, enviando gotas con el virus al aire, potencialmente infectando a otras personas cercanas. También puede contagiarse tocando algo que tiene el virus de la gripe y luego tocando su propia boca, ojos o nariz.

¿Por qué la gripe se contagia tan rápido?

Usted puede contagiar la gripe antes de saber que está enfermo, comenzando 1 día antes de que se desarrollen los síntomas y hasta 5 a 7 días después de enfermarse. Niños pequeños y gente con el sistema inmune débil, a menudo son contagiosos por un tiempo aún más largo y pueden infectar a otros por más de 5 a 7 días.

¿Por qué la gripe es de alto riesgo para las personas con EPOC?

La gente con EPOC corre un alto riesgo de desarrollar complicaciones graves de la gripe, incluso si su EPOC es leve o sus síntomas están controlados por medicamentos. Esto se debe al hecho de que las personas con EPOC tienen las vías respiratorias inflamadas y sensibles. La gripe también puede llevar a infecciones secundarias como bronquitis, infección en las sinuses, infecciones del oído y neumonía. La gripe también puede volverse muy grave muy rápidamente, lo que requiere hospitalización. En algunos casos, la gripe puede incluso causar la muerte.



Pulmones con EPOC vs. Pulmones Saludables

Señales y síntomas de la gripe

- Inicio repentino de fiebre alta, escalofríos
- Dolor de cabeza, dolores musculares y dolor en las articulaciones
- Tos, dolor de garganta
- Congestión nasal, escurrimiento nasal
- Fatiga

¿Qué puedo hacer para evitar contraer la gripe?

- **Reciba su vacuna anual contra la gripe.** Todos de 6 meses de edad o mayores deben recibir una vacuna contra la gripe tan pronto esté disponible cada otoño.
- Lávese las manos con frecuencia durante la temporada de gripe.
- Cúbrase la boca al estornudar o toser.
- Limpie y desinfecte las superficies que se toquen con frecuencia, como las perillas de las puertas.
- Pídales a las personas con las que vive o ve con frecuencia que también se vacunen contra la gripe.
- Evite estar cerca de personas enfermas.

¿Qué debería hacer si creo que tengo la gripe?

- Llame a nuestra oficina para una cita tan pronto como sea posible, ya que hay medicamentos que pueden ayudar a acortar los síntomas de la gripe, pero deben tomarse dentro de los dos días de los síntomas para que sea efectivo.
- Continúe tomando sus medicinas según se las han recetado. No aumente o cambie la forma en que está tomando sus medicinas a menos que se lo indique su proveedor.