



# Tabla de Decisión

*Protégase a Usted, Proteja a Otros*



## ¿TIENE SÍNTOMAS DE GRIPE? (fiebre, dolor de garganta, tos, dolor de cabeza, dolores musculares)

Use las pautas en esta tabla para ayudarle a tomar la mejor decisión sobre el cuidado para usted y sus seres queridos.

### ¿TIENE CUALQUIERA DE ESTAS SEÑALES DE ADVERTENCIA?

#### TANTO ADULTOS COMO MENORES

- > Confusión o no poder despertar
- > Dificultad para respirar
- > Dolor o presión en el pecho o abdomen
- > Labios azulados o salpullido cutáneo
- > Incapaz de beber o mantener líquidos en el estómago

#### EN MENORES

- > Fiebre en un bebé menor de 3 meses de edad
- > Irritabilidad excesiva

#### DECISIÓN:

**Busque atención de emergencia en cuanto antes.**

**Llame al 9-11, de ser necesario.**

### ¿TIENE UNA CONDICIÓN MÉDICA O TIENE MÁS DE 65 AÑOS DE EDAD?

- > Embarazo
- > Cáncer
- > Trastornos sanguíneos
- > Enfermedad pulmonar crónica tal como asma o enfisema
- > Diabetes
- > Enfermedad cardíaca, renal o hepática
- > Enfermedades del sistema nervioso o musculares
- > Sistema inmunológico débil
- > Obesidad [más de alrededor de 250 libras (113 Kg.) en mujeres, 300 libras (136 Kg.) en hombres]
- > Sus síntomas parecidos a los de la gripe mejoran claramente, pero luego se enferma más

#### DECISIÓN:

**Comuníquese con su proveedor de atención de salud hoy mismo.**

**Si tiene ingresos bajos o no tiene seguro médico llame al 1-800-978-3040.**

### SIN SEÑALES DE ADVERTENCIA: NO TIENE NINGUNA DE LAS CONDICIONES MÉDICAS ANTES LISTADAS.

Puede tener influenza o tan sólo un resfriado común. Si no se presentan señales de advertencia, trátelo en casa; descanse, beba bastantes líquidos y trate la fiebre con acetaminofeno o ibuprofeno (no administre aspirina a niños menores de 18 años de edad).

#### DECISIÓN:

**Descanse, beba bastantes líquidos y trate la fiebre.**

### Siempre tome medidas preventivas para evitar la contaminación:

- > Lávese las manos con frecuencia.
- > Tosa y estornude en la parte interior de su codo en lugar de en sus manos.
- > **Quédese en casa si se enferma.**

### Información General

Para información sobre la gripe H1N1 y para encontrar un lugar donde vacunarse, llame al

**1-800-978-3040**

## ¡PERMANEZCA INFORMADO!

[www.cdc.gov/h1n1flu](http://www.cdc.gov/h1n1flu)  
[www.flu.gov](http://www.flu.gov)

[www.co.washington.or.us/flu](http://www.co.washington.or.us/flu)  
[www.co.clackamas.or.us/swineflu](http://www.co.clackamas.or.us/swineflu)

[www.mchealth.org](http://www.mchealth.org)  
[www.flu.oregon.gov](http://www.flu.oregon.gov)