



INSTRUCCIONES PARA PERSONAS CON SINTOMAS DE INFLUENZA

Las personas con síntomas de influenza como fiebre, tos, dolor de garganta, dolor en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y fatiga deben permanecer en su casa por siete (7) días después de manifestarse la enfermedad o al menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido, cualquiera sea el período más largo.

En caso de ser obligatoria su interacción en la comunidad, use una máscara para reducir el riesgo de transmisión o propagación del virus al estornudar, toser, hablar o respirar. Si no tiene una máscara disponible, utilice un pañuelo, desechable preferiblemente, para cubrirse y tire el pañuelo a la basura inmediatamente.

Usted y todas las personas que vivan en su casa deberán lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente. Utilice una gelatina (gel) para manos con base de alcohol (al menos del 60%) en caso de que no haya agua o jabón disponibles o las manos no estén visiblemente sucias o contaminadas. Cuando se encuentre al menos a 6 pies de otros residentes en casa, utilice una máscara si está disponible.

Los residentes en su casa que no estén enfermos deben permanecer en casa en cuanto aparezca la menor señal de enfermedad y minimizar el contacto con la comunidad lo más posible.

Designe a un miembro de la familia para que sirva como proveedor de cuidados y así minimizar la interacción con personas que no están enfermas.