



Que é a gripe?

A gripe é unha enfermidade vírica, leve na maioría dos casos, que presenta os seguintes síntomas:

- Pode aparecer febre igual ou maior a 38°, sobre todo os dous primeiros días.
- Tose.
- Dor de garganta, dor de cabeza, dor muscular.
- Malestar xeral, conxestión nasal.
- Esbirros.
- Vómitos e diarrea.

Como se contaxia?

O contaxio prodúcese persoa a persoa, principalmente a través das gotiñas de saliva e secrecións nasais que se expulsan ao tusir, falar ou esbirrar. Ademais, o virus pódese transmitir tamén indirectamente ao tocar algo que estea contaminado co virus da gripe e ao levar as mans aos ollos, ao nariz e á boca.

Existen medicamentos para o tratamento da gripe?

Existen medicamentos que alivian os síntomas (febre, tose, dores musculares, etc). Evite o ácido acetil salicílico (aspirina) nos menores de 18 anos.

Os antibióticos non están indicados por tratarse dun virus. Só son útiles, sempre baixo prescrición médica, no caso de producirse complicacións bacterianas.

Os coñecidos como antivirais só se empregan baixo prescrición médica e só para tratar ás persoas que teñen factores de risco.

Síntomas suxestivos de gravidade?

Nos nenos

- Respiración rápida ou dificultosa.
- Cor gris azulada da pel.
- Vómitos persistentes.
- Dificultade para espertar ou interactuar.
- Estar moi irritable.

Nos adultos

- Dificultade para respirar ou dor no peito.
- Cor púrpura ou azul dos beizos.
- Ter vómitos e non poder reter os líquidos e ter signos de deshidratación, tales como mareos ao estar de pé, ausencia da micción.
- Ter convulsións.

Como distinguir a gripe dun arrefriado común?

Síntomas	Gripe	Arrefriado común
Febre	Sempre superior a 38°C Duración de 3 o 4 días	Xeralmente sen febre ou pouco elevada
Dor de cabeza	Si é bastante forte	Raramente
Dores musculares	Sempre e son fortes	Leves
Tos	Habitual e poden ser importantes	De lixeira a moderada
Secreción nasal	Non	Sí, abundante
Esbirros	Raramente	Frecuentes
Dor de garganta	Raramente	Reseca e dolorosa
Irritación ocular	Raramente	Frecuente

Que debo facer se penso que teño gripe?

A maior parte das gripes son leves

Se non ten factores de risco nin/ou signos de gravidade, quede na casa ata que remitan os síntomas ou consulte por teléfono co 061 ou ben co seu centro de saúde.

Se ten factores de risco acuda ao seu médico e lembre que é aconsellable vacinarse todos os anos.

Pode consultar información na Web Temática da Gripe

<https://gripe.sergas.es/>

D.L.: C71-2019
Deseño: Krisoladiseño



1 Cóidese
na casa se non ten signos de gravidade



2 Atención telefónica 061
se ten dúbidas chame ao 061, atenderá un profesional e diralle o que debe facer



3 Centro de saúde
pida cita cando sexa necesario ou se ten factores de risco



4 Urgencias non hospitalarias
fóra do horario do seu centro de saúde, recibirá atención adecuada no **PAC**



5 Urgencias hospitalarias
recorde que as urgencias hospitalarias son o último recurso para os casos de maior gravidade



GRIPE

