

Para conocer su Centro de Urgencias  
de Atención Primaria más cercano, llame al teléfono  
**900 102 112**



**Comunidad  
de Madrid**

[www.madrid.org/gripe](http://www.madrid.org/gripe)



Nuestro agradecimiento al Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid

Edita: Comunidad de Madrid. Consejería de Sanidad  
Dirección General de Coordinación de la Atención al Ciudadano y Humanización de la  
Asistencia Sanitaria  
Imprime: BOCM  
Tirada: 50.000 ejemplares  
Edición: Enero 2017  
DL: M-2243-2017  
Impreso en España-Printed in Spain

# Gripe Estacional



 **900 102 112**

[www.madrid.org/gripe](http://www.madrid.org/gripe)



## Qué es la gripe

La gripe es una enfermedad benigna muy contagiosa originada por un virus, que ocasiona en las personas una infección aguda del aparato respiratorio. Una vez contraída la gripe, la mayoría de las personas infectadas se curan completamente en una semana o diez días. Las personas de edades avanzadas y todas aquellas que padecen determinadas enfermedades crónicas, son más susceptibles de sufrir complicaciones graves.

## Cómo evitar su contagio

El virus de la gripe es muy contagioso. Se contagia de persona a persona, a través de pequeñísimas gotas de saliva que expulsamos por la nariz y por la boca al hablar, toser y estornudar.

Por ello, para proteger a otras personas, cúbrase la boca y nariz al toser y estornudar y lávese las manos con frecuencia con agua y jabón.

En la actualidad, la vacunación es el mejor medio para prevenir la gripe. Si aún no se ha vacunado, todavía puede hacerlo en su centro de salud.

## Qué síntomas presenta la gripe

Se caracteriza por fiebre alta, dolor de cabeza, dolores musculares generalizados y tos.

SÍNTOMAS	GRIPE	RESFRIADO COMÚN
Fiebre	Mayor de 38° C 3 a 4 días	Sin fiebre, o poco elevada
Dolor de cabeza	Sí, y bastante fuerte	Raramente
Dolores musculares	Siempre y son fuertes	Leves
Tos	Habitual	De ligera a moderada
Secreción nasal	No	Sí, abundante
Estornudos	Raramente	Frecuentes

## Tratamiento

- Guarde reposo.
- Beba muchos líquidos.
- Evite el consumo de alcohol y tabaco.
- Controle el dolor y la fiebre con analgésicos y antitérmicos que le recomiende su farmacéutico o el profesional sanitario de su centro de salud.
- La gripe es un proceso viral que no se cura con antibióticos.

## Cuándo acudir a su centro de salud

- Si no desaparece la fiebre pese al tratamiento.
- Si tiene dificultad para respirar estando en reposo.
- Si continúa con tos pasados diez días.

**Si está incluido en algún grupo de riesgo y no se ha vacunado, aún está a tiempo.**

## Cuándo acudir a Urgencias

- Antes de acudir, llame al teléfono gratuito 900 102 112.
- Utilice los centros de salud en su horario habitual y fuera de este puede acudir al Centro de Urgencias de Atención Primaria más cercano.
- De este modo, nos ayudará a evitar que se saturen los servicios de urgencia hospitalaria para que puedan ser atendidos los casos graves.
- Le rogamos que no utilice las urgencias hospitalarias salvo que sea necesario.