



RESFRÍOS Y GRIPE

la temporada ocurre anualmente durante la mitad más fría del año dentro de cada hemisferio. Los virus del resfriado y la gripe son contagiosos y puede permanecer activos hasta 24 horas en la superficie. No hay cura para ninguna de las enfermedades. La vacuna contra la gripe se recomienda a la mayoría de las personas anualmente. La principal expansión en la cual los virus se propagan es a través de toser y estornudar sin cubrirse la boca. La universidad pone en marcha medidas de limpieza para ayudar a reducir los niveles de transmisión de los virus. Nada está comprobado que sea eficaz, como las acciones individuales para la prevención del resfriado y la gripe. Vacunarse contra la gripe y practicar higiene adecuada para protegerse a sí mismo y a los demás.

DIFERENCIAS:

SINTOMAS DE GRIPE

- Inicio rápido
- Fiebre
- Resfriado
- Dolor de cuerpo
- Esfuerzos
- Debilidad
- Fatiga
- Dura 1-2 semanas
- Perdura 2-3 semanas

SÍNTOMAS DE RESFRIADO

- Desarrolla en 48 horas
- Mucosidad, nariz tapada
- Congestión
- Estornudos
- Tos
- Dura 3-10 días

¿QUÉ HACER?

- Vacunarse contra la gripe tan pronto como sea disponible.
- Lávese las manos con frecuencia para reducir el riesgo de enfermarse!
- ¡Cúbrase la boca cuando estornude o tosa!
- Si está enfermo, quédese en casa 24 horas después de la desaparición de la fiebre



Vacunas contra la gripe son ofrecidas anualmente en el centro de salud de la Universidad



Lávese las manos frecuentemente para reducir los riesgos de enfermarse.



Si está enfermo, quédese en casa 24 horas después de la desaparición de la fiebre

