



## INFORMACIÓN GENERAL DE LA INFLUENZA

*Involucrar a madres, padres y tutores en los procesos del cuidado personal y comunitario para enfrentar de manera corresponsable al virus de la influenza.*

8:00 AM ✓



UI-18  
Padres



### 1 Objetivos Específicos

- Explicar qué es la Influenza, cómo se previene y discernir los mitos de las realidades que giran en torno a ella, con el fin de prevenir desde la información.

### 2

#### INICIO

🕒 5 min

Lee con atención lo siguiente:

Seguramente recordarás que hace algunos años vivimos una epidemia causada por la Influenza H1N1 y que gracias a la organización y a la vacuna se pudo mitigar. Qué tal si rompemos con la amnesia colectiva y dejamos que el pasado nos hable de manera propositiva.

En la presente ficha hablaremos sobre la Influenza. Esta enfermedad es causada por el virus de Influenza tipo A, que pertenece a la familia Orthomixoviridae y las que más nos afectan son la H1N1 y H3N2.

Las medidas sanitarias que previenen la influenza son:

- Lavarse bien las manos con agua y jabón, por lo menos durante 20-30 segundos y con frecuencia;
- Estornudar y toser cubriendo la boca y la nariz con la parte interna del codo flexionado
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca,
- Utilizar cubrebocas en caso de que tengas que salir de casa y, en casa, si tienes alguna enfermedad respiratoria;
- Mantener una sana distancia y evitar lugares concurridos,
- Mantener una higiene adecuada, lo que implica una limpieza profunda y desinfección de las superficies, pisos y los objetos que más se tocan.

La influenza es una enfermedad con la que ya convivimos desde hace tiempo, por lo que a veces se pueden generar algunos mitos alrededor de ella, que generan desinformación. Con el fin de evitarlo a continuación se encuentran algunos mitos y realidades sobre la influenza.

**Mito:** la influenza es como un resfriado.

**Realidad:** la influenza no es un resfriado. Comparte algunos síntomas con esta enfermedad porque afecta las vías respiratorias, pero no es lo mismo. Su letalidad es mayor y, si no se trata de forma correcta, puede dañar gravemente la salud de una persona. Los resfriados son causados por otro virus, la influenza proviene de la familia de los Orthomyxoviridae.

**Mito:** la vacuna contra la influenza provoca el contagio de la enfermedad.

**Realidad:** algunas personas pueden tener reacciones secundarias a la vacuna de la influenza, pero esto no significa que el tratamiento provoque la enfermedad.

**Mito:** los efectos secundarios de la vacuna son graves.

**Realidad:** no, los efectos secundarios de la vacuna no son graves, de forma generalizada cada persona podría tener una reacción diferente a ella y deberá guardar cierto reposo durante las dos semanas que el organismo se adapte al tratamiento.

**Mito:** la vacuna no es efectiva.

**Realidad:** la vacuna es un tratamiento eficiente para prevenir la influenza, tiene una efectividad entre el 40 y 60 por ciento. Este porcentaje varía cada año y, por supuesto, depende de la edad, estado de salud y del sistema inmune de cada persona.

**Mito:** si soy una persona “sana” no necesito la vacuna.

**Realidad:** la vacuna es una medida preventiva contra esta enfermedad. Cualquier persona puede enfermarse o contagiarse, por lo que todas y todos, después de los 6 meses de edad, deberán vacunarse de forma anual.

**Mito:** los niños no necesitan la vacuna.

**Realidad:** esta creencia es un error, pues los niños, abuelitos y el personal de la salud, así como aquellas personas con otras enfermedades crónicas o degenerativas son la población más vulnerable. A partir de los 6 meses de vida, todas las personas deben vacunarse.

Como mexicanos nos antecede el éxito de la superación de la epidemia de la Influenza. La mayoría de las personas pelearon por la vida. No somos ajenos al dolor, al sufrimiento y a las situaciones límite. Necesitamos poner en práctica hábitos sanos y una disciplina responsable.

¡Ánimo! Ahora ya estás más informado y con tu ayuda podemos salir adelante.

**3**

Desarrollo

**30 min**



Invita a los miembros de tu familia a ver los siguientes videos en el orden sugerido. Da click en los siguientes enlaces:

- ¿Qué es?
- ¿Cómo prevenirla?
- Aprendizajes
- Mitos y realidades

A partir de la lectura y de los videos resuelve el siguiente acróstico. Utiliza palabras o frases que brinden una característica de la Influenza. Guíate con el ejemplo:

*Ejemplo: Infecciosa*

**I** \_\_\_\_\_

**N** \_\_\_\_\_

**F** \_\_\_\_\_

**L** \_\_\_\_\_

**U** \_\_\_\_\_

**E** \_\_\_\_\_

**N** \_\_\_\_\_

**Z** \_\_\_\_\_

**A** \_\_\_\_\_

En muchos de nuestros entornos cotidianos, hay familiares o conocidos, que aún desconocen el virus de la influenza. Por tal motivo, ¿cómo podrías replicar lo aprendido? Qué tal si generas una publicación en alguna red social, con el contenido o imagen que desees para crear conciencia.

Si no te es posible hacer una publicación, platica de lo que aprendiste con tus familiares o personas de tu comunidad, entre más conozcamos sobre la influenza, será más fácil protegernos de ella.

¡Contamos contigo!



Cierre

🕒 5 min

Para no olvidar lo que revisaste en esta ficha, resuelve la siguiente tabla.

INFLUENZA	
¿Qué es?	
¿Cómo se transmite?	
Mitos	
Realidades	



**5**

**Evaluación**

**5 min**

Contesta, con honestidad, las siguientes preguntas, marcando con una X tu respuesta. Si tu respuesta es “aún me quedan dudas” o “no lo comprendí” te recomendamos volver a ver los videos que se prepararon y revisar las actividades que realizaste.

	LO COMPRENDÍ	AÚN ME QUEDAN DUDAS	NO LO COMPRENDÍ
¿Puedo explicar qué es la Influenza?			
¿Puedo explicar cómo se previene la Influenza?			
¿Distingo los mitos y las realidades en torno a la Influenza?			