

La UPRL informa



LA FORMA MÁS EFICAZ DE PROTEGERSE FRENTE A LA GRIPE ES VACUNÁNDOSE TODOS LOS AÑOS

La gripe es un proceso estacional que hace su aparición en la época de otoño-invierno, siendo una de las principales causas de absentismo laboral en los meses de invierno, ya que se transmite de forma rápida principalmente por el aire, las gotitas de saliva y las secreciones nasales que se expulsan al toser, al hablar o al estornudar.

Todos los grupos de edad pueden padecer la enfermedad, afectando por igual a ambos sexos siendo los principales síntomas la aparición brusca de fiebre entre los 38°C y los 40°C y con una duración entre 3 y 5 días acompañada o no de escalofríos, secreción líquida nasal, dolor de cabeza, tos, dolor de garganta al tragar, pérdida de apetito, dolores articulares, sensación de cansancio y malestar general.

Para evitar el contagio:

- Cúbrete la boca y la nariz al estornudar o toser
- Límpiase las manos con frecuencia
- Evita tocarte los ojos, nariz o boca
- Si te sientes enfermo consulta con tu médico de familia

La forma más eficaz de prevenir la enfermedad y sus consecuencias graves es la vacunación

Hace más de 60 años que se vienen utilizando vacunas seguras y eficaces. En los adultos sanos la vacunación antigripal **puede prevenir un 70% a 90% de los casos de enfermedad gripal específica**, mientras que en los ancianos reduce los casos graves y las complicaciones en un 60%.

La UPRL informa

La vacunación es especialmente importante en las personas que corren mayor riesgo de sufrir complicaciones de la gripe y en aquellas que viven con pacientes de alto riesgo o que cuidan de ellos.

La vacunación en el lugar de trabajo mejora la competitividad de las empresas

La vacunación de la población trabajadora tiene una considerable efectividad y rentabilidad, reduciendo en un 44 % las visitas a la consulta del médico y hasta en un 70 % el absentismo laboral y la pérdida de productividad.

Una gripe común puede llegar a suponer entre 5 y 7 días de baja laboral, y un trabajador que acude al centro de salud en su horario laboral emplea 2,5 horas, siendo el promedio del coste por hora trabajada en España de 20 euros/ hora, según datos del INE, además los trabajadores con gripe que permanecen en el trabajo tienen una reducción del 50 % en la productividad y aumentan el riesgo de contagio a los compañeros, todo ello provoca un gran impacto económico en las empresas.

Vacunándote consigues cuidarte tú, cuidar a tu familia y tu entorno de trabajo