

# **Universidad del sureste**

**Alumno: Anthony González gordillo**

**trabajo: plataforma infografia**

**Docente: Jhoanna Guadalupe lopez**

**Materia: salud publica**

**Fecha: 30 de noviembre del año 2024**

# INFLUENZA ESTACIONAL

## 1 QUE ES

La influenza estacional, también conocida como gripe, es una enfermedad respiratoria causada por virus que se presenta en otoño e invierno



## 2 CÓMO SE TRANSMITE

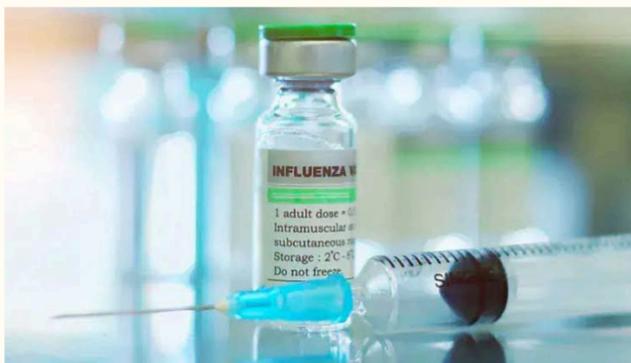
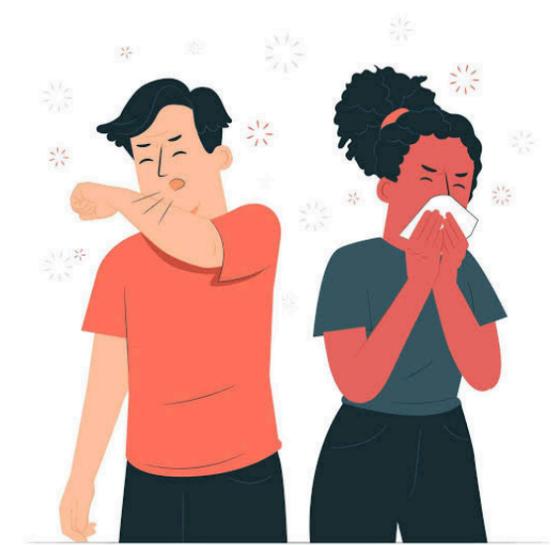
Se transmite a través de gotitas respiratorias que se emiten al toser o estornudar. Generalmente se transmite de persona a persona, aunque de vez en cuando una persona se puede infectar al tocar un objeto contaminado con el virus y luego tocarse la nariz o la boca.



## 3

### TIPOS

Hay cuatro tipos de virus de la influenza: A, B, C y D. Los virus A y B de la influenza causan epidemias estacionales de la enfermedad en las personas



## 4 TIPOS DE VACUNAS

- Vacuna inactivada
- Vacuna viva atenuada
- Vacuna recombinante
- Vacuna a base de células

## 5

### DIETOTERAPIA

Se recomienda una dieta que incluya alimentos que fortalezcan el sistema inmunológico, como frutas y verduras de temporada, y que además ayude a reducir la inflamación y la congestión



## 6

### RECOMENDACIONES

- Mantén distancia de los demás.
- Cúbrete la boca y nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Usa una mascarilla para protegerte y a los demás.



# Bibliografía

Antología de la materia de salud pública extraída de la biblioteca en línea de la universidad del sureste campus Tapachula