

# EMBARAZO Y LA GRIPE

## GRIPE ESTACIONAL Y PANDÉMICA H1N1

Las mujeres embarazadas corren mayor riesgo por la gripe.  
Tome los pasos para protegerse.

H1N1 | **PREPARE4FLU2DAY**  
[www.ColumbusPandemicFlu.org](http://www.ColumbusPandemicFlu.org)

### Protéjase contra la gripe...

- Lávese las manos frecuentemente
- Cúbrase al toser
- Manténgase alejado de personas enfermas
- Quédese en casa si está enferma y llame a su médico
- Vacúnese y contra la gripe estacional – disponible ahora
- Vacúnese contra la gripe H1N1 – cuando esté disponible

### Si se enferma...

Póngase en contacto con su médico de inmediato.

Los síntomas pueden incluir:

- Fiebre alta
- Tos
- Catarro o nariz congestionada
- Dolor de garganta
- Dolores musculares
- Dolor de cabeza
- Escalofríos
- Cansancio
- Diarrea y vómitos

### Manténgase informada...

- [www.ColumbusPandemicFlu.org](http://www.ColumbusPandemicFlu.org)
- Llame al 2-1-1 (en el área de Columbus) ó al 614-221-2255 (fuera de Columbus)



10.22.09