

¿Cómo podemos acompañar a alguien con dengue en su recuperación?

Recomendaciones para síntomas leves de dengue

Tomar líquido de manera continua
(3 a 5 litros por día)



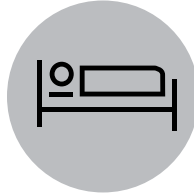
¡La hidratación misma es el tratamiento de la enfermedad!



Pueden sumarse a la dieta caldos u otros alimentos "líquidos"

Comer comida liviana

Las pocas ganas de comer son normales en esta enfermedad, pero ingerir algún alimento es fundamental



Hacer reposo

¡Tu cuerpo lo necesita!



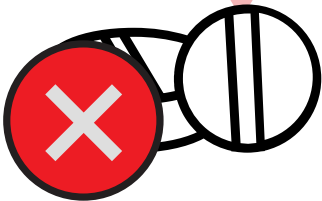
Si tenés prurito (picazón en el cuerpo)

Se puede aliviar con: paños fríos, talco mentolado, suaves masaje en las plantas de los pies con alguna crema o aceite esencial de menta, mentol, alcanfor o romero

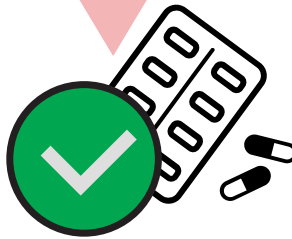
Si es fuerte y persistente, consultar con el equipo de salud



Para bajar la fiebre



NO tomar aspirina, ni ibuprofeno
u otro antiinflamatorio no esteroideo



Usar paracetamol
Para no sobrecargar el hígado, respetar la dosis adecuada: para personas adultas es de 500 mg cada 6 hs



Si es posible, bajar la temperatura con baños en vez de medicamentos



Es importante mantener el contacto con el equipo de salud que hace el seguimiento para poder sacarnos todas las dudas y actuar a tiempo frente a alguna señal de alarma



caza_mosquitos



cazamosquitos



¿Qué hacer cuando aparecen síntomas graves?

Aún cuando ya no haya fiebre (3 a 7 días después de comenzados los síntomas), es **fundamental atender a las señales de alerta** porque esta fase del dengue puede ser peligrosa para algunas personas.

Recomendamos consultar inmediatamente al equipo de salud si aparece alguna de las siguientes señales:



Dolor abdominal intenso o vómito persistente



Vómitos y/o caca con sangre



Somnolencia o irritabilidad



Sangrado por la nariz o las encías



Puntitos o manchas rojas en la piel



Dificultad para respirar



O cualquier otro signo o síntoma que aparezca repentinamente

Para cuidar a quienes conviven con alguien que tiene dengue

Es importante que la persona que tiene dengue no sea picada, así no transmite la enfermedad a través del mosquito.

Para esto, se recomienda que todas las personas de la casa usen

Repelente



Te recomendamos informarte acerca del repelente que vayas a usar, ya que no todos actúan de la misma manera ni tienen el mismo tiempo de acción.

Por ejemplo, la citronela es muy efectiva pero de muy corta duración.

Cualquier medida al alcance para evitar la picadura de mosquitos

(espirales, pastillas, tules o mosquiteros en las ventanas, etc.)



No olvides prestar atención a potenciales criaderos de mosquitos (cualquier tipo de recipiente adonde se junte agua)



caza_mosquitos



cazamosquitos

