



4 de diciembre de 2009

Preguntas de los medios: Christine Decker Stone, (oficina) 971-673-1282, (celular) 503-602-8027, Christine.l.stone@state.or.us; Alissa Bateman-Robbins, 503-490-6590

Compras: protéjase y proteja a los demás de la gripe

Compre hasta cansarse, pero no por la gripe

Este año, la temporada de compras navideñas puede ayudar o arruinar a los comerciantes de Oregon. La División de Salud Pública de Oregon quiere que la población sepa que no necesita mantenerse lejos de las tiendas y los centros comerciales por miedo a la gripe, pero sí dar prioridad a la prevención de la gripe.

"La prevención cotidiana puede proteger a las personas de la gripe, sin importar dónde estén o lo que estén haciendo", afirma Mel Kohn, M.D., M.P.H., Director de la División de Salud Pública de Oregon.

El virus de la gripe se propaga por las gotitas de la tos y los estornudos, y un estornudo puede viajar por lo menos tres pies de distancia. Los estudios han demostrado que los virus de la gripe puede sobrevivir en superficies duras y pueden infectar a una persona de dos a ocho horas después de haber entrado en contacto con mostradores de tiendas, manijas de puertas y mesas de restaurantes. Pero hay varias cosas que la gente puede hacer para protegerse mientras hace compras durante la temporada de fin de año.

Piense antes de tocar:

- Limpie la manija de los carros de compras con toallitas desinfectantes.
- Sea exigente al recoger mercaderías.

- Use puertas automáticas o ábralas empujando con el cuerpo en lugar de las manos.
- Pulse los botones de los elevadores con el codo.
- Evite el uso de "muestras" de loción o perfume, y piense antes de probar muestras de comida.
- Límpiese las manos después de tocar cajeros automáticos y plumas.
- Considere la posibilidad de llevar toallitas desinfectantes para limpiar las mesas donde va a comer y otras superficies de uso frecuente.

Lávese las manos:

- Lleve desinfectante de manos en su bolsa.
- Lávese las manos con agua y jabón antes de comer cualquier cosa.

No propague los gérmenes:

- Quédese en casa si se siente enfermo.
- Cúbrase al toser y estornudar pero sin usar las manos.
- Vacúnese tan pronto como sea posible.

Además, las empresas pueden ayudar a proteger a sus empleados y clientes proporcionando toallas de papel y desinfectantes para manos cerca de las cajas registradoras, poniendo toallitas desinfectantes cerca de los carros de compras, alentando a los trabajadores a quedarse en casa si están enfermos y colocando, en lugares visibles, avisos con las medidas básicas de prevención: lavarse las manos, cubrirse la boca al toser y quedarse en casa si están enfermos. El sitio de Internet de la División de Salud Pública de Oregon, www.flu.oregon.gov tiene un cartel para negocios y un conjunto de herramientas que los negocios pueden descargar.

Para más información, visite www.oregon.flu.gov o llame a la línea directa de atención de la gripe de la División de Salud Pública de Oregon al 1-800-978-3040.

#