

# ¿Qué es la gripe?

La **gripe** es una enfermedad infecciosa aguda de las vías respiratorias causada por los diferentes tipos del virus Influenza y cada invierno es la **principal responsable del mayor número de bajas laborales y absentismo escolar.**

Es **altamente contagiosa**, los virus se transmiten de una persona a otra a través del aire al hablar, toser o estornudar, y también al tocar objetos previamente contaminados por el virus y tocarse luego la nariz, la boca o los ojos.

Los virus se transmiten desde 1 día antes del inicio de los síntomas hasta 7 días después, pero sobre todo los **3 primeros días.**

**Reconocer la gripe es fácil**, se presenta habitualmente con la aparición de fiebre alta, tos, escalofríos, dolores musculares, dolor de garganta, obstrucción nasal, moqueo...

Sin embargo, la gripe, se confunde habitualmente con otras infecciones víricas respiratorias que se denominan **síndromes gripales**, que se manifiestan con los mismos síntomas no específicos de la gripe, como pueden ser fiebre, dolor de cabeza, tos, y algunos signos de infección respiratoria de vías altas.

desde los  
primeros síntomas gripales  
**ahora ya me siento bien**

hace 36 horas tenía 39º,escalofríos, agujetas...

desde los primeros síntomas gripales  
**ahora ya me siento bien**



## Suscríbete a nuestro Club**HOMEOSALUD**

Te invitamos a formar parte de nuestro Club**HOMEOSALUD** a través del cual recibirás periódicamente nuestra Newsletter con la información más actual sobre homeopatía para cuidar de tu salud y de la de los tuyos.

- 1.- Sólo tienes que entrar en nuestra página web **www.boiron.es**
- 2.- Busca el apartado Club**HOMEOSALUD** situado en la parte derecha de la pantalla.
- 3.- Escribe tu dirección de correo electrónico en el espacio EMAIL, y pincha a continuación OK para validar el proceso.

Y 12 05



hace 36 horas tenía 39º,  
escalofríos, agujetas...

desde los primeros síntomas gripales  
**ahora ya me siento bien**



LABORATORIOS  
**BOIRON®**  
www.boiron.es

LABORATORIOS  
**BOIRON®**  
www.boiron.es

# Medidas de prevención



# Qué ventajas aporta un tratamiento homeopático frente a los procesos gripales:

- **Descansar adecuadamente.**
- **Beber abundantes líquidos** y mantener una **alimentación saludable**, sin olvidar la fruta natural rica en vitaminas, sobre todo vitamina C, como es el caso de los cítricos.
- **Practicar deporte** de forma habitual.
- **Lavarse frecuentemente las manos** con agua y jabón.
- Favorecer un **ambiente sano**: ventilar, humidificar y utilizar la calefacción con moderación.
- **No compartir objetos personales** de higiene o aseo (vasos, toallas...).
- Para disminuir la posibilidad de contagio, **evitar el contacto, siempre que sea posible**, con la persona infectada de gripe.



- **Ayuda a prevenir los síndromes gripales y su contagio.**
- **Favorece la recuperación** del paciente y permite reanudar su actividad normal.
- **Lo puede tomar toda la familia**, incluso bebés que se incorporan a la guardería, niños en edad escolar, embarazadas, personas de edad avanzada, pacientes polimedicados.
- **Fácil de tomar**, presentación de agradable sabor dulce que se disuelve en la boca.
- **Práctica presentación** que permite “llevarlo encima” y empezar el tratamiento en cuanto aparezcan los primeros síntomas.
- **Seguridad de uso**, compatible con otros tratamientos que pudiera estar tomando, incluso con la vacuna de la gripe.



desde los  
primeros síntomas gripales  
**ahora ya me siento bien**

PIDE CONSEJO A TU MÉDICO O  
FARMACÉUTICO SOBRE EL TRATAMIENTO  
HOMEOPÁTICO DE LOS SÍNDROMES GRIPALES