



## ¿ESTÁS CURSANDO UN CUADRO DE DENGUE?

### PAUTAS ESENCIALES PARA CUIDARTE O CUIDAR A UN FAMILIAR CON LA ENFERMEDAD

Aunque el dengue no tiene un tratamiento específico, **sus síntomas leves pueden manejarse en casa respetando los siguientes cuidados:**



**DESCANSÁ**  
Asegurate de reposar lo suficiente.



**CONTROLÁ LA FIEBRE**



**MANTENETE HIDRATADO/A**  
Ingerí entre 3 y 4 litros diarios de líquido, salvo indicación médica contraria.  
(Puede ser agua o jugos naturales).



Usá **paracetamol** para reducir la fiebre y aliviar el dolor.



Evitá **medicamentos** como ibuprofeno, aspirina o productos que lo contengan.



Aplicá **paños húmedos con agua fría** para refrescar la piel y bajar la fiebre.

### FASE DE RIESGO DESPUÉS DE LA FIEBRE



Incluso si la fiebre desaparece, prestá atención a los signos de advertencia que pueden aparecer de 24 a 48 horas después.

## SIGNOS DE ADVERTENCIA DE DENGUE GRAVE

En caso de que presentes alguno de los siguientes síntomas, puede tratarse de una situación de gravedad, por lo cual te recomendamos asistir inmediatamente a un centro de salud:



Dolor abdominal intenso y persistente.



Vómitos frecuentes (más de 4 veces en 24 horas).



Sangrado por nariz o encías, vómitos con sangre o heces oscuras.



Cansancio extremo, inquietud o irritabilidad.



Piel fría, sudorosa y pegajosa.

**La deshidratación ocurre cuando el cuerpo pierde más líquidos de los que ingiere, debido a fiebre, vómitos o diarrea. Es crucial reconocer los signos temprano para evitar complicaciones.**

### SÍNTOMAS MODERADOS



Sed intensa.



Boca seca o pegajosa.



Mareos leves o dolor de cabeza.



Orina concentrada y oscura o disminución en la cantidad.

### SIGNOS GRAVES



Letargo o somnolencia excesiva.



Poca o ninguna orina.



Respiración rápida y superficial.



Piel fría, húmeda y menos elástica.

### ¿Cuáles son los pasos más importantes a seguir?

Durante la primera semana, un mosquito puede infectarse al picar a una persona con dengue y, después de transcurridos los 7 días, transmitir la enfermedad a otros.

#### Por eso, si tenés dengue protegé a los demás



- Usá ropa de mangas larga y pantalones.



- Aplicá repelente de insectos según las indicaciones y reforzá con tabletas o espirales.



- Mantené puertas y ventanas cerradas o usá mosquiteros.



- Usá aire acondicionado, en caso de disponer de uno.

