

## Gripe A y VIH

Escrito por anonimo - 27/08/2009 11:39

---

mis padres tienen el VIH...soy consciente de que si fuesen infectados por esta gripe podría pasar lo peor. Pero quería saber hasta que punto debería preocuparme y que medidas tomar para que no pase. Necesito una respuesta rápida, estoy realmente asustada. Gracias!

=====

## Re: Gripe A y VIH

Escrito por tucapital.es - 27/08/2009 11:40

---

Los síntomas son muy similares a los de la gripe común y la forma de contagio también, por lo que lo más importante es tener en cuenta las medidas de prevención que hay, como lavarse muy bien y frecuentemente las manos, no llevarse las manos a los ojos ni a la boca, ventilar bien las habitaciones, no saludar dando besos ni la mano, especial precaución al toser y estornudar tapándose con pañuelos de papel y deshecharlos inmediatamente, evitar lugares con mucho público, etc...

Puedes ver mejor toda la información por si te sirve de ayuda en:

Virus Gripe A H1N1: qué es, síntomas, cómo evitar el contagio

A parte de las medidas de prevención, es muy importante llevar una vida sana y una dieta equilibrada, para tener el mejor nivel de defensas posible. Intentar seguir estas recomendaciones, y aunque hay que tenerle respeto, intentar llevarlo con tranquilidad. A ver si una vez que se empieza con las vacunaciones la evolución del virus remite.

Salu2

=====