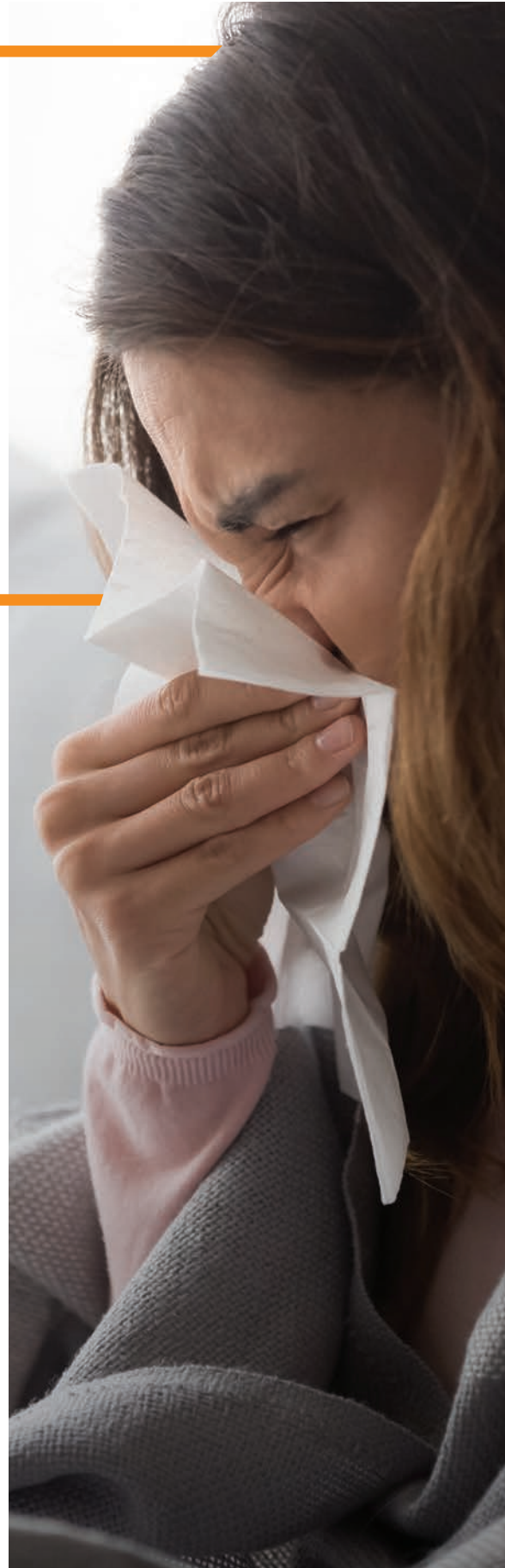


¡CIÉRRALE EL PASO A LA INFLUENZA!

La influenza es una infección viral contagiosa que causa enfermedad respiratoria leve o grave y puede ocasionar la muerte. Se propaga con facilidad por contagio de persona a persona al toser, estornudar o hablar. Este año, es aún más importante protegerse de la influenza debido a la pandemia del COVID-19.

SÍNTOMAS (PODRÍAN CONFUNDIRSE CON LOS DEL COVID-19)

- Fiebre o sentir escalofríos (no todas las personas con Influenza tendrán fiebre)
- Tos
- Dolor de garganta
- Secreción o congestión nasal
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de cabeza
- Fatiga (cansancio)
- Vómitos y diarrea (más común en niños que adultos)



EVITA EL CONTAGIO

- ✓ La mejor forma de protegerse es vacunándose en cada temporada y preferible antes de diciembre. No tiene que esperar un año para recibir la nueva vacuna; tan pronto esté disponible, se puede vacunar. Su cubierta de beneficios así lo establece.
- ✓ Los virus de la influenza cambian todos los años; por esta razón toda persona a partir de los 6 meses de edad debe vacunarse en cada temporada, especialmente los niños menores de 5 años, embarazadas, personas con condiciones crónicas y mayores de 65 años.
- ✓ Es esencial el lavado de manos frecuente con agua y jabón por veinte segundos, cubrirse la nariz y la boca, mantener distancia entre personas y desinfectar las superficies.

YA LA VACUNA PARA ESTA TEMPORADA 2020-2021 ESTÁ DISPONIBLE.

No espere para vacunarse, protegerse y mantenerse saludable ¡Al vacunarse contra la influenza, no solo se protege usted, también protege a su familia y a los demás!

Si es beneficiario del Plan de Salud Menonita, tiene acceso a la vacuna contra la Influenza, libre de costo.

Llame y coordine una cita con un Centro de Vacunación.

**Para más información llame al
1-866-221-9636**



Para orientación y ayuda, llame a la línea de
Servicio al Beneficiario del Plan de Salud Menonita
1-866-600-4753 / 1-844-726-3345 TTY (audioimpedidos)

Esta llamada es libre de costo.

www.MenonitaVital.com

PSM cumple con las leyes federales aplicables de derechos civiles y no discrimina en base a raza, color, origen de nacionalidad, edad, discapacidad, o sexo. Documentos pueden estar disponibles en formatos alternativos como letra grande, audio u otros idiomas. Si necesita recibir estos servicios, llame al 1-866-600-4753 / 1-844-726-3345 TTY (audioimpedidos). If you speak English, language assistance services are available free of charge. Call 1-866-600-4753 / 1-844-726-3345 TTY (hearing impaired).

Referencias: <https://espanol.cdc.gov/flu/index.htm>