



Rhode Island Department of Health
Three Capitol Hill
Providence, RI 02908-5097

www.health.ri.gov

Fecha: Octubre 13 del 2009

Para: Padres de Niños en edad Escolar

De: Director del Departamento de Salud, Doctor David R. Gifford

Asunto: Información para los Padres Acerca de la Influenza

Tanto el flu (gripe) de estación como el H1N1 enfermarán a muchas personas en Rhode Island en ésta época de influenza. Usted puede utilizar la información en éste documento para aprender acerca del flu (gripe) y para mantener a sus niños saludables éste otoño e invierno. El Departamento de Salud de Rhode Island (HEALTH) trabajará con las escuelas de Rhode Island para proveerles información a los padres durante ésta época del flu (gripe). Para información actualizada, por favor visite nuestra página del Internet <http://www.health.ri.gov/flu/> o llame a la Línea de Información del H1N1 al 401-222-8022.

Vacunación contra el Flu (Gripe)

Este año hay dos diferentes vacunas contra el flu (gripe), una para el flu (gripe) de estación y otra para el H1N1. El Departamento de Salud recomienda fuertemente que sus niños reciban ambas vacunas éste año. Los niños y adolescentes pueden recibir la vacuna contra el **flu de estación** ya sea inyectada o intra nasal, en la oficina del doctor. Los estudiantes de secundaria pueden recibir la vacuna contra el flu (gripe) de estación en la escuela a través del programa Vacúnate Antes de Graduarte (VBYG, por sus siglas en ingles). Los niños desde Kinder hasta el grado 12 recibirán la vacuna contra el H1N1 en las clínicas de vacunación que se organizaran en las escuelas, mientras que los niños menores pueden recibir en la oficina del doctor la vacuna contra el H1N1, ya sea inyectada o intra nasal.

Prevención del Flu (Gripe)

Además de vacunarse, usted puede prevenir la propagación del flu (gripe) lavándose las manos con agua tibia y jabón o usando un gel con base de alcohol. Tosa y estornude en su brazo o use un pañuelo desechable y evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.

Quédese en Casa Cuando Esté Enfermo

Los niños y adultos que tengan síntomas parecidos a los del flu (gripe) deben de quedarse en casa hasta que pasen por lo menos 24 horas sin fiebre y sin usar ninguna medicina para la fiebre como por ejemplo Tylenol (la temperatura de menos de 100°F o 37.8°C se considera sin fiebre)

Síntomas del Flu (Gripe)

Los síntomas del flu (gripe) incluyen fiebre con una temperatura de más de 100°F o 37.8°C, tos, dolor de garganta, nariz tupida o mucosa, dolor en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos, fatiga, diarrea y vomito. Los infantes y niños son menos propensos a tener síntomas típicos del flu (gripe) que los niños mayores. Puede que tengan fiebre y se vean cansados, pero es posible que no estén tosiendo o tengan dolor de garganta u otros síntomas.

Tratamiento para el Flu (Gripe)

Las personas que no necesiten ver al doctor deben de quedarse en casa, descansar y tomar suficientes líquidos. Hable con su doctor antes de darle a los niños menores de 4 años, cualquier medicina sin receta para el resfriado. **A los niños y adolescentes menores de 19 años no les debe dar aspirina para tratar el flu (gripe).**

Medicinas Recetadas Contra el Virus

Las medicinas recetadas contra el virus (como el Tamiflu y Relenza) pueden ser usados en adultos y niños para tratar tanto el flu (gripe) de estación como al flu (gripe) H1N1. Esas medicinas deben de ser recetadas por doctores y funcionan mejor cuando se empiezan a tomar en los primeros 2 días de estar enfermo. Las medicinas recetadas contra el virus son más apropiadas para las personas severamente enfermas y para las personas en alto riesgo por complicaciones relacionadas con el flu

(gripe). La mayoría de las personas que les dé el flu (gripe) se enfermarán levemente y se recuperarán sin necesidad de medicinas recetadas contra el virus o cuidados médicos.

Cuando Llamar a su Doctor

La mayoría de las personas que les dé el flu (gripe) se enfermarán levemente y se recuperarán sin necesidad de cuidados médicos. Considere llamar al doctor para recomendaciones si usted o su niño tienen síntomas parecidos a los del flu (gripe) y:

- Usted está en alto riesgo de complicaciones relacionadas con el flu (gripe) (vea la próxima sección).
- Usted tiene preguntas o inquietudes acerca de su enfermedad
- No se mejora su fiebre después de 3 días o después de empezar a sentirse mejor, se siente enfermo otra vez.

Personas en Alto Riesgo de Complicaciones Relacionadas con el Flu (Gripe)

Entre las personas en alto riesgo de complicaciones relacionadas con el flu (gripe) se incluyen:

- Niños menores de 5 años de edad, pero especialmente, niños menores de 2 años de edad.
- Personas de 65 años o más
- Mujeres embarazadas
- Personas que tienen:
 - Cáncer, diabetes o enfermedades del corazón
 - Enfermedades en la Sangre (incluyendo la “depranocítica”) enfermedades en los riñones o en el hígado
 - Enfermedades crónicas en los pulmones (incluyendo asma o enfermedades de obstrucción pulmonar crónica)
 - Trastornos Neurológico (incluyendo el sistema nervioso, cerebro o la espina dorsal)
 - Trastornos Neuromusculares (incluyendo distrofia muscular y esclerosis múltiple)
 - Sistema inmunológico debilitado (incluyendo niños con VIH/SIDA)

La mayoría de las personas con alto riesgo y que se enfermen con el flu (gripe) eventualmente se recuperarán y no necesitará cuidados médicos adicionales.

Señales de Advertencia de Emergencia

Las siguientes señales de advertencia de emergencia requieren atención médica inmediata:

En Niños:

- Respiración rápida o problemas de respiración
- Color azulado en la piel o alrededor de los labios y la boca
- Deshidratación (no tiene lagrimas, la boca y los labios están secos, no está tomando suficientes líquidos)
- No se despierta o no reacciona
- Está tan irritable que no quiere que lo tengan en brazos
- Si los síntomas parecidos a los del flu (gripe) mejoran pero regresan con fiebre y una peor tos
- Fiebre con sarpullido

En Adultos:

- Dificultad para respirar o corto de respiración
- Dolor o presión en el pecho o en el abdomen
- Mareos repentinos
- Confusión
- Vómitos severo o constante