

Shenandoah Valley School District

Preguntas frecuentes sobre la influenza (gripe)

¿Cómo puedo protegerme para evitar contraer la enfermedad?

- Cúbrase la nariz y boca con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude. Tire el pañuelo a la basura después de usarlo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Los limpiadores de manos a base de alcohol también son eficaces.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca, ya que los gérmenes se transmiten por estos medios.
- Procure evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- Si usted o su hijo(a) se enferma, los Centros para el Control de Enfermedades (Centers for Disease Control (CDC)) recomiendan que permanezca en casa y limite el contacto con otras personas, para evitar infectarlas.

¿Cuál es la mejor forma de evitar la propagación del virus?

- Si está enfermo, limite lo más posible el contacto con otras personas.
- No vaya a trabajar o a la escuela si se encuentra enfermo. Quédese en casa hasta que hayan desaparecido los síntomas y no haya tomado medicamento para la fiebre durante 24 horas.
- Cúbrase la nariz y boca con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude. De esta forma podría evitar que quienes lo rodean se enfermen. Tire el pañuelo usado a la basura.
- En caso que no tenga un pañuelo desechable, cúbrase la nariz y boca con la mano cuando tosa o estornude. Luego, límpiese las manos cada vez que tosa o estornude.

¿Cuáles son los síntomas de advertencia de emergencia en los niños que requieren atención médica urgente?

- Respiración rápida o problemas para respirar.
- Piel azulada.
- No beber suficiente líquido.
- No despertar ni interactuar.
- Estado de ánimo tan irritable que el niño(a) no quiere que se le tome en brazos.
- Los síntomas similares a los de la gripe mejoran, pero luego regresa la fiebre y la tos empeora.
- Fiebre de más de 102 °F (los niños menores de 3 meses que tienen 100.4 °F deben ser atendidos).

NO ADMINISTRE ASPIRINA. La administración de aspirina a un niño(a) con influenza se ha relacionado con una enfermedad muy peligrosa llamada Síndrome de Reye.

Si desea más información acerca de esta enfermedad, puede visitar el sitio Web de los Centros para el Control de Enfermedades (CDC) de los Estados Unidos, en www.cdc.gov.

Atentamente,

Nombre

Cargo