

## Temas a tratar para padres

- Luego de que los niños vuelven a la escuela es un buen momento para hablar con el médico de su hijo acerca de cuándo puede administrarle la vacuna antigripal debido a que la temporada gripal generalmente comienza en algún momento del otoño y alcanza su pico máximo entre enero y marzo.
- Una vacuna antigripal al comienzo del año escolar ayudará a evitar la gripe durante todo el año escolar.
- Vacunar a su hijo ayuda a que sea más difícil que la gripe se propague, lo que ayuda a proteger también a otros niños —incluidos aquellos que corren mayor riesgo como consecuencia de otras afecciones médicas.
- La vacuna antigripal es importante para los niños porque tienen un riesgo mayor de presentar complicaciones u otras enfermedades vinculadas a la gripe que la mayoría de los adultos.
- Los niños con afecciones médicas crónicas —como el asma— corren un riesgo incluso mayor que los niños saludables.
- Los signos de la gripe generalmente incluyen: fiebre o sensación de fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores musculares o corporales, dolores de cabeza y sensación de mucho cansancio. Algunas personas también pueden vomitar o tener diarrea. Esto es más frecuente en los niños que en los adultos.
- Los padres también pueden ayudar a mantener a sus hijos sanos y evitar la propagación de la gripe durante esta temporada gripal si sus hijos hacen lo siguiente:
  - Lavarse las manos con frecuencia o frotarse con productos con alcohol cuando no haya jabón disponible.
  - Quedarse en su casa cuando están enfermos, en lugar de ir a la escuela.
  - Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo de papel o con el codo cuando tosen o estornudan.
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Los padres y maestros deben desinfectar las superficies que puedan tener gérmenes de la gripe. Los niños y el personal escolar deben quedarse en casa si están enfermos.

- La mayoría de los niños se recupera de la gripe en un par de semanas sin necesidad de hacer una visita al médico. Sin embargo, la gripe puede ser grave en los niños, y los padres y maestros deben conocer los signos de emergencia de la gripe en los niños:
  - Respiración acelerada o dificultad para respirar
  - Color azulado de la piel
  - Fiebre con erupción en la piel
  - El niño está irritable y no quiere que lo carguen
  - No bebe líquidos
  - No despierta ni interactúa
  - Tiene signos de gripe que mejoran, pero luego regresan con fiebre y una tos peor
- ¡Los adultos también se contagian de gripe!
  - Si está programando la vacunación de su hijo, también debe programar su propia vacunación.
  - Maestros, protéjense y protejan a sus estudiantes — que sea parte de su propia rutina de regreso a clases.



PUBLIC HEALTH DIVISION

Puede obtener este documento en otros idiomas, en tipografía grande, braille o en un formato que usted prefiera. Contacte al Departamento de Prevención de Enfermedades Agudas y Contagiosas (Acute and Communicable Disease Prevention) al 971-673-1111 o por correo electrónico, al [ohd.acdp@state.or.us](mailto:ohd.acdp@state.or.us). Aceptamos llamadas de retransmisión o puede llamar al 711.

SP OHA 8006 (1/2017)