

# Flu Novel H1N1 (Gripe Porcina): Hechos reales para familias con niños en edad escolar

## ¿Qué es la Flu Novel H1N1 (gripe porcina)?

La Flu Novel H1N1, también conocida como “gripe porcina”, es un virus que puede propagarse a través de la tos y estornudos de personas que tienen el virus. Una persona no recibe el virus por comer puerco o productos derivados de puerco.

## ¿Qué debería hacer yo si alguien en mi familia tiene síntomas?

**Quédese en su casa.** Estos son los síntomas de flu: fiebre y tos o dolor de garganta (otros síntomas pueden incluir dolores corporales, vómitos y diarrea). El CDC (Centro de Control de Enfermedades) recomienda que aquellos que tienen síntomas de flu permanezcan en su casa hasta por lo menos 24 horas después que ya no tienen fiebre o señales de fiebre (100.4 F) sin necesitar medicamentos para reducir la fiebre, de modo que ya no van a contagiar a las personas que les rodean. Tome la decisión de ver a un proveedor de atención médica del mismo modo que cuando está enfermo.

Si no está enfermo o tiene síntomas leves, no necesita buscar atención médica. Si se siente enfermo y cree que necesita ir al doctor, haga una cita con su proveedor de atención médica.

## ¿Por qué durante el año escolar anterior algunas escuelas cerraron debido a la novel H1N1?

Durante el brote en la primavera de 2009 creímos que era conveniente cerrar las escuelas afectadas mientras aprendíamos más acerca de esta enfermedad nueva y cómo prevenir la propagación. El cierre de escuelas nos dio un tiempo valioso para reunir información sobre esta cepa de novel H1N1 influenza en nuestra comunidad y limitar la posible propagación del virus.

Apreciamos los sacrificios que hicieron las familias y las escuelas para proteger la salud de la comunidad durante esta primera etapa del brote. Así como aprendimos más sobre el virus, encontramos que es innecesario el cierre de escuelas en base al diagnóstico de un caso probable o confirmado.

## ¿Va a continuar el cierre de escuelas?

Ya no se les aconsejará el cierre en base al diagnóstico de un caso probable o confirmado de flu novel H1N1. Al igual que con la influenza estacional, las escuelas pueden cerrarse si hay una cantidad grande de estudiantes y maestros enfermos. El cierre de escuelas aparece como menos necesario de acuerdo a lo que hemos aprendido sobre la propagación y gravedad de la enfermedad actualmente relacionada con esta cepa novel H1N1.

## Mi niño acaba de enfermarse y tiene síntomas como de flu, ¿qué debo hacer?

Los estudiantes con tos, fiebre, o dolor de garganta u otras enfermedades respiratorias nuevas, **no deberían asistir a la escuela** por lo menos hasta 24 horas después que han dejado de tener fiebre o señales de fiebre sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre.

Esté atenta por señales de advertencia que pueden necesitar atención médica urgente. Esos síntomas pueden ser:

- Respiración rápida o dificultad para respirar.
- Piel de color morada o gris
- No toma suficientes líquidos.
- No orina o cuando llora no tiene lágrimas.
- Vomita continuamente.
- No se despierta o no responde cuando le hablan
- Está tan irritado que no desea que lo sostengan en los brazos.
- Dolor o presión en el pecho o en el abdomen.
- Mareos repentinos
- Está confundido.
- Síntomas como de flu que mejoran pero luego regresan con fiebra y más tos.

### ¿Cómo protejo de las infecciones a mis niños y a mi familia?

Instruya a los niños a:

- **Lavar a menudo sus manos con agua y jabón**, especialmente después de toser o estornudar. Si no hay agua y jabón cerca, use un limpiador de manos a base de alcohol. .
- Cuando tose o estornuda, **cubra la nariz y la boca** con un pañuelo de papel o cierre su brazo y tosa en el ángulo.
- **Trate de no tocar sus ojos, la nariz o la boca.** Esta es la manera en que se propagan los gérmenes.
- **Manténgase alejada de las personas que están enfermas.**

### ¿Hay algo más que yo debería hacer durante la temporada de flu que se avecina?

- Haga planes para el cuidado de sus niños en su casa por si se enferman o suspenden las clases en la escuela.
- Asegúrese que todos en su familia son vacunados para la influenza estacional **Y para la Novel Flu H1N1.**
- Averigüe si alguno de sus niños tiene mayor riesgo de una enfermedad grave por la flu y hable con su proveedor de atención médica para hacer un plan que le proteja durante la temporada de la flu. Los niños que tienen mayor riesgo de una enfermedad grave por la flu incluyen a: los menores de 5 años de edad y aquellos con condiciones médicas crónicas, tales como asma y diabetes.
- No se confíe de rumores con respecto al virus. Puede obtener información detallada y correcta en la escuela de sus niños o en el Departamento de Salud (SLVHD).
- ¡Esté informada! Escuche la información en los medios de comunicación, visite el sitio en internet de la escuela de sus niños o del SLVHD, si tiene preguntas llame al 2-1-1.

### ¿Dónde puedo conseguir más información?

En el sitio web del Departamento de Salud del Valle de Salt Lake H1N1, [www.slvhealth.org](http://www.slvhealth.org)

En el sitio web de los Centros para Control y Prevención de Enfermedades (CDC):

<http://www.cdc.gov/h1n1flu>