

Guía de la gripe para escuelas y centros de cuidado infantil

1. ¿Qué es la influenza (gripe)?

La influenza (gripe) es una enfermedad respiratoria infecciosa causada por virus (gérmenes) que infectan la nariz, la garganta y los pulmones. Ésta puede causar una enfermedad de leve a severa en las personas. La gripe generalmente se transmite de persona a persona a través de gotitas que se producen cuando las personas con gripe tosen, estornudan o hablan. Algunas veces las personas pueden infectarse al tocar algo que tiene el virus y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca.

2. ¿Cuáles son los síntomas de la gripe?

Los síntomas pueden incluir fiebre, tos, dolor de garganta, dolores de cabeza, cansancio extremo y dolores musculares. Algunas personas pueden tener vómitos y diarrea, pero esto es más común en niños que en adultos.

Los niños menores de 5 años, especialmente los menores de 2 años, y los que padecen enfermedades crónicas, incluido el asma, tienen un mayor riesgo de contraer enfermedades graves a causa de la gripe.

3. ¿Cómo se trata la gripe en los niños?

Los niños con síntomas similares a los de la gripe **no deben tomar aspirinas**. El tratamiento antiviral para la gripe funciona mejor cuando se administra de manera temprana durante la enfermedad. Los niños con alto riesgo de contraer una enfermedad grave a causa de la gripe, así como los miembros de la familia y otras personas de la casa deben llamar a su médico de inmediato para hablar sobre un posible tratamiento.

4. ¿Deben los niños y el personal quedarse en casa si están enfermos de gripe?

Sí. Los niños y el personal deben quedarse en casa por lo menos 24 horas después de que la fiebre haya desaparecido. Después de que la fiebre haya desaparecido, es común tener una tos persistente, pero está bien regresar a la escuela.

5. ¿Qué pasos podemos tomar para prevenir la propagación de la gripe?

Invitar a los niños y al personal a que:

- Cubran su boca y nariz con un pañuelo o un codo cuando tosen o estornudan.
- Practiquen una buena higiene de manos lavándose las manos con agua y jabón durante 20 segundos antes de las comidas / bocadillos, después de ir al baño y después de cambiar pañales
- Ponerse una vacuna anual contra la gripe
- Quedarse en casa si están enfermos de gripe



Puntos clave:

- La mejor manera de prevenir la gripe es vacunarse cada año.
- Los estudiantes, maestros y demás personal de la escuela deben quedarse en casa si están enfermos de gripe.
- Póngase vacunas contra la gripe gratis o de bajo costo cerca de usted. Visite <http://www.publichealth.lacounty.gov/ip> o llame al 2-1-1.

Para más información:

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles
publichealth.lacounty.gov/acd/Flu.htm
Departamento de Salud Pública de California
www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/Influenza.aspx
Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC)
www.cdc.gov/flu/about/disease/index.htm

CDCP-ACDC-0121-01 (9/9/19)