

Actualización de la guía de recursos sobre la Gripe H1N1 Pandémica para los proveedores de guardería infantil y preescolar

Esta información es adicional a la información que se proporciona en la guía de recursos sobre la gripe pandémica para familias y proveedores de guardería infantil y preescolar del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles.

Este año un nuevo virus de influenza (gripe) empezó a propagarse en los Estados Unidos y alrededor del mundo, causando enfermedad en muchas personas. Este virus es conocido como la influenza A H1N1. El virus se propaga de persona a persona de la misma manera que la gripe estacional. Este virus se llama gripe pandémica porque se extendió rápidamente alrededor del mundo.

La mayoría de las personas que se han enfermado de este virus se han recuperado sin necesitar asistencia médica, pero ciertos grupos de personas se han enfermado más seguido o tienen un mayor riesgo de enfermarse seriamente de la H1N1 incluyendo niños menores de 5 años de edad y especialmente niños menores de 2 años. Los bebés menores de 6 meses de edad tienen mucho más riesgo porque están muy pequeños para recibir la vacuna.

Vacunándose contra la H1N1, así como la de la gripe estacional, es la mejor manera de prevenir de enfermarse y contagiar a los demás.

Los niños tienen prioridad para recibir la vacuna H1N1. Personas que cuidan niños, incluyendo padres y proveedores guarderías también pertenecen al grupo de alta prioridad para la vacuna H1N1.

Grupos de prioridad para la vacuna H1N1 son:

- Mujeres embarazadas,
- Personas que viven con o cuidan niños menores de 6 meses de edad,
- Trabajadores de sitios de cuidado médico o servicios médicos de emergencia
- Personas entre 6 meses a 24 años de edad, y
- Personas de 25 a 64 años de edad quienes tienen mayor riesgo de tener complicaciones de infección de la H1N1 pandémica a causa de problemas de salud crónicos o un sistema inmunológico débil.

Por favor consulte con su médico o farmacia de cómo puede recibir la vacuna H1N1. También puede visitar la página de internet del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles www.lapublichealth.lacounty.gov o llamar al 2-1-1.

Cómo se propaga la H1N1 pandémica

La H1N1 Pandémica se propaga de la misma manera que la gripe estacional- de persona a persona ya sea al toser o estornudar, al tocar cosas que tengan el virus y después tocar su cara, boca y ojos. Usted no puede contraer la H1N1 pandémica por comer puerco o productos porcinos.

Síntomas de la H1N1 pandémica

Muchos de los síntomas son similares a los de la gripe estacional o el resfriado común: Fiebre (más de 101°F, 38.3 C°) * Tos seca * Garganta Irritada * Dolor de cabeza * Cuerpo adolorido

Otros síntomas de la H1N1 pandémica incluyen:

Congestión Nasal * Escalofríos * Cansancio y debilidad * Diarrea * Vómito

Si usted tiene cualquiera de los siguientes síntomas graves, acuda a su médico de inmediato

Para niños:

- Respiración agitada o dificultad al respirar
- Piel azulada
- Deshidratación; no poder tomar suficientes líquidos
- No despertar, no interactuar
- Confusión, estar desorientado
- Fiebre y salpullido

Para adultos:

- Dificultad para respirar o falta de respiración
- Dolor o presión en el pecho o abdomen
- Mareo repentino
- Confusión
- Vómito persistente o severo

Tratamiento de la H1N1 pandémica

La H1N1 pandémica se atiende de la misma manera que la gripe estacional – con buenas prácticas de higiene y suficiente descanso en casa, alejándose del trabajo, la escuela o guardería. La mayoría de las personas no necesitan medicamentos para mejorarse. Si tiene síntomas severos, su médico puede recetarle antivirales para prevenir complicaciones. Las personas que están enfermas a causa de la H1N1 pandémica necesitan descansar, mantenerse alejados de los demás, contener su fiebre y tomar bastantes líquidos.

Prevención de la H1N1 pandémica

Haga lo que normalmente haría para protegerse de la gripe. Por ejemplo:

- Vacunarse contra la H1N1 pandémica, así como contra la gripe estacional es la mejor protección contra la enfermedad y mejor manera de proteger a los demás de contagio.
- Cubra su boca y nariz con un pañuelo o su manga cuanto tosa o estornude.
- Lave sus manos frecuentemente usando agua y jabón por 20 segundos cada vez (el tiempo que le toma cantar la canción de *Happy Birthday* dos veces a velocidad normal). Use desinfectantes para las manos a base de alcohol cuando no le sean disponibles el agua y el jabón.
- Evite tocar sus ojos, nariz o boca.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas.

- A menos que usted esté enfermo, no necesita usar una mascarilla. Algunas oficinas médicas pedirán que los pacientes enfermos usen una mascarilla para prevenir que el paciente contagie a otros.
- Si usted o su niño está enfermo, quédese en casa o mantenga a su hijo en casa para que pueda recuperarse y evitar contagiar a otros.

Actualización de la orientación para ayudar a los programas de guarderías infantiles y preescolares responder a la H1N1 pandémica.

Esta información es adicional a la información que se proporciona en la guía de recursos sobre la gripe pandémica para familias y proveedores de guardería infantil y preescolar del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles.

Los sitios de guarderías y preescolares, presenta desafíos únicos para el control de la infección debido a que los niños están en mayor riesgo de enfermarse, contacto cercano entre ellos, comparten juguetes y otros artículos, y su capacidad limitada de entender o practicar buen protocolo respiratorio apropiada e higiene de las manos. A continuación están las recomendaciones por los centros para el control de las enfermedades y el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles.

Actualice su Plan Pandémico: Revise los planes y procedimientos actuales, desarrolle planes para cubrir los puestos claves cuando el personal está ausente del trabajo y actualice la información de contacto para las familias y el personal. Los proveedores de guarderías deben examinar y revisar, si es necesario, sus pólizas de ausencia por enfermedad para eliminar las barreras de poder quedarse en casa cuando estén enfermos o para cuidar a un familiar enfermo. Una nota del médico no deber ser necesario para validar su enfermedad o para regresar al la guardería los niños o el personal

Eduque a su personal, los niños y las familias: Proporcione información continua sobre la importancia de vacunarse contra la gripe, de quedarse en casa cuando esté enfermo, la higiene de las manos, y síntomas respiratorios. Los materiales educativos (por ejemplo, carteles) deben ser visible en los sitios de guardería.

Vacúnese contra la gripe: La mejor manera de proteger contra la gripe – estacional o la H1N1 del 2009 – es el vacunarse. Todos los niños y muchos del personal en las guarderías y preescolares están en los grupos de prioridad para ser los primeros en recibir la vacuna contra la gripe.

Quédese en casa cuando esté enfermo: Los niños y proveedores de guarderías que presentan con una enfermedad como la gripe deben permanecer en casa y lejos de otros hasta por lo menos 24 horas después de cesar la fiebre (100° F [37.8° C] o más cuando se mide por vía oral), o señas de fiebre, sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.

Realice chequeos de salud diarios: Los proveedores de guarderías deben observar a los niños y al personal, y hablar con cada niño y los padres o tutores de cada niño. Él o ella deben buscar cambios en el comportamiento del niño, un informe de enfermedad o visita reciente al médico, y cualquier señal o síntoma de enfermedad.

Separe a los niños y al personal enfermos: Los niños y el personal que desarrollen síntomas similares a los de la gripe mientras están en la guardería deben ser separados cuanto antes de los demás hasta que puedan irse a casa. Aunque esto puede ser difícil para algunos proveedores basados en el hogar, deberían proporcionar un espacio donde el niño puede estar cómodo y ser supervisado en todo momento. El personal que desarrolle la enfermedad mientras esta en el trabajo debe usar una mascarilla cuando este cerca de otras personas si es posible y si lo puede tolerar.

Promueva el higiene de las manos y el buen protocolo respiratorio de todos, ambos enfermos y no enfermos: Lave sus manos frecuentemente con agua y jabón cuando sea posible; mantenga las manos lejos de su nariz, boca y ojos; y cubra la nariz y boca con un pañuelo cuando tosa o estornude (o la manga de una camisa o su codo si no tiene pañuelo disponible). Para niños desarrollando su capacidad de cuidado de si mismo, los padres y proveedores de guarderías deberían supervisar estrechamente el protocolo respiratorio e higiene de las manos y recordarles a los niños el no compartir sus vasos o utensilios para comer.

Realice limpieza rutinaria: Las áreas y los artículos que están visiblemente sucios deberían ser limpiados inmediatamente y todas las áreas deben ser limpiadas regularmente - con enfoque particular en los artículos que tienden a tener contacto frecuente con las manos, bocas, y fluidos corporales de los niños pequeños (por ejemplo, juguetes y áreas de juego). El CDC no cree que ninguna desinfección mas allá de lo que es la limpieza rutinaria es necesaria.

Cierres de programas infantiles: Si la transmisión de la gripe es alta, funcionarios de salud pública pueden considerar el cierre temporal con el objetivo de disminuir la propagación de la gripe en niños menores de 5 años de edad. La decisión de cerrar de forma selectiva debe realizarse en colaboración con el departamento de salud y debe equilibrar los riesgos de mantener a los niños en los programas de cuidado infantil con los problemas sociales y económicos que pueden resultar del cierre.

¿Necesita más información?

La página de internet del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles en www.publichealth.lacounty.gov o llame al 2-1-1

La página de internet del Departamento de Salud Pública de California en www.cdph.ca.gov o línea con acceso directo 1-888-865-0564

La página de internet de los Centros para la prevención y el control de enfermedades en www.cdc.gov/H1N1FLU