

Información de la gripe

¿Qué es la gripe? La gripe es una infección de la nariz, garganta, y pulmones causada por los virus de la gripe. Los virus de gripe causan enfermedad, hospitalizaciones y muertes en los Estados Unidos cada año. Hay muchos virus de gripe diferentes y en ocasiones un nuevo virus de gripe surge y enferma a las personas.

¿Qué es la nueva gripe H1N1?

La nueva gripe H1N1 es una nueva y muy diferente gripe que se está esparciendo mundialmente entre la gente. De primero este nuevo virus se llamaba "gripe porcina" debido a que tiene partes de un virus de gripe que se encuentra en los puercos. Sin embargo, no se ha detectado el nuevo virus H1N1 en los puercos estadounidenses.

La gripe es impredecible, pero los científicos creen que el nuevo virus H1N1 va a causar enfermedad, hospitalizaciones, y muertes en los Estados Unidos durante los próximos meses. Esta temporada de gripe, el nuevo virus puede causar que mucha gente se enferme durante una temporada regular de gripe. También puede causar más hospitalizaciones y muertes esta temporada de gripe.

¿Qué tan seria es la gripe?

La gripe puede ser muy seria, especialmente para niños pequeños y niños de cualquier edad que tienen una o más de una condición médica crónica. Estas condiciones incluyen asma u otros problemas pulmonares, diabetes, un sistema inmunológico debilitado, enfermedad en los riñones, problemas del corazón y desordenes neuromusculares o neurológicos. Estas condiciones pueden resultar en una enfermedad severa de la gripe, incluyendo el nuevo virus H1N1.

¿Cómo se contagia la gripe?

Se piensa que tanto la nueva gripe H1N1 y la temporada de gripe se contagian de persona a persona a través de una tos y estornudos de personas que están enfermas con la gripe. También las personas se pueden enfermar al tocar algo con el virus de la gripe y luego tocar su boca o nariz.

¿Cuáles los síntomas de la gripe?

Los síntomas de la gripe estacional y la nueva gripe H1N1 incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, nariz congestionada o que moquea, dolores corporales, dolor de cabeza, resfriado, y fatiga. Algunas personas quizás tengan vómitos y diarrea.

¿Por cuánto tiempo puede una persona con la gripe contagiar a otros?

Las personas infectadas con la gripe estacional y la nueva gripe H1N1 esparcen el virus y puede infectar a otros desde un día antes de enfermarse hasta 5 a 7 días después. Esta gripe se puede quedar más tiempo en algunas personas, especialmente los niños y la gente con un sistema inmunológico debilitado y en la gente infectada con la nueva gripe H1N1.

- Cubra su nariz y boca con un pañuelo de papel cuando vaya a toser o destornudar. Tire el pañuelo a la basura después de usarlo.
- Lávese las manos lo más que pueda con jabón y agua, especialmente después de una tos o estornudo. Si no tiene agua y jabón, los limpiadores para manos con alcohol también son efectivos *
- Evite tocar sus ojos, nariz y su boca. Es una manera de esparcir gérmenes.
- Enséñele a su niño a tomar acción también.
- Trate de evitar que su niño se mantenga alejado de otras personas enfermas (como 6 pies), incluyendo a cualquiera en el hogar que esté enfermo.
- Mantenga las superficies como la mesa de noche, superficies en el baño, cocina y juguetes para niños limpios al limpiarlos con un desinfectante para el hogar según las direcciones en la etiqueta del producto.
- Tire todos los pañuelos de papel y otros artículos desechables utilizados por personas enfermas en su hogar a la basura.



Proteja a su niño

¿Cómo puedo proteger a mi niño contra la gripe?

Vaya junto con su niño a que les pongan una vacuna de la gripe estacional para protegerse contra el virus de la gripe estacional.

Tome los pasos necesarios todos los días para prevenir el esparcimiento de todos los virus de la gripe. Estos incluyen:

¿Hay una vacuna para proteger a mi niño de la gripe H1N1?

Una vacuna contra la nueva gripe H1N1 se está produciendo y va a estar disponible en los próximos meses como una opción para la prevención de la nueva gripe H1N1. Una vacuna contra la gripe estacional está disponible cada otoño e invierno. Puede encontrar más información sobre la nueva vacuna H1N1 y la vacuna de gripe estacional en el sitio de red CDC.

¿Hay una medicina para combatir la gripe?

Los dos antiviruses pueden combatir tanto la gripe estacional y la nueva gripe H1N1. Estas drogas pueden hacer que las personas se sientan mejor y recuperarse más pronto. Pero necesitan ser recetadas por un médico y son más efectivas durante los primeros 2 días de la enfermedad. Estas drogas se pueden administrar a los niños. El uso principal de estas drogas es tratar a las personas que están muy enfermas o tienen una condición médica que los coloca en un alto riesgo de serias complicaciones debido a la gripe.

¿Qué debo usar para limpiar mis manos?

El lavarse las manos con agua y jabón (cante la canción de "Feliz Cumpleaños" dos veces) eso le va a ayudar a protegerlo contra gérmenes. Cuando no tenga acceso a agua y jabón, toallitas húmedas, o gel con alcohol se pueden usar (el gel debe tallarse con las dos manos hasta que se seque). *

Si se enferma su niño

¿Qué puedo hacer si se enferma mi niño?

Si su niño tiene 5 años o más y está saludable y tiene síntomas de la gripe, incluyendo una fiebre y/o tos, consulte a su médico según sea necesario y asegúrese de que su niño esté bien descansado y tome suficientes líquidos.

Si su niño tiene menos de 5 años, o de cualquier edad y tiene una condición médica como asma, diabetes, o problemas neurológicos y desarrolla síntomas de la gripe, incluyendo fiebre y/o tos, llame a su médico o busque atención médica. Esto es debido a que los niños menores y niños que tienen condiciones médicas crónicas (como asma o diabetes) corren más peligro de tener complicaciones de la infección de la gripe, incluyendo la nueva gripe H1N1. Hable con su médico si tiene preocupaciones sobre la enfermedad de su niño.

¿Qué tal si mi niño parece estar muy enfermo?

Aún los niños que siempre han sido saludables o han tenido la gripe pueden contraer casos severos de la gripe:

- Respiración acelerada o dificultades para respirar
- Color de la piel azul o gris
- No tomando suficientes líquidos
- Vómito persistente o severo
- El no despertar o no interactuar
- Irritación a tal grado de que el niño no quiere que lo abracen
- Los síntomas de la gripe mejoran pero luego regresan con fiebre y una tos más severa
- Tiene otras condiciones (como enfermedad del corazón o enfermedad pulmonar, diabetes, o asma) y desarrolla síntomas de gripe, incluyendo fiebre y/o tos.

¿Puede mi niño ir a la escuela, a la guardería o a campamento?

No. Su niño debe permanecer en casa para que descanse y evitar contagiar a otros niños.

¿Cuándo puede mi niño regresar a la escuela después de tener gripe?

Su niño no debería de asistir a la escuela, guardería o a campamento por los menos 24 horas después de que se le corte la fiebre. (Su fiebre debe desaparecer sin darles medicina para reducir la fiebre.) Una fiebre se define como 100° grados o 37.8° celsius

* Aunque la evidencia científica no es tan extensa como el lavarse las manos y el uso de desinfectantes para manos que no contienen alcohol puede ser útil para eliminar los gérmenes en las manos en los entornos donde se prohíben los productos basados en alcohol.



Gripe Estacional y la Nueva H1N1: Una Guía para Padres

Para más información, visite www.cdc.gov o www.flu.gov o

llame a
1-800-CDC-INFO