

- **Cuidados en el hogar:** Mantenga a su hijo en casa, excepto cuando haya que llevarlo al médico, durante al menos 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre. Para poder salir, su hijo debe poder mantenerse sin fiebre aun sin estar tomando medicamentos para reducirla. Vigile de cerca a su hijo porque las complicaciones graves de la influenza pueden aparecer muy rápido.
- **Descanso y líquidos:** Asegúrese de que su hijo descansa bastante y beba suficientes líquidos claros (agua, caldo, bebidas deportivas, bebidas con electrolitos para bebés como Pedialyte®) para evitar que se deshidrate.
- **Medicamentos:** Pregúntele al médico sobre los medicamentos para reducir la fiebre de acuerdo a la edad de su hijo. Los niños menores de 4 años no deben tomar medicamentos sin receta contra el resfriado sin la aprobación de un proveedor de atención médica.

No le dé aspirina a ningún niño menor de 18 años que tenga influenza. El uso de la aspirina en los niños puede causar una enfermedad poco común, pero grave, llamada síndrome de Reye.

Para más información, visite

<http://espanol.cdc.gov/enes/flu/homecare/medsafetychildren.htm>.

¿Cómo evitar que otros se enfermen?

- **Cubrir la tos:** Asegúrese de que su hijo se cubra la nariz y la boca cuando tosa o estornude con un pañuelo desechable y que lo tire a la basura, o que tosa o estornude en la parte interior del codo



- **Habitación para el enfermo:** Mantenga a su hijo enfermo en una habitación, separado de los demás (habitación para el enfermo). Limite lo más que pueda el contacto del niño enfermo con otras personas en la casa que están sanas. Designe a una persona como la principal encargada de cuidar al niño enfermo.
- **Proteger a las mujeres embarazadas** Las mujeres embarazadas deben ponerse la vacuna contra la influenza durante la temporada de influenza. Si es posible, las mujeres embarazadas no deben ser las principales encargadas de cuidar a un niño con influenza.

¿Cuándo puede regresar mi hijo a la escuela después de haber estado enfermo?

- Su hijo debe quedarse en la casa durante al menos 24 horas **después** de que haya desaparecido la fiebre.
- Su hijo debe poder mantenerse sin fiebre sin que se usen medicamentos para reducirla, como Tylenol®.
- La fiebre se define como una temperatura corporal de 100 °F o 37.8 °C, o mayor.

¿La vacuna contra la influenza es segura para mi hijo que tiene enfermedades crónicas?

Sí. Las vacunas contra la influenza están aprobadas para niños de 6 meses o más, incluidos los niños sanos y los que tienen problemas de salud crónicos. Los niños menores de 2 años y los niños con enfermedades crónicas **no deben** recibir la vacuna administrada mediante atomizador nasal.

Si su hijo tiene una enfermedad crónica, llévelo a vacunar contra la influenza. Él corre un alto riesgo de tener complicaciones por la influenza.

¿Qué tipo de vacuna contra la influenza debe recibir mi hijo y en cuántas dosis?

Los niños con enfermedades crónicas solo deben recibir la vacuna inyectable contra la influenza. Puede que los niños menores de 9 años necesiten 2 dosis de la vacuna contra la influenza si no la han recibido antes. Hable con su médico acerca de cuántas dosis necesita su hijo para estar protegido.

¿Cómo puedo hacer preparativos con la escuela o el lugar de cuidado infantil de mi hijo?

Averigüe el plan que tiene la escuela o el lugar de cuidado infantil de su hijo para la temporada de influenza. Infórmele que su hijo corre un alto riesgo de tener complicaciones por la influenza.

Para obtener más información, visite
www.cdc.gov/flu/espanol/
 o llame al
 1-800-CDC-INFO
 (800-232-4636)

Versión en español aprobada por CDC Multilingual Services – Order # 236557

CS240258-B

Yo protejo a mi hijo de la influenza:



una guía para padres de bebés, niños o adolescentes con enfermedades crónicas



U.S. Department of Health and Human Services
 Centers for Disease Control and Prevention

Los CDC recomiendan que todos los niños de 6 meses o más, especialmente aquellos con enfermedades crónicas, reciban la vacuna contra la influenza todos los años.

¿Qué es la influenza?

La influenza (gripe) es una enfermedad respiratoria causada por los virus de la influenza que infectan la nariz, la garganta y, a veces, los pulmones. Puede causar enfermedades leves a graves y, en ciertos casos, ocasionar hospitalizaciones e incluso la muerte.

¿Mi hijo corre riesgo?

Los niños menores de 5 años, especialmente los que tienen menos de 2 años, y los niños y adolescentes con ciertas enfermedades crónicas corren un riesgo mayor de enfermarse gravemente si contraen la influenza.

La mejor manera de prevenir la influenza es vacunándose contra esta enfermedad cada año.

Hable con un médico acerca de la vacuna contra la influenza.

¿Cómo sé si mi hijo corre un riesgo mayor de tener complicaciones por la influenza?

Su hijo corre un riesgo mayor de enfermarse gravemente por la influenza si tiene ciertas enfermedades crónicas o si es menor de 5 años. Una enfermedad crónica es una afección que continúa por un periodo largo o que regresa una y otra vez.



Algunos ejemplos son:

- **Asma y otras enfermedades pulmonares crónicas:** (como la fibrosis quística, displasia broncopulmonar, etc.).
- **Enfermedades neurológicas y trastornos neurológicos del desarrollo que incluyen:** trastornos cerebrales, trastornos de la médula espinal, parálisis cerebral infantil, epilepsia (convulsiones), accidentes cerebrovasculares, discapacidades intelectuales (retraso mental), retraso del desarrollo, distrofia muscular y lesiones de la médula espinal.

- **Enfermedades cardíacas** (como enfermedades del corazón congénitas e insuficiencia cardíaca congestiva).

Aprenda más sobre las enfermedades de alto riesgo en <http://espanol.cdc.gov/enes/flu/homecare/medsafetychildren.htm>

¿Cuáles son los signos y síntomas de la influenza?

Los signos y síntomas de la influenza pueden incluir:

Fiebre	Dolor de cabeza
Tos	Escalofríos
Dolor de garganta	Fatiga
Moqueo o congestión nasal	Vómitos y diarrea
Dolores en el cuerpo	(en ocasiones)

Algunas personas con influenza no tendrán fiebre, en especial aquellas con sistemas inmunológico debilitados. Los síntomas de la influenza pueden ser parecidos a los del resfriado común, pero la influenza es más grave. Es muy importante que lleve a su hijo al médico si el niño tiene signos y síntomas de la influenza.



¿Qué es una complicación de la influenza?

La mayoría de las personas que contraen la influenza se recuperarán completamente en 1 o 2 semanas, o menos; pero algunas personas presentarán complicaciones (problemas de salud como la neumonía). Algunas complicaciones pueden poner en riesgo la vida y causar la muerte. La neumonía, la laringotraqueobronquitis o crup, la bronquiolitis, la bronquitis y las sinusitis e infecciones del oído son ejemplos de complicaciones de la influenza. La influenza también puede empeorar las enfermedades crónicas. Por ejemplo, las personas con asma pueden tener ataques de asma o presentar neumonía mientras tengan la influenza.

¿Cómo puedo proteger a mi hijo de la influenza?

- **Vacunas contra la influenza:** La mejor manera de prevenir la influenza es que usted y su hijo se vacunen contra esa enfermedad todos los años.

Los bebés menores de 6 meses corren un alto riesgo de tener complicaciones graves por la influenza, pero son muy pequeños para recibir la vacuna. Las personas que los cuidan se deben vacunar para protegerlos.

- **Distancia:** Usted y su hijo deben evitar estar muy cerca de personas que estén enfermas.
- **Tome medidas para ayudar a controlar la propagación de microbios (como los de la influenza):** Su hijo debe cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude, y luego botar el pañuelo en la basura.

Si no tiene un pañuelo desechable, debe toser o estornudar en la parte superior de la manga de su camisa o en la parte interior del codo, no en las manos.

Lávense las manos frecuentemente con agua corriente y jabón. Si no hay agua ni jabón disponibles, usen un limpiador para manos a base de alcohol. Ayude a su hijo a lavarse las manos si es necesario.

Dígale a su hijo que trate de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca, ya que los microbios se propagan de este modo.

- **Salud:** Si su hijo tiene una enfermedad crónica, asegúrese de que esté bajo el mejor control médico posible.
- **Planificar:** Tenga un plan para cuidar a su hijo en caso de que se enferme de influenza.

No hay evidencia que indique que las condiciones ambientales, como el frío o la lluvia, causen influenza. Abrigar demasiado a su hijo no es un método para protegerlo de la influenza.

¿Qué debo hacer si mi hijo se enferma?

El tratamiento para su hijo

- **Médico:** Llame o lleve a su hijo al médico de inmediato si tiene fiebre o síntomas de la influenza. Puede que el médico quiera empezar un tratamiento con medicamentos antivirales contra la influenza tan pronto como sea posible. Los antivirales son medicamentos que se venden con receta médica y que combaten la influenza. Estos medicamentos funcionan mejor si se empiezan a tomar en cuanto aparecen la fiebre y los síntomas de la influenza.

