

Es época de influenza

Prepárese, pero no entre en pánico

Usted puede estar preocupado por la salud de su niño ahora que la influenza común (“flu”) y la influenza H1N1 empiezan a infectar a la gente en el otoño. Prepárese y proteja a su familia, pero no entre en pánico ni vaya a la sala de emergencias al primer síntoma de fiebre.

¿Los síntomas del “flu”, la H1N1 y el resfriado son similares?

Los síntomas del flu y la H1N1 son los mismos. Incluyen: fiebre, tos, dolor de garganta, dolor en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofrío y fatiga. Algunas personas han tenido diarrea y vómito. Una diferencia entre el resfriado común y la influenza es que el resfriado se centra en la nariz; con la influenza, uno se siente enfermo en todo el cuerpo.

¿Qué es la fiebre?

La fiebre es una temperatura del cuerpo por encima de 100.4 grados F ó 38 grados C. La mayoría de las veces, la fiebre no es perjudicial. La fiebre es la forma como el cuerpo lucha contra una infección. No hay necesidad de tratar la fiebre de menos de 102 grados F con medicina. Para aprender a tratar fiebres más altas, visite www.seattlechildrens.org y busque “fiebre”, o llame a su doctor.

Si mi niño tiene leves síntomas de “flu”, ¿debo llevarlo al hospital?

La mayoría de las personas que tienen el “flu” no necesitan cuidado médico. Si su niño tiene fiebre y además otros síntomas como tos, dolor de garganta, fluido o congestión nasal, llame al doctor antes de ir al hospital. El doctor decidirá si su niño necesita ir o no al hospital. Si no tiene un doctor, llame a la Línea de Recursos de Children's al 206-987-2500 o al Programa de Acceso a la Salud de la Comunidad, 1-800-756-5437.



Los niños con síntomas leves de resfriado o “flu” pueden ser tratados en casa. Si lo lleva al hospital cuando sólo tiene síntomas leves, lo más probable es que va a tener que esperar bastante. Los hospitales deben atender primero a los pacientes más enfermos.

¿Y si mi niño tiene síntomas más graves?

Llame al 911 si su niño:

- No despierta o interactúa con otros.
- Tiene dificultad para respirar y los labios de color azulados

Es época de influenza

Llame a su doctor ahora mismo si su niño:

- Tiene respiración agitada o problemas de respiración
- Parece estar deshidratado (tiene la boca seca o no ha orinado en más de 8 horas)
- Está tan irritable que no quiere que lo tomen en brazos
- Tiene síntomas de flu que mejoran pero luego regresan con fiebre y una tos peor
- Tiene fiebre con salpullido

Mi niño tiene síntomas de “flu” y una enfermedad crónica. ¿Qué debo hacer?

Los niños con una enfermedad crónica como problemas del corazón o los pulmones, diabetes, asma, un problema de neurodesarrollo o neuromuscular pueden enfermarse mucho con el “flu”. Si su niño tiene una condición médica especial y tiene síntomas del flu o influenza H1N1, hable con su doctor. Su niño puede necesitar pruebas o ser tratado contra el “flu”. Su niño también debe recibir las vacunas contra el flu y contra la H1N1 tan pronto cuando estén disponibles.

Si mi niño tiene el “flu”, ¿puede ir a la guardería o a la escuela?

Las personas con síntomas de “flu” no deben ir a la escuela ni al trabajo. Deben quedarse en casa mientras están enfermas y al menos un día más después de que no tengan fiebre o señales de fiebre sin haber tomado medicinas para bajar la fiebre.

¿Cómo puedo proteger a mi familia contra el “flu” y otras enfermedades?

- Lave sus manos y las de sus niños frecuentemente con agua y jabón.
- Cúbrase la nariz y la boca con la parte interior del codo o un pañuelo desechable (“kleenex”) cuando tosa o estornude.
- Evite estar cerca de personas que estén enfermas.
- Evite estar cerca de personas que estén enfermas.
 - Recuerde a sus niños no tocarse la cara, especialmente ojos, nariz y boca.
- Limpie con frecuencia las superficies comunes como teléfonos, teclados y mesas.
- Evite compartir objetos personales como cucharas, cepillos de dientes y toallas.

¿Es la vacuna la mejor manera de prevenir el “flu”?

¡Sí! Vacune a sus niños contra los dos tipos de influenza. Este año habrá una vacuna contra la influenza común o “flu” y otra contra la influenza H1N1.

Para aprender más

- Visite www.seattlechildrens.org para más información acerca de los síntomas, prevención y vacunas.
- Llame a la Línea de Recursos de Seattle Children’s 206-987-2500 u 866-987-2500. Llamada gratuita desde Washington, Alaska, Montana e Idaho.
- Pregunte al médico de su hijo.

Seattle Children’s pondrá esta información disponible en formatos alternos cuando se le solicite. Llame a Mercadeo y Comunicaciones al 206-987-5205 or 206-987-2280 (TTY).

Este volante de información ha sido revisado por el personal clínico de Seattle Children’s. Antes de que dependa o actúe basado en esta información, por favor consulte con su proveedor de atención médica.

© 2009 Seattle Children’s Hospital, Seattle, Washington. Derechos reservados.

9/09
CE990S