

- **Proteger a las mujeres embarazadas:** De ser posible, las mujeres embarazadas deben evitar estar a cargo de un niño enfermo.

## ¿Son seguras para mi hijo las vacunas contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009?

Sí. Los niños con problemas de salud de alto riesgo pertenecen a uno de los grupos más importantes para ser vacunados contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009. Esto se debe a que corren mayor riesgo de sufrir complicaciones a causa de la gripe.

## ¿Qué tipos de vacuna debe recibir mi hijo y cuántas dosis?

Se encuentran disponibles dos tipos de vacunas contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009: la vacuna inyectable y la vacuna en forma de spray nasal. **Los niños de alto riesgo deben recibir la vacuna inyectable únicamente.**

- **Los niños menores de 10 años** necesitan dos dosis de la vacuna contra la gripe H1N1 2009.
- **Los niños menores de 9 años** que reciben la vacuna contra la gripe de temporada por primera vez necesitarán dos dosis de dicha vacuna. Todos los demás niños deben recibir una dosis de la vacuna.



## ¿Cómo puedo elaborar un plan preventivo respecto de la escuela o centro de cuidado infantil de mi hijo?

- **Averigüe sobre** el plan para la temporada de gripe de la escuela o centro de cuidado infantil de su hijo.
- **Hágales saber** que su hijo corre mayor riesgo de sufrir complicaciones.

## ¿Qué puedo hacer si mi hijo se enferma?

Llame o visite al médico de su hijo ante su desarrollo de síntomas similares a los de la gripe. El médico podría comenzar un tratamiento con medicamentos antivirales lo antes posible.

## ¿Cuándo puede mi hijo regresar a la escuela o centro de cuidado infantil si está enfermo?

- En general, su hijo debe permanecer en el hogar hasta que **la fiebre haya desaparecido por al menos 24 horas.**
- La fiebre debe desaparecer **sin utilizar medicamentos antifebriles.**
- **La fiebre** se define como 100°F / 37.8° C o temperatura superior.

Para obtener más información,  
visite [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov) o [www.flu.gov](http://www.flu.gov)  
o llame al 1-800-CDC-INFO



DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS DE EE. UU.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

CS208424-A



# Gripe de temporada y gripe H1N1 2009:

# Para padres de niños o adolescentes con afecciones médicas de alto riesgo

## ¿Cómo sé si mi hijo corre mayor riesgo de sufrir complicaciones a causa de la gripe?

### Su hijo corre mayor riesgo si padece:

- **Asma**
- **Enfermedades neurológicas y del neurodesarrollo**, incluyendo trastornos del cerebro, la médula espinal, el nervio periférico y los músculos, por ejemplo parálisis cerebral, epilepsia (trastornos convulsivos), derrame cerebral, discapacidad intelectual (retraso mental), retraso en el desarrollo de moderado a grave, distrofia muscular o lesión de la médula espinal
- **Enfermedades pulmonares crónicas** (como fibrosis quística)
- **Enfermedad cardíaca** (como enfermedad cardíaca congénita e insuficiencia cardíaca congestiva)
- **Trastornos sanguíneos** (como anemia falciforme)
- **Trastornos endocrinos** (como diabetes mellitus)
- **Afecciones renales**
- **Enfermedades del hígado**
- **Trastornos metabólicos** (como trastornos metabólicos congénitos y trastornos mitocondriales)
- **Sistema inmunológico debilitado** debido a una enfermedad o medicamento (como personas con VIH o SIDA, cáncer, o aquellas personas en tratamiento con esteroides)
- **Terapia a largo plazo a base de aspirinas** por enfermedades crónicas



## ¿Qué es la gripe?

La gripe (influenza) es una infección de nariz, garganta y pulmones causada por los virus de la gripe. Las infecciones por gripe pueden provocar una enfermedad leve, pero también pueden derivar en una hospitalización y, rara vez, en la muerte. Cada año, circulan diferentes virus de la gripe. Este año, uno de esos virus es el nuevo virus de la gripe H1N1 2009.

## ¿Cuáles son los síntomas de la gripe?

Los síntomas de la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009 incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales, dolor de cabeza, escalofríos, fatiga y, a veces, vómitos y diarrea. Algunas personas con gripe no tienen fiebre.

## ¿A qué se denomina una complicación por la gripe?

Una complicación a causa de la gripe consiste en una enfermedad grave (como la neumonía), una hospitalización o la muerte.

## ¿Cómo puedo proteger a mi hijo de la gripe?

- **Vacunas inyectables contra la gripe:** Para protegerse contra los virus de la gripe, lo más importante es que su hijo se vacune contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009.
- **Distancia:** mantenga a su hijo alejado de las personas que están enfermas.
- **Lavado de manos:** lávese las manos frecuentemente con agua corriente y jabón (durante el tiempo que lleva cantar el “Cumpleaños feliz” dos veces). Si no dispone de agua y jabón, utilice desinfectante para manos a base de alcohol. Ayude a su hijo a lavarse las manos si no puede hacerlo por sí mismo.
- **Control de gérmenes:** recomiende a su hijo que evite tocarse los ojos, la nariz y la boca. Los gérmenes se diseminan de esta manera.
- **Limpieza:** mantenga limpias superficies como mesas de luz, superficies en el cuarto de baño, encimeras de cocina y juguetes para niños, limpiándolos con un desinfectante para el hogar de acuerdo a las instrucciones en la etiqueta del producto.
- **Salud:** si su hijo está enfermo, asegúrese de que su afección esté bajo absoluto control.
- **Elabore un plan** en caso de que su hijo desarrolle una enfermedad similar a la gripe.



## ¿Qué debo hacer para cuidar de mi hijo enfermo?

- **Médicos:** comuníquese con el médico de su hijo si piensa que su hijo puede tener gripe. El médico podría comenzar un tratamiento con medicamentos antivirales lo antes posible.
- **Cuidados en el hogar:** mantenga a su hijo en el hogar, excepto para las visitas al médico, hasta al menos 24 horas después de la desaparición de la fiebre o los signos de fiebre. La fiebre debe desaparecer sin haber utilizado medicamentos antifebriles.
- **Cubrirse la boca al toser o estornudar:** asegúrese de que su hijo se cubra la boca al toser o estornudar. Su hijo puede necesitar ayuda si no puede hacerlo por sí mismo.
- **Descanso y líquidos:** asegúrese de que su hijo descanse lo suficiente y beba líquidos transparentes (agua, caldo, bebidas para deportistas, bebidas electrolíticas para bebés como Pedialyte®) para evitar que se deshidraten.
- **Medicamentos:** consulte a su médico sobre medicamentos antifebriles en base a la edad de su hijo. Los niños menores de 4 años no deben tomar medicamentos de venta libre para el resfrío sin consultar primero a un proveedor de asistencia médica. La aspirina no debe administrarse a niños o adolescentes con gripe, pues puede derivar en una enfermedad rara pero grave llamada síndrome de Reye.
- **Habitación para enfermos:** a su hijo enfermo manténgalo en una habitación separada (una habitación para enfermos) de la casa tanto como sea posible para limitar el contacto con los miembros de la familia que no están enfermos. Piense en designar a una única persona para que sea el principal cuidador del niño enfermo.

