

Medidas para los padres de niños con un alto riesgo de sufrir complicaciones por la gripe

Los niños con problemas de salud crónicos como asma, diabetes, enfermedades cardíacas y metabólicas, trastornos neurológicos y neuromusculares, o las embarazadas, corren mayor riesgo de padecer complicaciones por la gripe. Además, todos los niños menores de 5 años corren mayor riesgo de padecer complicaciones por la gripe que los niños mayores. Si no está seguro de que alguno de sus hijos pertenece al grupo de mayor riesgo, consulte con un médico.

Evite que los niños con alto riesgo de padecer complicaciones contraigan la gripe.

- **Asegúrese de que su hijo se lave las manos** frecuentemente, durante 20 segundos, con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol, y en especial después de toser o estornudar.
- Haga que su hijo **tosa y estornude cubriéndose la boca con un pañuelo de papel** o con el ángulo interno del codo u hombro si no tiene pañuelos desechables.
- **Mantenga a su hijo alejado de las personas que están enfermas.**
- **Limpie las superficies y los objetos que su hijo toca con frecuencia** con los limpiadores que usa habitualmente.
- Si hay gripe en su comunidad, tenga en cuenta el riesgo de exposición de los niños cuando concurren a reuniones públicas. En las comunidades con muchos casos de gripe, **las personas que corren riesgo de padecer complicaciones por la gripe deben considerar mantenerse alejadas de las reuniones públicas.**
- Si la gripe es grave en su comunidad, hable con su médico y la escuela de su hijo para **desarrollar un plan a fin de tratar las necesidades especiales del niño.**
- **Vacune a su hijo** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 de 2009 cuando las vacunas estén disponibles.

Reconozca si sus hijos están enfermos

Es probable que algunos niños no puedan comunicar sus síntomas, lo que puede demorar la respuesta a su enfermedad. Es importante controlar cuidadosamente los signos y síntomas de la gripe o la conducta inusual que puede ser un signo de que su hijo está enfermo. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales y fatiga. La fiebre es la temperatura tomada con termómetro igual o mayor a 100 grados Fahrenheit (37.8 grados Celsius). Si no puede tomarle la temperatura, es probable que su hijo tenga fiebre si siente calor, tiene la cara colorada o transpira o tiene escalofríos.

Observe las señales de advertencia de emergencias que requieren atención médica urgente. Estas señales incluyen:

- Respiración acelerada o problemas para respirar
- Coloración azulada o grisácea de la piel
- No ingerir líquidos
- No orinar o no tener lágrimas al llorar

- Vómitos graves o persistentes
- Dificultad para despertarse o falta de interacción
- Estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan
- Dolor o presión en el pecho o abdomen
- Mareos repentinos
- Confusión
- Síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos

Comparta esta información con el maestro de su hijo u otros cuidadores, para que puedan avisarle si su hijo no se siente bien.

Consejos para cuidar a los niños con alto riesgo de padecer complicaciones por la gripe

- **Consulte a su médico inmediatamente si su hijo está enfermo.** Esto es importante porque los medicamentos antivirales que se usan para tratar la gripe funcionan mejor si comienzan a administrarse dentro de los 2 días de contraer la enfermedad. Su médico le comunicará cuáles son los cuidados especiales que necesita su hijo.
- **Su hijo debe permanecer en su casa si está enfermo** por al menos 24 horas después de la desaparición de la fiebre o los signos de fiebre (sin haber utilizado un medicamento antifebril). Mantenga a su hijo en casa a menos que tenga que ir al médico.
- **Asegúrese de que su hijo descanse bien y beba líquidos transparentes** (como agua, caldo, bebidas para deportistas, bebidas electrolíticas para bebés, Pedialyte®) para evitar la deshidratación.
- **Si su hijo tiene fiebre, utilice los medicamentos antifebriles que su médico** le haya recomendado de acuerdo con la edad de su hijo. **No se debe** administrar aspirina (ácido acetilsalicílico) a los niños o adolescentes que tienen gripe; esto puede causar que desarrollen una rara pero grave enfermedad llamada síndrome de Reye.
- **Mantenga a su hijo enfermo 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.

Para obtener más información:

- **Visite:** www.flu.gov
- **Contacte a los CDC las 24 horas/todos los días**
 - 1-800-CDC-INFO (232-4636)
 - TTY: (888)232-6348
 - cdcinfo@cdc.gov