



WILLIAM M. HABERMEHL
County Superintendent of Schools

Preparación Escolar contra la Influenza

Pasos de Acción para Padres de Niños con Alto Riesgo por Complicaciones de la Influenza

Los niños con problemas de salud crónicos tales como asma, diabetes, enfermedades del corazón, condiciones metabólicas, desórdenes neurológicos y neuromusculares, o quienes están embarazadas están en alto riesgo de tener complicaciones de la influenza. Además, todos los niños menores de 5 años de edad están en alto riesgo de tener complicaciones de la influenza en comparación a niños mayores. Si usted no está seguro si alguno de sus niños está en alto riesgo por complicaciones de la influenza, por favor hable con su doctor.

Medidas Preventivas

Prevenga que los niños con alto riesgo por complicaciones de la influenza se enfermen con la influenza.

- **Practique una buena higiene de manos:** Enseñe a sus hijos a lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Para mayor información sobre la higiene de manos, por favor visite: <http://www.cdc.gov/cleanhands/>
- **Practique un buen protocolo de respiración:** Recuerde a sus hijos que se cubran la boca y la nariz con un pañuelo de papel o con sus mangas cuando tosan o estornuden, y que tiren el pañuelo a la basura después de ser utilizado. Por favor visite: www.cdc.gov/flu/protect/covercough.htm para más información.
- **Mantenga a su hijo/a alejado de personas que estén enfermas.**
- **Limpie las superficies y objetos que su hijo/a toca frecuentemente:** Use productos de limpieza rutinarios.
- **Considere el riesgo de exposición de su hijo/a si este asiste a eventos públicos:** Las personas que están en riesgo de complicaciones por la influenza deberán considerar mantenerse alejados de eventos públicos cuando los casos de influenza en la comunidad son muy altos.
- **Desarrolle un plan para saber cómo manejar las necesidades especiales de su hijo/a:** Hable con su doctor y con la escuela de su hijo/a.
- **Pregunte acerca de cómo recibir la vacuna de la influenza:** Llame a su proveedor de cuidado de la salud o a la línea telefónica de Referencias de Salud del Condado de Orange al (800) 564-8448. Para más información por favor visite: <http://www.cdc.gov/flu/protect/children.htm>

Cuando la influenza ocurra

- **Contacte a su doctor inmediatamente si su hijo/a está enfermo/a:** Los medicamentos antivirales funcionan mejor cuando son administrados dentro de las primeras 24 horas de estar enfermo/a. Su doctor le indicará cuál medicamento, si es necesario, es recomendado.



WILLIAM M. HABERMEHL
County Superintendent of Schools

Preparación Escolar contra la Influenza

- **No envíe a los niños a la escuela si están enfermos:** Quienes padecen síntomas similares a la influenza deberán permanecer en casa por lo menos 24 horas después de haber dejado de tener fiebre, o síntomas de la fiebre sin haber tomado medicinas para reducir la fiebre (como Ibuprofen o Tylenol).
- **Asegúrese de que su hijo/a descanse plenamente y tome líquidos transparentes.**
- **Mantenga a su niño/a enfermo en una habitación separada:** Trate lo mejor posible de limitar el contacto con miembros del hogar que no estén enfermos.

Señales de Aviso de Emergencia que necesitan Atención Médica Urgente

- Respiración rápida o problemas para respirar
- Piel azulada o grisácea • No toma suficientes líquidos
- No orina o llora sin lágrimas • Vómitos severos o persistentes
- No despierta o no interactúa • Mareos repentinos
- Dolor o presión en el pecho o el estómago • Confusión
- Está tan irritable que el niño no quiere ser sostenido
- Síntomas similares a la influenza mejoran pero regresan con fiebre y con tos más severa

Para más información, por favor visite el sitio web http://www.ocde.k12.ca.us/flu_update.asp en donde puede encontrar información referente al H1N1/Flu del Departamento de Educación del Condado de Orange.