

# FactSheet

Para Su Información

## Gripe H1N1 (Influenza Porcina)

### Información para Padres y Personas Encargadas de Cuidado

#### ¿Qué es el la Gripe H1N1?

La gripe H1N1 es un tipo de gripe que causa la propagación de una enfermedad respiratoria de una persona a otra. La mayoría de las personas infectadas con este virus en los Estados Unidos han tenido una enfermedad leve. Los niños pequeños, las mujeres embarazadas y las personas con enfermedades crónicas como el asma, la diabetes y las enfermedades cardíacas pueden hallarse en mayor riesgo de sufrir complicaciones debido a esta infección.

#### ¿Cuáles son los síntomas?

En la mayoría de los niños, los síntomas de Gripe H1N1 son similares a los de la gripe común:

- Fiebre
- Tos
- Dolor de garganta
- Dolores corporales
- Dolor de cabeza
- Escalofríos y fatiga
- Ocasionalmente, vómitos y diarrea

Los niños pequeños pueden no sufrir los síntomas típicos, pero pueden tener dificultades respiratorias y un bajo nivel de actividad.

#### ¿Cómo puedo mantener sana a mi familia?

Los virus de la gripe se propagan cuando una persona tose o estornuda, o toca objetos contaminados. Para evitar la propagación de los gérmenes de la gripe:

- Enseñe a sus hijos a lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón durante 20 segundos.
- Enseñe a sus hijos a toser y estornudar en un pañuelo de papel o en el pliegue interno de sus codos.
- Enseñe a sus hijos a mantener una distancia segura de las personas que se encuentran enfermas.

#### ¿Qué hago si mi hijo está enfermo?

- Mantenga a su hijo en casa, alejado de la escuela y de otras personas hasta que se encuentre mejor.
- Haga que beba mucho líquido, como jugo o agua.
- Manténgalo cómodo. El reposo es importante.
- Para la fiebre, el dolor de garganta y dolores musculares, utilice los medicamentos para reducir la fiebre que le recomiende su doctor según la edad de su hijo. No utilice aspirina con niños o adolescentes, puede causar Síndrome de Reye, una enfermedad con riesgo de muerte.
- Enseñe a sus hijos a utilizar pañuelos de papel al estornudar o toser y a botar los pañuelos de papel usados en la basura.

Si su hijo sufre de alguno de los siguientes signos de advertencia, busque atención médica de emergencia:

- Respiración agitada o problemas al respirar
- Color de piel azulado o grisáceo
- No bebe suficientes líquidos
- No se despierta o falta de interacción
- Se encuentra tan irritable que no quiere que lo tomen en brazos.
- No orina o no produce lágrimas al llorar
- Mejoramiento de los síntomas, pero luego retornan con fiebre y una tos más intensa

Póngase en contacto con su doctor por cualquier inquietud. Para obtener más información, consulte en [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov) o [www.SouthernNevadaHealthDistrict.org](http://www.SouthernNevadaHealthDistrict.org).

