



111 North County Farm Road, Wheaton, Illinois 60187
(630) 682-7400
www.dupagehealth.org

HOJA INFORMATIVA DE LA GRIPE PARA ESCUELAS Y CENTROS DE CUIDADO INFANTIL

Con la llegada de la temporada de resfriados y gripe y con un aumento en los reportes de enfermedades similares a la gripe, el Departamento de Salud del Condado de DuPage recomienda una mayor conciencia y medidas para ayudar a controlar y prevenir la propagación de la gripe (influenza), para mantener a nuestros estudiantes y comunidad seguros y sanos.

Para prevenir que la gripe se extienda en toda la escuela, **recomendamos que su hijo se quede en casa sin ir a la escuela si presenta síntomas de enfermedad similares a la gripe** (como fiebre, tos y dolor de garganta).

Ya que la gripe se transmite principalmente por contacto directo con las secreciones de la nariz y la garganta, hay medidas que todos podemos tomar para reducir nuestras posibilidades de enfermarnos de gripe y otras infecciones similares:

- **Conozca los signos y síntomas de la gripe.** Los síntomas de la gripe incluyen fiebre (100 grados Fahrenheit o más), tos, dolor de garganta, goteo o congestión nasal, dolor de cuerpo, dolor de cabeza y sentirse muy cansado. Para preguntas o inquietudes médicas, comuníquese con su proveedor de atención de salud.
- **Su hijo debe quedarse en casa si está enfermo hasta por lo menos 24 horas *después de que ya no haya fiebre o signos de fiebre*** (sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre), excepto para obtener atención médica. Esto ayudará a reducir la cantidad de personas que pueden infectarse.
- **Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo cuando tosa o estornude.** Tire a la basura el pañuelo desechable después de usarlo y lávese las manos. Si no hay un pañuelo disponible, cúbrase la boca y la nariz con la manga, no con la mano.
- **Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar.** Si no hay agua y jabón disponibles, use un **desinfectante para manos a base de alcohol.**
- **Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.** Los gérmenes se propagan de esta manera.
- **No comparta utensilios para comer ni recipientes para beber.** Las personas no deben compartir popotes/pajillas, tazas, vasos, botellas de agua utilizadas durante deportes o actividades recreativas, etc.
- **Limpie y desinfecte superficies y objetos que se tocan con frecuencia** (es decir, superficies de mucho contacto, como escritorios, mostradores, agarraderas de puertas, teclados de computadora, interruptores de luz, manijas de grifos, teléfonos y juguetes).
- **Intente evitar estar en contacto cercano con personas enfermas.**
- **Vacune a su hijo y su familia contra la gripe estacional.** La vacunación se recomienda anualmente para todas las personas mayores de 6 meses.

Si usted o su proveedor de atención médica tienen más preguntas, comuníquese con el Departamento de Salud del Condado de DuPage al (630) 221-7553. Hay más información disponible sobre la gripe estacional en: www.cdc.gov/flu/ y www.dupagehealth.org/flureport. Gracias por su tiempo y cooperación.

25/10/19

Todos, en todas partes, todos los días

En caso de emergencia, vaya a www.protectdupage.org y sintonice la radio WDCB 90.9 FM.