

## Información sobre la influenza para padres

### ¿Qué es la gripe?

La gripe es una enfermedad respiratoria causada por un virus que ataca la nariz, la garganta y los pulmones. La enfermedad suele ser leve o moderada, sin necesidad de hospitalización. Sin embargo, a veces la gripe puede ser grave, incluso llevando a la muerte. No es lo mismo que la “infección gastrointestinal”.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, tos seca, dolor de garganta, dolor de cabeza, cansancio extremo y dolores corporales. Estos síntomas generalmente comienzan repentinamente y pueden ser lo suficientemente graves a detener sus actividades diarias.

### ¿Debo vacunar a mi hijo contra la gripe?

Sí. Todas las personas que tienen 6 meses de edad o más deben vacunarse contra la influenza cada año. Vacunarse contra la gripe ayuda a proteger a su hijo de contraer la gripe y ayuda a evitar que transmita a personas que pueden enfermarse gravemente a partir de la gripe, como bebés, personas mayores y personas que tienen enfermedades crónicas.

### ¿Están los niños en alto riesgo de complicaciones de la gripe?

A veces, las personas sanas, incluidos los niños, pueden tener complicaciones graves o morir a causa de la gripe. Los niños en riesgo de complicaciones graves incluyen:

- Niños de 6 meses a 5 años, pero especialmente los menores de 2 años
- Niños y adolescentes de 5 a 18 años con:
  - Enfermedad cardíaca
  - Asma u otra enfermedad pulmonar

- Enfermedad metabólica (incluyendo diabetes)
- Inmunodeficiencia
- Trastornos sanguíneos
- Terapia de aspirina a largo plazo
- Adolescentes embarazadas durante la temporada de gripe

### ¿Debo vacunar a mi hijo una o dos dosis de la vacuna contra la gripe?

Depende de la edad de su hijo y de si se vacunara contra la gripe en el pasado. Si su hijo tiene 6 meses a 8 años, puede necesitar dos dosis con al menos cuatro semanas de diferencia. Pregúntele a su médico o clínica.

### ¿Cuándo debe vacunarse mi familia?

Para la mejor protección, la vacuna contra la gripe se administra generalmente a principios del otoño antes de que comience la temporada de gripe. Pero puede contagiarse en cualquier momento durante la temporada de gripe, que suele ser de octubre a abril.

### ¿Cuál es la diferencia entre la gripe y un resfriado?

Los resfriados son generalmente menos graves que la gripe. Con un resfriado, es posible que tenga secreción o congestión nasal, mientras que la gripe causa dolores corporales, fiebre y cansancio extremo. Un resfriado generalmente no mantendrá a los niños alejados de sus actividades normales, pero los niños con gripe a menudo se sentirán demasiado enfermos para jugar. A diferencia de los resfriados, la gripe puede causar problemas de salud graves como neumonía, infecciones bacterianas y hospitalización.

## ¿Qué tipo de vacuna contra la gripe debe recibir mi hijo?

Hay varios tipos de vacuna contra la gripe disponibles. Su proveedor de atención médica sabrá qué tipo de vacuna es mejor para su hijo. Lo más importante es vacunarlos.

## Alergias y la vacuna

Los niños con alergia al huevo pueden vacunarse contra la gripe de manera segura. Las reacciones alérgicas potencialmente mortales a la vacuna contra la gripe son muy raras. Hable con su proveedor de atención médica si su hijo tuvo una reacción potencialmente mortal a una vacuna contra la gripe.

## ¿Qué pasa si mi hijo tiene gripe?

- Quédese en casa si usted o su hijo están enfermos.
- Descanse y beba muchos líquidos
- Los niños pueden necesitar medicamentos para reducir la fiebre para mantener la fiebre bajo control. Siga las instrucciones de su médico.
- Los antibióticos no ayudarán a una persona a recuperarse de la gripe. La gripe es causada por un virus, no por bacterias.
- Lleve a su hijo al médico o a la sala de emergencias si:
  - Respira rápidamente o con dificultad
  - Tiene un color de piel azulado
  - No bebe lo suficiente y se deshidrata
  - No se despierta ni interactúa con otros
  - Es tan irritable que él o ella no quiere que lo retengan
  - Sólo mejora volver a enfermarse, con fiebre y tos más severa
  - Si le preocupa que algo no parezca estar bien con su hijo, llame a su médico o clínica.

## ¿Qué puedo hacer para protegerme a mí mismo y a los demás?

- Vacúnese.
- Evite estar cerca de otras personas que están enfermas.
- Cúbrase la nariz y la boca con un tejido cuando tosa o estornude, o tosa o estornude en la manga.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Proteja a los bebés al no exponerlos a grandes multitudes o miembros de la familia enfermos cuando la gripe está en su comunidad.
- No comparta tazas y pajitas.
- Limpie con frecuencia las superficies que se tocan con frecuencia (pomos de las puertas, manijas del refrigerador, teléfonos, grifos de agua).

## ¿Qué pasa con los medicamentos antivirales?

Los medicamentos antivirales pueden ofrecer cierta protección si usted ha estado expuesto a la gripe. Comuníquese con su proveedor de atención médica de inmediato si su hijo se enferma de gripe y tiene un alto riesgo de complicaciones por la gripe.

Minnesota Department of Health  
 Immunization Program  
 PO Box 64975, St. Paul, MN 55164-0975  
 651-201-5503 o 1-800-657-3970  
[www.mdhflu.com](http://www.mdhflu.com)