

## AYUDE A REDUCIR LA PROPAGACIÓN DE LA GRIPE



### CUBRA LA BOCA AL TOSER Y ESTORNUDAR

USE EL PROTOCOLO PARA LA HIGIENE RESPIRATORIA— CUBRE SU TOS Y ESTORNUDOS EN LA PARTE SUPERIOR DE LA MANGA



### LÁVESE LAS MANOS CON JABÓN Y AGUA

NO SE APRESURE. LAVE SUS MANOS BIEN POR LO MENOS 20 SEGUNDOS PARA LIBERAR LAS MANOS DE BACTERIAS. UTILICE DESINFECTANTES PARA LAS MANOS COMO ALCOHOL EN GEL SI SE NO PUEDEN LAVARSE LAS MANOS



### QUÉDESE EN CASA SI ESTÁN ENFERMOS

QUÉDESE EN CASA DURANTE AL MENOS 24 HORAS DESPUÉS DE QUE USTED ES LIBRE DE FIEBRE O SIGNOS DE UNA FIEBRE SIN EL USO DE MEDICAMENTOS PARA BAJAR LA FIEBRE. SI LOS SÍNTOMAS DURAN MÁS TIEMPO, QUÉDESE EN CASA HASTA QUE LOS SÍNTOMAS HAYAN DESAPARECIDO POR 24 HORAS.

## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN ACERCA DE LA GRIPE:

[WWW.CO.HUNTERDON.NJ.US/HEALTH.HTM](http://WWW.CO.HUNTERDON.NJ.US/HEALTH.HTM)

O LLAME AL

EL DEPARTAMENTO DE SALUD DEL CONDADO DE HUNTERDON- INFORMACIÓN SOBRE EL H1N1 (GRIPE PORCINA)  
MON – FRI 9AM – 4:30PM, 908-237-7150

[WWW.STATE.NJ.US/HEALTH/ER/H1N1/](http://WWW.STATE.NJ.US/HEALTH/ER/H1N1/)

[WWW.HTTP://ESPANOL.PANDEMICFLU.GOV/PANDEMICFLU/ENES/24/\\_WWW\\_PANDEMICFLU\\_GOV/](http://WWW.HTTP://ESPANOL.PANDEMICFLU.GOV/PANDEMICFLU/ENES/24/_WWW_PANDEMICFLU_GOV/)

[WWW.CDC.GOV/H1N1FLU/ESPANOL/](http://WWW.CDC.GOV/H1N1FLU/ESPANOL/)

[HTTP://WWW.LUNGUSA.ORG](http://WWW.LUNGUSA.ORG)

## COMO RESPONDER A LA GRIPE PANDEMIA H1N1



LA ESCUELAS DEL CONDADO DE HUNTERDON, PADRES Y ESTUDIANTES NECESITAN TRABAJAR JUNTOS

© 2009 Hunterdon County Department of Health,  
Division of Public Health Preparedness



Public Health  
Prevent. Promote. Protect.  
HUNTERDON COUNTY DEPARTMENT OF HEALTH

COSAS QUE LOS PADRES Y LOS ESTUDIANTES DEBEN SABER

QUÉ HACER SI SU NIÑO LE DA LA GRIPE

# LAS VACUNAS ESTARÁN DISPONIBLES

Decidir si o no para obtener una vacuna contra la gripe anual es una elección personal. Pero este año, la elección o no buscar la protección que las vacunas contra la gripe pueden ofrecer es aún más importante porque es muy probable que tanto la gripe estacional (temporada de la gripe) y la gripe H1N1 estarán co-circulando en la comunidad.

Es especialmente importante que los padres y los estudiantes hablen de esta decisión significativa y incluya a su médico personal si tienen preguntas.

**Tanto los departamentos del Condado de Hunterdon de Salud y de Educación recomiendan que los residentes se vacunen de la gripe estacional (temporada de la gripe) y la gripe H1N1 de este año.** Este consejo se basa en la posición de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y la Organización Mundial de la Salud, dos de las principales autoridades de salud en respuesta a la pandemia del H1N1.

Mientras que las vacunas no son una garantía del 100 por ciento que no se va a enfermar, históricamente, han hecho una diferencia al ofrecer protección que no se encuentra de otra manera.

Si usted y miembros de su familia se deciden contra la vacunación, aquí hay preguntas que usted necesita considerar.

*Si*

*Su*

*Niño*

*Se*

*Enferma*

# PADRES: SI SU HIJO SE ENFERMA...

Los niños enfermos y contagiosos - por razones obvias - no serán admitido a la escuela. Es una responsabilidad primaria del Sistema Escolar del Condado de Hunterdon para asegurar lo mas posible tener un ambiente saludable para todos los estudiantes.

Por lo tanto, cualquier niño que está enfermo no se le permite asistir a clases y circular la gripe entre la comunidad estudiantil durante su enfermedad.

Como padre, es su responsabilidad de garantizar que sus niños no son enviados a la escuela cuando están enfermos. Este paso muy importante y es la mejor manera de reducir la propagación de la gripe-o síntomas que se parezcan a la influenza en nuestra comunidad.

Ayudará a todos a limitar la propagación del virus H1N1 mediante la estricta adhesión a este guía:

**Mantenga a la gente enferma lejos de la gente sana.** Si su hijo está enfermo, mantenga su hijo en casa. Esto no sólo ayuda a su niño a ponerse bien, también ayuda a detener la propagación de la gripe.

**Antes de enviar a su hijo a la escuela o guarderías Infantiles,** considere estas preguntas:

- ▷ ¿Su niño tiene fiebre (100 ° F o 37. 7 ° C)? Si usted no tiene un termómetro, sienta la piel de su niño con la mano. Si es mucho más caliente de lo normal, su niño probablemente tiene fiebre.
- ▷ ¿Su hijo tiene dolor de garganta, tos, goteo nasal, dolor de cuerpo, vómitos o diarrea?

**Si usted responde SÍ a una o ambas preguntas, su niño puede tener la gripe. Mantenga a su niño en casa en ves de la escuela por al menos 24 horas después de que están libres de fiebre o signos de una fiebre sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre.** Si los síntomas duran más tiempo, mantenga a su hijo en casa hasta que los síntomas hayan desaparecido por 24 horas.

## ¿CUÁNDO DEBE MI HIJO IR AL MÉDICO?

El médico debe ser consultado cuando un niño menor de 5 años o de cualquier edad si tienen una condición de alto riesgo médico desarrolla una enfermedad como la influenza. Comuníquese con un médico inmediatamente si su niño de cualquier edad muestra algunos de estos síntomas: problemas para respirar, respira rápido o tiene piel de color azulado o gris, el niño no bebe suficiente líquido, tiene vómitos severos o persistentes, no despertar o interactúan, tienen síntomas como si fuera la gripe que mejoran pero regresan con fiebre y tos peores, o si tienen condiciones médicas crónicas como enfermedades cardíacas o pulmonares, diabetes o asma.

Si usted necesita atención médica, pero si usted no tiene un proveedor médico, llame al servicio del Centro Médico de Hunterdon para obtener referencias médicas al **1-800-511-4462.**