

5 de mayo del 2009

Estimados padres de familia /representante legal:

Nosotros sabemos que muchas personas están preocupadas por el reciente brote de Influenza A H1N1 (influenza porcina). Este tipo de virus no ha infectado a humanos en el pasado. Cuando un virus del flu (gripe) empieza a infectar a las personas, los oficiales de salud pública toman medidas para reducir la propagación del virus.

El Departamento de Salud y Servicios a Envejecientes de New Jersey (DHSS, por sus siglas en inglés) y el Departamento de Educación de New Jersey están en contacto con los distritos escolares y departamentos de salud locales, quienes continuarán comunicándose con el personal de las escuelas, estudiantes y padres de familia. Los distritos escolares y departamento de salud locales seguirán los mismos protocolos universales que han ayudado a combatir gripes estacionales y otros tipos de virus.

A pesar de que la influenza H1N1 es tema de preocupación en New Jersey en este momento, no hay motivo de alarma. Abajo encontrará respuestas a las preguntas más frecuentes:

Qué es la Influenza H1N1 (influenza/gripe porcina)?

H1N1 (influenza/gripe porcina) es un tipo de virus del flu (gripe) que causa enfermedades respiratorias y se puede contagiar de persona a persona. La mayoría de las personas infectadas con este virus en los Estados Unidos representan casos leves de la enfermedad, pero se han presentado casos severos de Influenza A H1N1.

Cuales son los síntomas?

En la mayoría de niños, los síntomas de H1N1 son similares a los síntomas de una gripe regular. Los síntomas son los siguientes:

- Fiebre
- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Agotamiento
- Dolores en el cuerpo
- Escalofrío
- Vómitos o diarrea
- Tos

Como se si mi hijo ha sido expuesto a la Influenza H1N1?

Los niños y adultos corren el riesgo de contraer el virus si están en contacto con alguien que presenta los síntomas identificados anteriormente. Profesionales de salud en sus escuelas y guarderías, (centros de cuidado infantil), enfermeras escolares y oficiales de salud pública en su comunidad vienen monitoreando actividades parecidas al flu en su distrito escolar y suministrando guía a directores de su escuela y padres de familia. Si existe un riesgo en su escuela o guardería, oficiales de salud pública le proveerán guía y asistencia al personal escolar y padres de familia. Asegúrese de enseñar a sus niños de que una manera de evitar microbios y gérmenes es lavándose las manos. También se les debe recordar que deben cubrirse la boca cuando tosan o estornuden.

Existe la posibilidad de que mi hijo tenga alergias?

Si. Una de las maneras en notar la diferencia es que niños con alergias estornudan y tosen frecuentemente pero no tienen fiebre o aparentan estar enfermos.

Debo dejarle saber al colegio de mi hijo de que el/ella puede tener el flu?

Si. Cuando llame al consejero de escuela para reportar la ausencia del niño, asegúrese de decirle a la persona que atiende el teléfono que su niño tiene síntomas parecidos al flu (gripe). Si el procedimiento administrativo de su escuela es el de dejar un mensaje grabado, asegúrese de incluir esta información en su mensaje.

Que debo hacer si mi hijo está enfermo?

- A no ser que necesite atención médica, mantenga al niño enfermo en su casa. No lo mande a la escuela, guardería o centro infantil. Llame a su doctor si tiene preguntas.
- NO lleve al niño a la sala de emergencia si el niño demuestra un caso leve de la enfermedad incluyendo Tos y fiebre. La sala de emergencia debe ser usada para enfermedades serias. Usted no quiere que su Hijo propague la enfermedad o sea contagiado con una enfermedad mientras espera.
- SI debe llevar al niño a la sala de emergencia si el niño está muy enfermo. Un niño muy enfermo puede tener fiebre alta, dificultad al respirar, síntomas de asma que se van empeorando, náusea severa o vómitos, dificultad en mantener líquidos en el estómago o se ve somnoliento. Recuerde, si tiene alguna pregunta, llame a su doctor.
- Dele a su niño muchos líquidos, tales como agua, sopas livianas, bebidas deportivas, (como Gatorade) bebidas que contengan electrolitos (como Pedialyte®) para que no se deshidrate.
- Mantenga al niño cómodo. El descanso es muy importante.
- Para la fiebre, dolor de garganta y dolores musculares puede darle medicinas, que su doctor recomiende basado en la edad de su niño. NO le de aspirina a niños o adolescentes; esto puede causar el síndrome de Reye, una enfermedad mortal.
- Si alguien en su casa está enfermo, manténgalo alejado de aquellos que no están enfermos, en un cuarto separado y apartado de los demás miembros de la familia lo más posible.
- Tenga pañuelos desechables y un cesto de basura cerca de la persona enferma.
- Niños que estén enfermos con síntomas del flu (gripe) deben quedarse en casa y no ir al colegio o guardería y no estar con otras personas por lo menos siete días después del comienzo de la enfermedad, o más tiempo si los síntomas continúan. No lleve un niño enfermo a las tiendas, centros comerciales, teatros de cine u otros lugares donde haya grupos de personas.

Como podemos mi familia y yo evitar el flu (gripe)?

- Lávese las manos y las manos de sus niños frecuentemente con jabón y agua por 20 segundos (cante el abecedario o Feliz Cumpleaños dos veces)!
- Todos deben utilizar pañuelos desechables al toser o estornudar, o estornudar y toser en la parte interior del codo.
- Manténgase apartado de personas que están enfermas, si esto no es posible, trate de mantenerse por lo menos a seis pies de distancia.

Para información adicional:

Por favor visite la página en la Internet del Departamento de Salud y Servicios a Envejecientes de New Jersey:
<http://nj.gov/health>

Por favor visite la página en la Internet del Departamento de Educación de New Jersey:
<http://state.nj.us/education>

El Departamento de Salud y Servicios a Envejecientes tiene una Línea Directa para preguntas generales del público

y proveedores de servicios de salud en New Jersey. El número de la Línea Directa (Hotline) es 1-866-321-9571.

Lucille E. Davy, Comisionada

Heather Howard, Comisionada

Departamento de Educación Departamento de Salud y Servicios a Envejecientes