



# Evita la Gripe – ¡Vacúnate!

EL COMBATE CONTRA LA GRIPE EN INSTALACIONES DE CUIDADOS DE NIÑO: PIEDRA ANGULAR PARA INCREMENTAR LA TOMA DE CONCIENCIA CON RESPECTO A LA GRIPE

## ¿QUÉ ES LA GRIPE?

La gripe es una infección viral altamente contagiosa de las vías respiratorias (nariz, garganta y pulmones). El virus de la gripe tiende a propagarse entre noviembre y abril, pero la mayoría de los casos se producen entre diciembre y marzo. Con frecuencia, se confunde la gripe con el catarro común, pero los síntomas de la gripe tienden a desarrollarse con rapidez (usualmente de 1 a 4 días después que la persona ha estado expuesta al virus) y son usualmente más serios que la típica coriza y congestión asociada con el catarro. Con frecuencia la gripe viene acompañada de fiebre, dolor de cabeza, cansancio extremo, tos seca, dolor de garganta, secreción y taponamiento de la nariz, y dolores musculares. Además, las náuseas, los vómitos y las diarreas son también síntomas comunes en los niños. La persona infectada con el virus de la gripe sufrirá típicamente la enfermedad entre 7 y 10 días, con 5 a 6 días de actividad limitada y aproximadamente 3 días de reposo en cama.

## ¿QUIÉNES DEBEN VACUNARSE?

**Todos los niños mayores de 6 meses pueden vacunarse contra la gripe.** Sin embargo, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (U.S. Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan específicamente que los niños de 6 meses a 5 años sean vacunados todos los años contra la gripe. Además, los niños con ciertos trastornos de salud, y los contactos en el hogar (padres, hermanos, abuelos, etc.) así como las personas que cuidan a niños de 0 a 5 años fuera del hogar también deben vacunarse cada año. Los niños y adultos que tienen contacto en casa con otras personas de alto riesgo, también deben vacunarse. **Sin embargo, todas las personas, incluyendo los niños en edad escolar, que quieran reducir los riesgos de contraer la gripe o de transmitirla a otras personas, deben vacunarse todos los años.**

## ¿LOS NIÑOS TRANSMITEN LA GRIPE?

Los niños son de dos a tres veces más propensos a contraer gripe que los adultos, debido a que sus sistemas inmunológicos están menos desarrollados. Cerca del 41 por ciento de los niños en edad preescolar asisten a centros de cuidados organizados o guarderías al menos parte del tiempo, lo cual equivale a que una cantidad considerable de niños comparten los juguetes y los gérmes al mismo tiempo. La vacuna contra la gripe puede ayudar a que los niños no se enfermen durante la temporada de gripe, y contribuye potencialmente a detener la propagación del virus a sus familias, amigos, maestros y comunidades.

Los niños en edad escolar también tienden a mayores índices de infección de la gripe, debido a sus contactos más directos con amigos y compañeros de clase, quienes frecuentemente se propagan los gérmes entre sí. Durante las severas temporadas de gripe, cerca del 30 por ciento de los niños en edad escolar se enferman, y pierden aproximadamente 38 millones días escolares al año en total.

## ¿ES GRAVE LA GRIPE EN LOS NIÑOS?

- La gripe causa más muertes de niños que la varicela, la tos convulsa o pertusis, y la papera juntas. En las últimas cuatro temporadas de gripe fallecieron más de 300 niños en los Estados Unidos.
- Cada año son hospitalizados aproximadamente 20,000 niños menores de 5 años a consecuencia de la gripe.
- Según los CDC, la vacunación anual contra la gripe es la mejor forma de prevenir la enfermedad. La vacunación puede disminuir la propagación del virus en los niños que asisten a guarderías, y entre los que les proveen cuidado.

Para obtener más información, visite [www.naccp.org](http://www.naccp.org) o llame al 1-800-537-1118.

Patrocinado por National Association of Child Care Professionals y Families Fighting Flu, Inc.



National Association of Child Care Professionals



FAMILIES  
FIGHTING FLU, INC.