



**CUANDO UNA ENFERMEDAD LLEGA A SU HOGAR:
Debe saber reconocer cuando tiene que mantener su niño en casa**

La decisión de un padre de permitir que su niño se quede en casa cuando él o ella esta enfermo algunas veces puede ser una decisión difícil. Ningún padre quiere interrumpir el proceso de aprendizaje de su niño, y para algunos, permitir que un niño se quede en casa significa perder un día de trabajo o perder un día de salario. Sin embargo, si el niño tiene una enfermedad seria como la influenza, es importante que el niño se quede en casa y no llevarlo a la escuela. Al tomar este paso, los padres pueden ayudar a sus niños a recuperarse más rápido como también prevenir contagiar a otros. He aquí preguntas y respuestas comunes para ayudar a los padres al tomar decisiones durante esta temporada de la influenza.

P: ¿Debo de mantener a mi niño en casa si tiene síntomas de la gripa o de la influenza? ¿Es su consejo distinto para la gripa que para la influenza?

R: Si su niño tiene síntomas de la influenza, usted debe mantener a su niño en casa. Si su niño tiene una gripa, la decisión de mantener a su niño en casa debe depender en la severidad de los síntomas. Una buena regla general es de mantener a su niño en casa si tiene una fiebre de 100 grados o más.

También es importante saber la diferencia entre la gripa y la influenza. La influenza es una enfermedad seria, y los niños que tienen influenza siempre deben quedarse en casa y no ir a la escuela. Los síntomas de la influenza incluyen fiebre, escalofríos, tos, dolor de garganta, dolor de cabeza y dolores musculares. Muchas personas dicen sentirse como si hubieran sido "atropellados por un camión." Es una buena idea comunicarse con el doctor del niño si el o ella tienen estos síntomas. Síntomas de la gripa común incluyen la nariz tapada, estornudo, dolor de garganta, y una tos seca y persistente. Casi siempre, los síntomas de la gripa se manifiestan gradualmente. Aunque la gripa común usualmente no es nada serio, si los síntomas son severos, es una buena idea mantener a su niño en casa para que descanse y se recupere.

P: ¿Si mi niño tiene la influenza o una gripe severa, cuanto tiempo debo mantenerlos en casa y no llevarlos a la escuela?

R: Los padres deben mantener a sus niños enfermos en casa hasta que hayan pasado las 24 horas desde que tuvieron fiebre (temperatura menos de 100 grados) para prevenir el contagio de la enfermedad a otras personas. La influenza se contagia de persona a persona por medio de la tos y el estornudo. En ocasiones, las personas pueden contagiarse con la influenza al tocar una superficie infestada de gérmenes. Los niños son una de las mayores fuentes del contagio de la influenza.

P: ¿Debo de llamar al doctor si pienso que mi niño tiene la influenza?

R: Si un niño manifiesta los síntomas de la influenza, los padres deben comunicarse con el doctor de los niños sin demora. Algunos niños pueden beneficiarse de medicamento antiviral, el cual puede ser recetado por un doctor y puede disminuir el numero de días que un niño este enfermo con el virus. Para surtir efecto, el medicamento antiviral debe ser tomado dentro de las 12 a 48 horas desde el comienzo de los síntomas.

P: ¿Que debo hacer para prevenir que el resto de la familia se enferme?

R: Enseñe y practique hábitos saludables. Lávese las manos frecuentemente con agua tibia y jabón por lo menos por 20 segundos para prevenir el contagio. Trate de no tocarse los ojos, nariz y boca, por lo que puede infectarse del virus cuando sus manos toquen superficies infectadas por gérmenes. También, **considere comunicarse con el doctor** si alguien en su hogar se enferma con la influenza. Un doctor puede recetar medicamento antiviral para los otros miembros en su hogar, esto puede prevenir que se contagien con la influenza.