



**NORTHWEST GEORGIA  
PUBLIC HEALTH**

C. Wade Sellers, MD, MPH District Health Director

**DISTRITO NOROESTE DE SALUD PUBLICA**

Northwest Georgia Public Health  
1309 Redmond Road NW  
Rome, GA 30165

Agosto del 2009

Estimados Padres:

Muchos de ustedes han oído reportes de la Pandemia de la influenza A (H1N1), también conocido como el H1N1 o la influenza porcino en los Estados Unidos, en Georgia, y el noroeste de Georgia. Aunque todavía estamos aprendiendo sobre este virus, es claro que los niños y adolescentes están en alto riesgo de coger esta influenza. La protección de la salud y seguridad de su hijo (a) es prioridad, podemos ser efectivos si trabajamos como un equipo. Es por esto que estamos compartiendo información sobre la influenza porcino, cómo estamos respondiendo y qué usted puede hacer para protegerse. Todos tenemos un papel importante en protegerse, proteger a nuestras familias y proteger a la comunidad.

Los síntomas de la influenza porcino son similares al gripe estacional. La mayoría de las personas con la influenza H1N1 tienen fiebre con tos o dolor de la garganta. Síntomas adicionales incluyen letargia, apetito pobre, mucosidad nasal, náusea, vómitos y diarreas. La mayoría de las personas se recuperan en su hogar en aproximadamente una semana, similar al gripe estacional.

Una vacuna contra la influenza A (H1N1) ha sido desarrollado y está en pruebas. Esperemos tenerla disponible tan pronto como octubre; pero es posible que no tendremos hasta más tarde. Hasta entonces, es importante tomar medidas para prevenir el contagio de enfermedades in los centros de cuidado y las escuelas- no solo para la influenza porcino pero cualquier virus. Estas son las medidas que usted y sus hijos (as) deben tomar todos los días para mantenerse saludable:

- No envíe su hijo (a) a la escuela si tiene fiebre. Mantenga los niños con síntomas del gripe en su hogar para que no infecten a otros.
- Los niños enfermos no deben ir a la escuela o participar en actividades que los pongan en contacto con otras personas hasta que la fiebre haya desaparecido por lo menos 24 horas sin haber tomado medicinas para la fiebre.

- Cubra su nariz y boca al estornudar (puede usar la manga de su camisa). Disponga el papel que use para cubrir su boca y nariz al estornudar y toser en la basura. Enseñe a sus hijos (as) hacer lo mismo.
- Evite darle aspirina o productos que contengan aspirina a sus hijo (a) si tiene fiebre y síntomas del gripe. En esas circunstancias, la aspirina ha sido asociada a una enfermedad seria llamada Síndrome de Reyes.
- Lave sus manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Los gel y soluciones para limpiar las manos que tengan alcohol también son efectivos. Déle un buen ejemplo a sus hijos (as).
- Evite tocar sus ojos, nariz ó boca. Los gérmenes se propagan de esa manera.
- Evite estar cerca de personas enfermas.
- Vacune a toda la familia, incluyendo los niños (as) contra el gripe estacional lo más pronto posible.

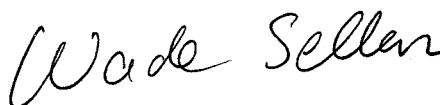
Las personas que desarrollan un gripe severo ( fiebres altas por más de tres días, dificultad al respirar, u otros síntomas ) deben buscar atención médica inmediatamente. Aquellas personas que no sufren de otras condiciones de salud que puedan ponerlos en alto riesgo y que desarrollan síntomas del gripe o que aquellas personas que crean que han sido expuestos al virus y no tienen síntomas no necesitan atención médica.

A este momento, Salud Pública no recomienda que las escuelas cierren si se reporta la influenza H1N1 en estudiantes y maestros. Sin embargo, estaremos trabajando con su escuela y otros en la comunidad para evaluar cualquier situación que surga. Es posible que éstas recomendaciones cambien más adelante dependiendo de cómo la infección se propage y aprendamos más sobre el virus.

Los niños tienen prioridad en recibir las primeras dosis de las vacunas contra H1N1. Es vital que usted se mantenga informado. Escuche y observe los anuncios de su escuela y el departamento de salud local sobre disponibilidad de la vacuna, cierres de escuelas, y otra información relacionada a la pandemia.

Acuerdase de la política de ausentismo y enfermedades de su escuela. Notificando puntualmente la personal escolar de la enfermedad de su hijo (a) ayudará a los oficiales escolares tomar acciones para cuidar la salud de los estudiantes y personal.

Para más información sobre la Pandemia de H1N1, llame al departamento de salud local o visite las páginas web [www.nwgapublichealth.org](http://www.nwgapublichealth.org) , [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov) or [www.flu.gov](http://www.flu.gov).



C. Wade Sellers, M.D., M.P.H.  
Director de Distrito de Salud



## NORTHWEST GEORGIA PUBLIC HEALTH

C. Wade Sellers, MD, MPH District Health Director

### **PREPARACIÓN PARA LA PANDEMIA DE GRIPE: LO QUE USTED DEBE SABER**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha declarado oficialmente una pandemia mundial a la nueva influenza A H1N1 (gripe porcina). Eso significa que hay brotes del virus en todo el mundo, incluidos los Estados Unidos de America. Hasta ahora, la mayoría de los casos del virus han sido leves o moderados. Sin embargo, no hay manera de predecir qué tan grave el virus podría presentarse.

Hay cosas que usted puede hacer ahora para prepararse. Tener ciertos artículos a la mano será de mucha utilidad si tiene que quedarse en casa durante una emergencia como una pandemia de gripe.

Mantener un recipiente o caja con suministros de emergencia que incluya:

- 2 semanas de suministro de agua embotellada (un galón por cada miembro de la familia por día. Incluir agua extra para las mascotas)
- Al menos 2 semanas de alimentos no perecederos listos para comer tales como frutas enlatadas, carnes y verduras enlatadas, barras de proteína, galletas, cereal seco, zumos o jugos de fruta, etc
- Alimentos para animales, si es necesario
- Comida o fórmula para bebés y pañales, si es necesario
- Linterna de mano y baterías adicionales
- Abridor de latas manual, platos y utensilios desechables, bolsas de basura, papel higiénico, toallas de papel, productos de higiene femenina, y desinfectante de manos
- Medicamentos sin receta para la fiebre, diarrea, tos y resfriados
- Termómetro

Usted debería también:

- Recordar a su familia la practica de hábitos saludables
- Aprender el tratamiento casero contra la gripe
- Obtener una vacuna contra la gripe cada año. Esto es todavía la mejor manera de protegerse de la gripe estacional.
- Averiguar sobre los planes de su empleador para una pandemia de gripe
  
- Mantener un plan de emergencia en caso de un posible cierre de la escuela o el trabajo y otros interrupciones
- Disponer de una copia de cada miembro de la familia de el historial médico.
- Continuar informandose sobre la pandemia de gripe a traves de fuentes de informacion oficiales de credibilidad entre ellos los siguientes sitios web:

- Georgia División de Salud Pública: [www.health.state.ga.us/h1n1flu](http://www.health.state.ga.us/h1n1flu)
- Centros para el Control y Prevención de Enfermedades:  
[www.cdc.gov/h1n1flu](http://www.cdc.gov/h1n1flu)