

Departamento de Salud Pública del Estado de Iowa

Hoja de Información

INFLUENZA (Recomendaciones para las Guarderías)

La influenza (“flu”) es una enfermedad respiratoria que se transmite fácilmente. Se caracteriza por comenzar en forma repentina con la fiebre, dolores musculares, dolor de garganta, dolor de cabeza y tos, y en los niños, también puede ocasionar la diarrea y vómito.

- Cualquier empleado o niño que se sospecha tener la influenza no debe asistir a la guardería.
- Hay que lavarse las manos frecuentemente utilizando el jabón, la frotación de las manos y agua tibia corriente por 15 segundos (es generalmente la duración de tiempo que se tarda en cantar el alfabeto). Hay que secarse las manos con toallas de papel o las secadoras automáticas. Se les debe enseñar y ayudar a los niños para asegurar que se laven bien las manos. Los sanitarios se deben revisar regularmente para asegurar que jabón y toallas están disponibles.
- Es importante lavarse las manos después de limpiarse la nariz o la de otra persona, o después del contacto con la saliva o drenaje de la nariz.
- La influenza se puede transmitir por medio de la tos o los estornudos. Hay que asegurar que haya pañuelos de papel disponibles para las narices mucosas y los estornudos. Los empleados y los niños deben taparse la boca cuando tosen y utilizar una toalla facial cuando se estornudan o se suenan las narices. Los pañuelos de papel se deben tirar a la basura de inmediato, y luego se deben lavar las manos. (Si no puede lavarse las manos, limpie las manos con un gel para manos que contiene alcohol.) Asegúrese que haya pañuelos de papel disponibles en la guardería y en los carros para las narices mucosas y los estornudos.
- Los empleados y los niños (especialmente los que tienen condiciones médicas y niños entre la edad de 6 y 23 meses de edad) y cualquier persona que quiere reducir el riesgo de contraer la influenza debe inmunizarse contra la influenza. Nunca es demasiado tarde en la temporada de influenza para recibir la vacuna.
- Cerrar una guardería en el evento de un brote de la influenza usualmente no se recomienda.
- Todos los niños y empleados deben evitar compartir vasos, tenedores, cucharas, cepillos de dientes y juguetes.
- En la guardería, frecuentemente limpie las superficies que se utilizan comúnmente, como las agarraderas, pasamanos, mesas y mostradores, juguetes, etc. Desinfectantes comerciales o una solución de blanqueador que se mezcla diariamente (mezcle ¼ de taza de blanqueador con 1 galón de agua) se deben utilizar.

Quién debe obtener la vacuna contra la influenza: (para mayor información contacte a su proveedor de atención médica o departamento de salud local)

Empleados

- Personas de 50 años de edad o mayor
- Mujeres que estarán en el segundo o tercer trimestre de un embarazo durante la temporada de influenza

Departamento de Salud Pública del Estado de Iowa

Niños

- Infantes de 6 a 23 meses de edad, sus hermanos hasta 18 años de edad y todos los contactos de alto riesgo de un hogar.
- Personas mayores a 6 meses de edad que han requerido seguimiento médico o hospitalización durante el año anterior debido a enfermedades la diabetes, el cáncer, la insuficiencia renal crónica, enfermedad cardíaca o pulmonar, etc.
- Personas de 6 meses a 18 años de edad que reciben terapia de aspirinas de largo plazo debido al riesgo de desarrollar el síndrome de Reye después de alguna enfermedad viral.

Todo el mundo

- Miembros del hogar (incluyendo a los niños) de personas en grupos de alto riesgo
- Cualquier persona que desea reducir la probabilidad de enfermarse de la influenza

Traducida del inglés al español.