

# La influenza: Guía para padres

*Si su hijo tiene estos síntomas, contacta a su Centro de Salud situado en la escuela al (808) 326-7321.*



La influenza (gripe) es una enfermedad respiratoria contagiosa, causada por los virus de la influenza que infectan la nariz, la garganta y los pulmones. La influenza es diferente de un resfriado y generalmente aparece de manera repentina. Cada año, la influenza causa millones de casos de enfermedad, cientos de miles de hospitalizaciones y decenas de miles de muertes en los Estados Unidos.

La influenza puede ser muy peligrosa para los niños. Los CDC estiman que desde el 2010, en los Estados Unidos se ha hospitalizado a una cantidad de entre 6000 y 26 000 niños menores de 5 años cada año a causa de la influenza. La vacuna contra la influenza es segura y ayuda a proteger a los niños contra esta enfermedad.

## Lo que deben saber los padres

### ¿Qué tan grave es la influenza?

Aunque la enfermedad de la influenza puede variar entre leve y grave, los niños frecuentemente requieren atención médica a causa de la influenza. Los niños menores de 5 y los niños de cualquier edad que tengan ciertos problemas de salud a largo plazo están en mayor riesgo de presentar complicaciones por la influenza, como neumonía, bronquitis, infecciones de oído y sinusitis. Algunos de los problemas de salud que se sabe que hacen que los niños sean más vulnerables a la influenza incluyen el asma, la diabetes y los trastornos del cerebro o del sistema nervioso.

### ¿Cómo se propaga la influenza?

Se cree que los virus de la influenza se propagan principalmente a través de las gotitas que se forman cuando una persona con la enfermedad tose, estornuda o habla. Estas gotitas pueden llegar a la boca o la nariz de las personas que estén cerca. Una persona también puede contraer la influenza cuando toca algo que tiene el virus y luego se toca los ojos, la nariz o la boca.

### ¿Cuáles son los síntomas de la influenza?

Los síntomas de la influenza pueden incluir fiebre, tos, dolor de garganta, moqueo o congestión nasal, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos, cansancio y, en algunos casos, vómitos y diarrea (más frecuentes en los niños que en los adultos). Algunas personas con influenza no presentarán fiebre.

## Proteja a sus hijos

### ¿Cómo puedo proteger a mis hijos de la influenza?

La primera y mejor manera de protegerlos es ponerse usted y sus hijos la vacuna anual contra la influenza.

- Se recomienda la vacunación contra la influenza para todas las personas de 6 meses en adelante todos los años. Tanto la vacuna inyectable como la vacuna en atomizador nasal son opciones de vacunación.

- Es particularmente importante que se vacune a los niños pequeños y a los que tengan ciertos problemas de salud a largo plazo.
- También se deben vacunar las personas que cuidan a niños y tengan mayor riesgo de complicaciones por la influenza. (Los bebés menores de 6 meses de edad están en mayor riesgo de presentar complicaciones graves, pero son demasiado pequeños para recibir la vacuna contra la influenza).
- Las personas embarazadas también deben vacunarse para protegerse y proteger al bebé. Las investigaciones muestran que vacunarse contra la influenza durante el embarazo protege al bebé durante varios meses después de que nace.
- Los virus de la influenza cambian constantemente, por lo tanto, se actualizan las vacunas para que protejan contra los virus que, según indiquen las investigaciones, tengan mayores probabilidades de causar la enfermedad durante la siguiente temporada de influenza.

### ¿Son seguras las vacunas contra la influenza?

Las vacunas contra la influenza tienen un excelente historial de seguridad. Millones de personas han recibido la vacuna de manera segura, durante décadas. Tanto la vacuna inyectable como la vacuna en atomizador nasal son opciones para la vacunación. Hay diferentes tipos de vacunas contra la influenza autorizadas para personas de diferentes edades. Cada persona debe ponerse la vacuna que sea adecuada para su edad. Los CDC y la Academia Estadounidense de Pediatría recomiendan que todos los niños de 6 meses de edad en adelante reciban la vacuna anual contra la influenza.

### ¿Cuáles son los beneficios de vacunarse contra la influenza?

- La vacunación contra la influenza puede evitar que usted y sus hijos se enfermen.** Cuando los virus de la vacuna coinciden con los que están circulando, la vacunación ha mostrado reducir el riesgo de enfermarse en aproximadamente un 40 % a un 60 %.
- Las vacunas contra la influenza pueden evitar la hospitalización de sus hijos a causa de esta enfermedad.** Un estudio reciente mostró que la vacunación contra la influenza redujo en un 74 % el riesgo de los niños de ser hospitalizados en la unidad de cuidados intensivos pediátricos a causa de esta enfermedad.
- La vacuna contra la influenza puede salvar la vida de niños.** Un estudio que usó los datos de temporadas de influenza recientes halló que en los niños con afecciones de mayor riesgo la vacuna redujo a la mitad el riesgo de muerte asociada a la influenza y en los niños sin afecciones lo redujo casi dos tercios.

