

# QUÉ HACER SI SU HIJO/A ENFERMA DE INFLUENZA



La Influenza o gripe es un germen peligroso que afecta a la nariz, los pulmones y la garganta. La Influenza se propaga fácilmente. Algunas personas se enferman de manera grave y otras solamente de manera suave. Los niños menores de 5 años tienen más probabilidades de enfermar gravemente. Las personas con enfermedades crónicas, como asma y diabetes, también corren el riesgo de enfermar gravemente. La buena noticia es que la mayoría de los niños mejoran sin necesidad de ir al médico. Esta guía le ayudará a entender cómo cuidar a un niño con influenza en casa, así como a saber cuándo necesita ir al médico.

## Signos graves de la Influenza

Si notas alguno de estos síntomas en tu hijo, es hora de llamar al médico:

- Respiración rápida o dificultosa
- Labios o cara azulados
- Dolor torácico
- Dolor muscular intenso
- Deshidratación (no ingiere suficientes líquidos)
- No está alerta o no interactúa cuando está despierto
- Convulsiones
- Fiebre superior a 104°F

## Tratamiento

En algunos casos, su hijo necesitará medicamentos recetados para mejorar de la Influenza. Este medicamento funciona mejor si su hijo empieza a tomarlo en los 2 primeros días (48 horas) de haber enfermado. Si su hijo es de alto riesgo o tiene un caso muy grave, es importante que llame al médico de inmediato.

Si su hijo tiene fiebre (100 grados Fahrenheit o 37,8 grados Celsius), puedes utilizar medicamentos para bajarla. Algunos se venden en la tienda (sin receta). También es posible que su hijo necesite medicamentos con receta.



Para más información, visite nuestra página web sobre la Influenza en San Diego

**[Tinyurl.com/SDCountyFlu](https://Tinyurl.com/SDCountyFlu)**

10/18/2022



## Qué hacer:

- Mantenga a su hijo enfermo en casa hasta al menos 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre, excepto para recibir atención médica.
- Los niños pueden volver al colegio 24 horas después de que les haya bajado la fiebre SIN utilizar medicamentos para reducirla.
- Asegúrese de que su hijo descanse lo suficiente y beba líquidos claros (como agua, caldo, bebidas para deportistas, bebidas electrolíticas, Pedialyte®) para garantizar que su cuerpo tenga los líquidos que necesita.



## Usted puede evitar la propagación de gérmenes a otras personas de su casa. Le explicamos cómo:

- Mantenga a su hijo enfermo en una habitación separada de la casa, en la medida de lo posible, para que no propague los gérmenes a las personas sanas de la casa.
- Las personas con Influenza pueden propagar los gérmenes de la Influenza desde 1 día antes de enfermarse hasta 5 o 7 días después. Las personas gravemente enfermas o los niños pequeños pueden contagiar la Influenza durante más tiempo, especialmente si aún presentan síntomas.
- No permita que su hijo comparta alimentos o bebidas con otras personas.
- Lo ideal es que solamente una persona cuide del niño mientras esté enfermo. Así se limita el número de personas expuestas a los gérmenes. También es importante tener en cuenta la propia salud del cuidador y evitar que alguien de alto riesgo cuide del niño.



Para más información, visite nuestra página web sobre la Influenza en San Diego

**[Tinyurl.com/SDCountyFlu](https://Tinyurl.com/SDCountyFlu)**

10/18/2022

