

# Gripe (Influenza)

La gripe es una enfermedad respiratoria causada por los virus de la gripe. Estos pueden afectar la nariz, la garganta y, en ocasiones, los pulmones. Presta atención a las señales de gripe en tu hijo o hija.

## SEÑALES Y SÍNTOMAS

La gripe puede provocar desde molestias leves hasta cuadros graves. Sus síntomas suelen aparecer de forma repentina e incluyen:

- Fiebre,
- Tos,
- Dolor de garganta,
- Congestión o goteo nasal,
- Dolores musculares o corporales,
- Dolor de cabeza,
- Sensación de cansancio y, en ocasiones,
- Vómitos o diarrea.

## PREVENCIÓN

La mejor manera de protegerse contra la gripe es vacunarse anualmente contra la gripe para usted y su hijo. Las vacunas contra la gripe son seguras y efectivas. Otras recomendaciones para evitar la gripe en los niños incluyen:

- Mantenerlos alejados de personas enfermas y niños,
- Recordarles que se cubran los tos y los estornudos,
- Lavarse las manos con agua y jabón con frecuencia, y
- Limpiar superficies y juguetes que puedan estar cubiertos con virus de la gripe.



## TRATAMIENTO

La mayoría de los síntomas se pueden tratar en casa sin receta médica. Hay medicamentos disponibles en supermercados y farmacias. Algunas personas pueden necesitar medicinas recetadas por un médico. Debes consultar al médico SI tu hijo o hija:

- Presenta dificultad para respirar,
- Tiene fiebre que no desaparece, o
- Está en riesgo de enfermarse gravemente por la gripe, debido a su edad o a problemas de salud.



**CONTACTA CON UNA CONDADO DE SAN DIEGO  
ENFERMERA DE SALUD PÚBLICA PARA MÁS INFORMACIÓN**

LLAME AL: 1 (866) 358-2966 OPCIÓN 5  
CORREO ELECTRÓNICO: PHS-IZPHN.HHSA@SDCOUNTY.CA.GOV

