



"Always working for
a safer and healthier
Skagit County"

10 de septiembre de 2009

Estimados padres y alumno:

Como sabrán, el **virus H1N1 de la gripe "porcina"** se está propagando rápida y fácilmente de una persona a otra en nuestro condado, en el estado y en toda la nación. Los niños de edad escolar y los jóvenes universitarios son los grupos más afectados. En los Estados Unidos, la edad promedio de los enfermos es de 12 años. Hasta el momento, este es el único virus de la gripe que hemos identificado en la localidad. El departamento de Salud Pública del Condado de Skagit (Skagit County Public Health) está trabajando con los 7 distritos escolares del Condado de Skagit para tomar medidas que prevengan el contagio de la gripe H1N1.

Al parecer, el virus de la gripe H1N1 no causa mayor gravedad que el virus de la gripe estacional común. La preocupación es que, si bien tenemos una vacuna contra la gripe estacional, todavía no tenemos ninguna contra la gripe H1N1. La vacuna ayuda a desarrollar inmunidad comunitaria, también conocida como inmunidad colectiva. Nos vacunamos para protegernos y proteger a quienes nos rodean.

Les pedimos encarecidamente a todos los padres que mantengan a sus hijos en casa si tienen fiebre y uno o más de los síntomas de la gripe que se enumeran más adelante. Pueden utilizar medicamentos para bajar la fiebre, como acetaminofeno o paracetamol (Tylenol y otros), o ibuprofeno (Advil, Motrin y otros), pero no usen aspirina. Todos los niños deben permanecer en casa hasta que hayan pasado 24 horas desde que dejaron de tener fiebre sin haber usado medicamentos. La enfermedad suele durar entre 5 y 7 días. Entre los síntomas de la gripe se incluyen los siguientes:

- Fiebre (100 °F [37,8 °C] o más)
- Congestión de pecho, tos
- Dolor de garganta
- Moqueo o congestión nasal
- Dolores en el cuerpo
- Dolor de cabeza
- Mucho cansancio o debilidad
- Vómitos y/o diarrea, en algunos casos

Les sugerimos que no consulten al médico, a menos que los síntomas empeoren progresivamente en el transcurso de 3 a 5 días o que su hijo padezca una afección médica de alto riesgo. Las personas que tienen afecciones médicas subyacentes, tales como asma, problemas cardíacos, diabetes y afecciones neuromusculares, y las mujeres embarazadas deben consultar al médico si presentan algunos de los síntomas de la gripe mencionados anteriormente. Todo niño que ya tenga síntomas gripales y presente cualquiera de los siguientes síntomas deberá ser examinado de inmediato por un médico:

- Respiración acelerada o dificultades para respirar
- Piel que se torna azulada
- Ingestión insuficiente de líquidos
- Dificultades para despertarse o comportamiento anormal
- Irritabilidad tal que el niño no permite que lo sostengan
- Mejora de los síntomas gripales, pero posterior empeoramiento con más fiebre y tos que antes

El departamento de Salud Pública del Condado de Skagit y todas las escuelas del Condado de Skagit destacan que la medida más importante para prevenir brotes de gripe es que los niños enfermos permanezcan en su hogar. Sigán estas medidas fundamentales para reducir la cantidad de alumnos que contraigan el virus H1N1:

- **¡No envíen a su hijo a la escuela si tiene síntomas gripales!**
- Cuando se comuniquen con la escuela de su hijo para avisar que no va a ir, infórmenle al personal que su hijo tiene fiebre y al menos uno de los síntomas gripales.
- Mantengan a su hijo en casa hasta 24 horas después de que se le haya pasado la fiebre.

- Si su hijo presenta síntomas gripales mientras está en la escuela, será enviado de regreso a casa lo más pronto posible. Tomen las medidas necesarias para retirar a su hijo si se enferma mientras está en la escuela.
- Para que su hijo no tenga que permanecer todo el día en la escuela si está enfermo, verifiquen que la escuela tenga los números telefónicos correctos para comunicarse con ustedes o con una persona cercana en caso de emergencia.
- Manténganse al día con los temas relativos a la gripe, tales como cuándo estará disponible la vacuna e información de último momento sobre la prevención.
- Hagan vacunar a sus hijos contra la gripe estacional y contra la gripe H1N1 en cuanto las vacunas estén disponibles. La vacuna contra la gripe estacional estará disponible para los niños del Condado de Skagit a fines de septiembre.

Estas son algunas otras cosas muy importantes que pueden hacer:

- **Enséñele a su hijo a lavarse las manos con agua y jabón en forma frecuente.** El alcohol en gel solamente debe utilizarse cuando no sea posible lavarse las manos con agua y jabón durante 20 a 30 segundos.
- **Enséñele a su hijo a que no comparta sus artículos personales,** como bebidas, humectantes labiales, lápices de labios, alimentos o utensilios para comer sin lavar.
- **Enséñele a su hijo a que, cuando tose y estornuda, debe cubrirse** con un pañuelo de papel o con el doblez del brazo, en lugar de cubrirse con las manos o de no cubrirse en absoluto.
- **Sepan cuáles son los síntomas de la gripe.**

Otras técnicas de prevención que las escuelas están implementando son asegurarse de que en los lavabos haya mucho jabón y elementos para secarse las manos; que los maestros y el personal escolar continúen recordándoles a los estudiantes que se laven las manos con frecuencia y cómo deben toser y estornudar; y que se limpien más seguido los escritorios, los picaportes, las mesas, etc. El virus vive en las superficies aproximadamente de 2 a 8 horas.

El departamento de Salud Pública del Condado de Skagit visitará las escuelas para vacunar a los niños contra la gripe H1N1 en cuanto haya disponible una cantidad suficiente de vacuna. Vacunaremos en orden de prioridad según los niveles de mayor riesgo que ha establecido el organismo Centers for Disease Control (CDC, Centros para el Control de Enfermedades):

Nivel 1:

- Mujeres embarazadas.
- Familiares y cuidadores de bebés menores de 6 meses. Los bebés no pueden recibir la vacuna contra la gripe hasta que tengan 6 meses.
- Niños de 6 meses a 4 años.
- Niños de 5 a 18 años que padecen afecciones médicas crónicas, tales como asma, diabetes, enfermedades cardíacas o enfermedades neuromusculares.
- Trabajadores de atención médica y servicios de emergencia que tienen contacto directo con las personas afectadas, dado que las infecciones pueden generar una potencial exposición de las poblaciones vulnerables, y el ausentismo del personal reduciría la capacidad del sistema de atención médica.

Nivel 2:

- Todos los niños de 6 meses a 18 años.
- Adultos jóvenes de 19 a 24 años.
- Personas de 25 a 64 años que padecen afecciones médicas de alto riesgo y que podrían tener complicaciones derivadas de la gripe.

Nivel 3:

- Todas las personas sanas de 25 a 64 años.
- Las personas de 65 años en adelante.

Toda decisión de cerrar las escuelas será tomada de manera conjunta por Salud Pública y la Administración de la escuela.

Para obtener más información, visiten <www.flu.gov>, <cdc.gov/H1N1flu>, <skagitcounty.net> o el sitio web de su escuela, o bien comuníquense con Maryl Skjei al 336-9382 o con Sandi Paciotti al 336-9397.