



STATE OF CONNECTICUT
DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH

May 6, 2009

Padres, estudiantes y personal de escuelas de Connecticut,

Casos probables y confirmados de gripe H1N1 (gripe porcina) han sido identificados en Connecticut. A medida que pase el tiempo, es probable que se identifiquen casos adicionales en el estado y el resto del país.

Información nueva en la severidad de la enfermedad hizo que expertos de salud revisen la guía de cierre de escuelas. La mayoría de los casos en U.S. han sido menos severos que los reportados en México, con menos hospitalizaciones y muertes. CDC y funcionarios de salud del estado continuarán observando la severidad y la diseminación de la epidemia de gripe por H1N1.

El mensaje más importante en este momento no es nuevo: Estudiantes y adultos que están enfermos NO deben venir a la escuela. Quédese en casa si tiene síntomas de gripe: fiebre y tos o dolor de garganta, a veces con congestión o descarga nasal, dolor de cuerpo, vómito o diarrea. Para evitar contagiar a otros, quédese en casa y manténgase alejado de otros por al menos 7 días o hasta que no tenga síntomas por 24 horas, cualquiera que sea más larga. Tome decisiones de ir al médico de la misma forma en que lo haría bajo circunstancias normales, y si tiene síntomas de gripe, busque atención si es que tiene fiebre por tres o más días y no mejora.

El 5 de Mayo del 2009, CDC cambió su recomendación que refleja un mejor entendimiento del virus H1N1. Basado en ésta información, el CDC cambió su recomendación para enfocar esfuerzos basados en las escuelas en la identificación temprana de estudiantes y personal enfermo, la recomendación de quedarse en casa cuando está enfermo y buenos cuidados higiénicos en tos y manos como vías más importantes para reducir la diseminación de la influenza en las escuelas. Decisiones acerca del cierre de escuelas está a la discreción de autoridades locales basadas en consideraciones locales, incluyendo the preocupación pública, el impacto de ausencia escolar y escases de empleados.

Similar a otros virus de la gripe, H1N1 se transmite de personas enfermas a otros principalmente a través de la tos y estornudos. Ocasionalmente las personas se pueden infectar al tocar algunas cosas que contienen el virus y luego tocarse la boca, nariz o sobarse los ojos. Se piensa que personas con H1N1 pueden diseminar la infección a otros por aproximadamente 7 días después de estar enfermos.

Niños y los adultos que están bien y sin síntomas de gripe no necesitan ser excluidos de la escuela o el trabajo basado en viajes recientes a áreas de gripe H1N1 o contacto cercano a alguien con gripe H1N1. Sin embargo éstas personas deben vigilar su salud y no deben asistir la escuela o el trabajo si es que desarrollan síntomas. En caso de manifestar síntomas mientras esté en la escuela o el trabajo, debe de hacer los arreglos necesarios para regresar a casa inmediatamente.

Es muy importante enseñar a nuestros niños lo que necesitamos hacer para prevenir la diseminación del virus:

- **Evite contacto cercano con personas que están enfermas.**
- **Use un pañuelo o la manga de la camisa para cubrir el estornudo y la tos.**
- **Lávese las manos a menudo con jabón y agua**, especialmente después de toser o estornudar. Si no hay agua disponible, utilice un limpiador de manos basado en alcohol.
- **Trata de no tocarte los ojos, nariz o boca.** Los microbios a menudo diseminan de ésta manera.

Más información está disponible en línea:

- El Departamento de Salud Pública de Connecticut: <http://www.ct.gov/ctfluwatch>
- Centro para el Control de Enfermedades y Prevención: <http://www.cdc.gov/h1n1flu>

Gracias por su cooperación en mantener a nuestros niños y nuestras escuelas sanas.

Sinceramente,

Matthew L. Cartter, MD, MPH Epidemiólogo de Connecticut

Cuándo Mantener a Su Niño en Casa

¿Cómo podemos limitar la transmisión del virus H1N1 (gripe porcina)?

Lo más importante es mantener a las personas enfermas lejos de contacto con personas sanas. De tal forma que si su niño está enfermo, usted debe mantener a su niño en casa. El quedarse en casa ayuda a parar la diseminación del virus y ayuda al enfermo a recuperarse.

Conteste éstas preguntas cada mañana antes de enviar a su niño a la escuela o guardería infantil:

1. ¿Su niño tiene **fiebre** (100° F o 37. 7°C)? Si no tiene termómetro, toque la piel de su niño con la mano. Si se siente más tibio de lo usual su niño probablemente tiene fiebre.
2. ¿Su niño tiene **dolor de garganta, tos, dolor de cuerpo, vómito o diarrea**?

Si usted contestó "sí" a todas las preguntas, su niño quizás tenga la gripe. Mantenga a su niño en casa por 7 días calendarios, o hasta que no tenga síntomas por 24 horas, cualquiera que sea más largo.

Si usted contestó "sí" a sólo una de las preguntas, mantenga a su niño en casa hasta que no tenga síntomas por 24 horas.

¿Cuándo mi niño debe ir al médico?

Llame a su médico si su niño está suficientemente enfermo. La decisión de ir al médico debe ser basada en el mismo juicio que usted utilizaría durante una temporada normal de gripe.

Si usted no vería a un proveedor de asistencia médica por los síntomas que su niño tiene ahora, su niño no necesita ver a su médico.

Más información está disponible en línea:

- El Departamento de Salud Pública de Connecticut: <http://www.ct.gov/ctfluwatch>
- Centro para el Control de Enfermedades y la Prevención: <http://www.cdc.gov/h1n1flu>

La Gripe por H1N1 (gripe porcina): Los hechos para familias con niños en edad escolar

¿Qué es la gripe por H1N1 (gripe porcina)? La gripe por H1N1, también conocido como "gripe porcina," es un virus que se puede transmitir por personas que están infectadas a través de la tos y estornudos. El virus de la gripe H1N1 no se transmite de los puercos a las persona o por comer productos de puerco.

¿Qué debo hacer si alguien en mi familia tiene síntomas? Quéde en casa si usted tiene síntomas de gripe: fiebre y tos o dolor de garganta, dolor de cuerpo, vómitos o diarrea. Mantengase alejado de otros hasta que se sienta mejor por al menos un día. Tome la decisión de ver a un médico de la misma forma que lo haría si es que estuviese enfermo. No busque atención médica si no está enfermo o si es que los síntomas que tiene son ligeros. Busque atención médica si es que se siente suficientemente enfermo.

¿Por qué cerraron algunas escuelas? Al principio de la epidemia pensamos que como medida de precaución se cierran las escuelas afectadas mientras aprendíamos más acerca de las características de la epidemia y de las estrategias para prevenir la enfermedad en la comunidad. Los cierres de las escuelas proporcionaron tiempo valioso para reunir información acerca de la gripe H1N1 en nuestra comunidad. Apreciamos los sacrificios que padres y escuelas han hecho para proteger la salud de la comunidad durante esta etapa temprana de la epidemia.

¿Van a cerrar las escuelas? Ya no se está aconsejando que las escuelas cierren basado en el diagnóstico de un caso probable o confirmado de gripe H1N1. Al igual que con influenza estacional, las escuelas pueden ser cerradas si un número significativo de estudiantes o personal en la escuela se enferman. El cierre de escuelas parece ser menos necesario ya que estamos observando la enfermedad y la severidad asociada con la gripe por H1N1.

¿La escuela de mi niño ha re-abierto pero mi niño se acaba de enfermar, que debo hacer?

Cuando la escuela reabre, los estudiantes y profesores con fiebre, tos o dolor de garganta o con otra enfermedad respiratoria nueva **no deben asistir a la escuela** por 7 días calendarios después que la enfermedad comenzó o hasta 24 horas después que la enfermedad termine, cualquiera que sea más largo.

¿Cómo protejo a mis niños y familia de la infección? Enseñe a los niños a:

- **Lavarse las manos a menudo con agua y jabón**, especialmente después de toser o estornudar. Si agua y jabón no están disponibles, utilice un limpiador de manos basado en alcohol.
- **Cubrirse la nariz y boca** con un pañuelo o con la manga de la camisa cuando tose o estornude.
- **Tratar de no tocarse los ojos, nariz o boca.** Los microbios se diseminan de ésta manera.
- **Mantenerse lejos de personas que están enfermas.**

Para más información visite las paginas web de:

- El Departamento de Salud Pública de Connecticut: <http://www.ct.gov/ctfluwatch>
- Centro para el Control de Enfermedades y Prevención: <http://www.cdc.gov/h1n1flu>