

En casa con gripe

Quédese en el hogar si tiene gripe. Prepárese para tener a sus niños y adolescentes en casa si se enferman.

Por qué es importante quedarse en casa cuando se tiene gripe

Cuando uno tiene gripe, puede contagiarla a otras personas cuando tose o estornuda. El período de mayor contagio es cuando se tiene fiebre y también durante las 24 horas posteriores a la desaparición de la fiebre.

MAYOR CONTAGIO



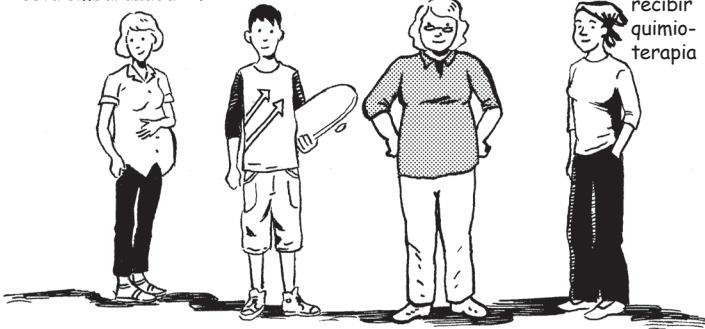
mientras dure la fiebre



un día completo después de que la fiebre haya desaparecido

Algunas personas corren un riesgo mucho mayor de padecer graves problemas de salud si contraen gripe.

está embarazada padece de asma tiene más de 50 años acaba de recibir quimioterapia



Muchas de las personas que corren mayor riesgo se ven saludables.

Si concurre a las reuniones de la escuela o de otro tipo cuando todavía está propagando el virus, pondrá en riesgo a las otras personas.



Todos los días, asegúrese de que su hijo se sienta bien antes de ir a la escuela o al centro de cuidado para niños

Si su hijo tiene:

fiebre

superior a los 100 °F



Y uno de los siguientes síntomas:

tos

dolor de garganta



Es posible que tenga gripe. Puede manifestar otros síntomas como goteo nasal, dolores corporales, diarrea y vómitos.

Si su hijo está enfermo, tenga en cuenta las siguientes opciones de atención:

¿Entonces puedes cuidarla a la tarde?

Sí, no creo que haya problemas.



Pida ayuda a parientes, amigos o vecinos.

¡Gracias! Los niños pueden quedarse en mi casa mañana.



Organice una red entre los vecinos para el cuidado de los niños. Busque un pequeño grupo de familias que puedan turnarse cuando haya que cuidar a los niños.