

Influenza (Flu)

¿Qué es el Flu?

El Flu es una infección viral de la nariz, garganta, tráquea y bronquios que se produce en epidemias cada 3 o 4 años (por ejemplo, la gripe asiática). Los síntomas principales son la congestión nasal, dolor de garganta y tos persistente. Es posible que su hijo tenga más dolor muscular, de cabeza, fiebre y escalofríos que si tuviera un resfrió.

Para la mayoría de las personas, la gripe es sólo un "mal" resfrió reposo no es necesario. La Flu no es peligroso para las personas que están sanas.

¿Cómo puedo cuidar de mi hijo?

- **Fiebre y dolor**
Use acetaminofén (Tylenol) cada 6 horas o ibuprofeno (Advil) cada 8 horas por fiebre más de 102°F (39°C). Los niños y adolescentes que pueden tener la gripe no deben tomar aspirina, ya que pueden causar el síndrome de Reye.
- **Tos o ronquera**
Si su hijo es mayor de 1 año de edad, dele miel (1/2 a 1 cucharita según sea necesario). Nunca les de miel a los bebés. Si no tiene miel, use jarabe de maíz.
- **Dolor de garganta**
Déle caramelos a los niños mayores de 6 años. El caldo de pollo también puede ayudar a aliviar el dolor en niños mayores de 1 año.
- **Nariz tapada**
Agua tibia o gotas nasales de solución salina y succión (o sonarse la nariz) se abrirán más narices bloqueados. Utilice los lavados nasales por lo menos cuatro veces al día o cuando el niño no puede respirar por la nariz. Gotas nasales de solución salina se realizan mediante la adición de ½ cucharadita de sal en 1 taza de agua tibia.
- **Contagio**
La influenza se propaga rápidamente debido a que el período de incubación es de 24 a 36 horas y el virus es muy contagioso. Su niño puede regresar a la guardería o a la escuela después que la fiebre haya desaparecido y se siente a la altura.

Si su hijo tiene 6 meses a 5 años de edad, debería darle la vacuna contra la influenza. Los niños que tienen enfermedades serias también se tendrían que dar la vacuna.

¿Cuándo debo llamar al médico de mi hijo?

Llame de INMEDIATO si:

- Su hijo tiene dificultad para respirar
- Su hijo se observa muy enfermo

Llame durante horas de consulta si:

- Su hijo manifiesta problemas secundarias tales como dolor de oído, dolor o presión en los senos nasales o una fiebre que dure más de 3 días
- Usted tiene alguna otra pregunta o preocupación