

Prevención y control de la gripe

ESTRATEGIAS PARA PROGRAMAS DE EDUCACIÓN TEMPRANA Y DE CUIDADO INFANTIL

La mayoría de los niños de corta edad está inscrita en programas de educación temprana y de cuidado infantil, y estos programas pueden poner en práctica medidas para prevenir la gripe (influenza) y controlarla. Anualmente se esperan brotes de gripe estacional. La infección por gripe puede ser grave; cada año da por resultado hospitalización o muerte de algunos niños. La vacunación contra la gripe es la mejor estrategia para reducir la infección y la propagación; sin embargo, la vacunación no es 100% eficaz. Algunos niños que fueron vacunados pueden enfermarse y propagar la infección. Es importante proteger a todos los niños. Se debe tener presente que los niños con necesidades especiales de cuidado de la salud (p. ej., aquellos con asma, diabetes mellitus, enfermedad del corazón importante desde el punto de vista hemodinámico, inmunosupresión, o trastornos neurológicos y del desarrollo neurológico) tienen riesgo más alto de complicaciones por la gripe.

Sus metas como un maestro o un cuidador son hacer su mejor esfuerzo para:

- Hacer que tantos miembros del personal y niños como sea posible sean vacunados antes de la temporada de gripe y durante la misma.
- Reducir al máximo posible la propagación de enfermedad respiratoria.
- Reconocer de manera apropiada la enfermedad, y atender a niños enfermos y enviarlos a su hogar, cuando sea necesario.

GRIPE

La gripe (influenza) es una enfermedad contagiosa causada por un grupo de virus respiratorios llamados virus de la gripe. El virus de la gripe es altamente contagioso, y causa enfermedad grave que puede dar por resultado hospitalización o muerte. Afecta en su mayor parte el sistema respiratorio, pero también puede afectar todo el cuerpo. Cuando se usa el término *gripe*, nos estamos refiriendo a infección por virus de la gripe. En Estados Unidos, en la comunidad, algunas personas podrían usar la palabra *gripe* en inglés (*flu*) para hacer referencia a gastroenteritis viral (vómitos y diarrea), o a cualquier enfermedad que cause una enfermedad parecida a la gripe.

Cada año, la temporada de gripe es diferente. Es imposible saber si la temporada de gripe empezará al principio del otoño o del invierno, o más tarde. Usted por lo general puede determinar cuándo está ocurriendo un brote en su comunidad al seguir diversas formas de cobertura en los medios de comunicación o al verificar con su departamento de salud local. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) ofrecen un mapa que se actualiza cada semana, y muestra la actividad actual de gripe, en www.cdc.gov/flu/weekly/usmap.htm. En inglés.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA GRIPPE?

Los síntomas de la gripe son fiebre de inicio repentino; dolor en el abdomen; escalofríos; tos, crup (laringotraqueo-bronquitis), bronquiolitis, o neumonía; energía disminuida o sensación de estar mucho más cansado que lo habitual; dolor de cabeza; molestias y dolores musculares; congestión nasal; náuseas y dolor de garganta.

Más de una tercera parte de los niños de menos de seis años de edad puede quedar infectada por un virus de la gripe cada año. Sin embargo, algunos niños infectados no muestran signos o síntomas de enfermedad. La gripe se parece a la enfermedad causada por otros virus que producen tos y resfriado común, pero puede ser más grave. Desconocemos cuáles niños con enfermedades respiratorias tienen gripe. Durante un brote de gripe local, las probabilidades de que un niño tenga gripe aumentan, pero casi todas las enfermedades respiratorias aún son causadas por virus que no son el de la gripe. Los virus del resfriado común pueden causar fiebre, pero por lo general no llevan a enfermedad grave que requiera hospitalización. Estos factores hacen desafiante identificar quién está infectado con gripe y cómo controlar la propagación de este virus. El médico de un niño por lo general no efectuará un análisis para gripe a menos que el niño necesite ser admitido al hospital.



¿CUÁNDO LOS ADULTOS Y NIÑOS PROPAGAN LA GRIPE?

Los adultos y niños pueden propagar la gripe cuando están:

- Enfermos con fiebre, secreción nasal abundante, dolor de garganta y tos
- Infectados, pero sin mostrar signos de enfermedad
- Desarrollando una enfermedad (período de incubación)
- Recuperándose de gripe

Los virus de la gripe son compartidos o “transmitidos” en gotitas que se forman cuando un niño tose o estornuda. Estas gotitas aterrizan directamente en las mucosas (ojos, nariz o boca) de otro niño, o caen en superficies que son tocadas por otro niño que a continuación se toca sus propias mucosas.

¿CÓMO PODEMOS CONTROLAR LA PROPAGACIÓN DE LA GRIPE?

Pese a todos los esfuerzos, algunos niños en cuidado infantil tienen probabilidad de presentar gripe. Si bien nadie puede asegurar que un niño o cuidador no quedará infectado, el personal de cuidado infantil y los líderes de educación temprana y de cuidado infantil pueden hacer todo lo posible para prevenir gripe y limitar la propagación de gérmenes. Se recomiendan tres métodos para controlar la propagación de gripe: vacuna contra la gripe, control de la infección y envío del niño a su hogar.

VACUNA CONTRA LA GRIPE

Las vacunas contra la gripe estacional son la mejor protección disponible contra la gripe. La protección por la vacuna sólo dura una temporada de gripe. Las cepas de virus de la gripe pueden cambiar cada año, de modo que la vacuna también tiene que cambiarse para cubrir los nuevos virus de la gripe anticipados, de ahí la necesidad de actualizar la protección cada año. La American Academy

of Pediatrics (AAP) recomienda que cada año todas las personas de seis meses de edad o más reciban la vacuna contra la gripe. El mejor momento para recibir la vacuna contra la gripe es al final del verano o principio de otoño—tan pronto como la vacuna quede disponible. Sin embargo, aún hay un beneficio potencial si un niño recibe una vacuna contra la gripe en etapas tan tardías como abril o mayo, o incluso hasta junio del año siguiente. Los virus de la gripe en ocasiones pueden circular hasta abril y mayo, o incluso más tarde. Un niño aún necesitará otra vacuna durante el otoño para la siguiente temporada de gripe. No hay problema si una persona recibe la vacuna contra la gripe al final de una temporada (p. ej., abril o mayo) y al principio de la siguiente (p. ej., agosto o septiembre).

La mejor manera de proteger a niños de corta edad contra la infección es que todos los miembros de la familia y todas las personas que rodean al niño (otros niños, padres, y maestros o cuidadores) sean vacunados. Esto se llama “estrategia del nido”, y es en especial importante para adultos que atienden a niños de menos de seis meses de edad, porque estos son demasiado jóvenes como para recibir la vacuna. La vacunación de niños de corta edad contra la gripe también es importante para prevenir la propagación hacia familias y la comunidad. Las personas que han sido vacunadas tienen menos probabilidad de presentar enfermedad muy grave si contraen gripe.

La vacuna viene en forma de una inyección o de aerosol nasal. Si bien la vacuna contra la gripe no es 100% eficaz, es la mejor protección disponible. En años típicos, la vacuna tiene eficacia de 60% a 85%. La eficacia de ambos tipos de vacuna contra la gripe puede variar de una temporada a otra.

Puede encontrar más información, incluso requisitos de vacuna contra la gripe para niños, en www.healthychildren.org/spanish/health-issues/conditions/chest-lungs/paginas/the-flu.aspx. El número de dosis de vacuna necesario depende de la edad del niño y de su historial de vacunación contra la gripe.

- Los niños de menos de seis meses de edad no deben recibir vacuna alguna contra la gripe
- Los niños de seis meses a ocho años de edad que nunca han sido vacunados contra la gripe necesitan recibir dos dosis, con al menos cuatro semanas de separación. Esto es necesario sólo el primer año que sean vacunados.
- Los niños de nueve años de edad o más sólo necesitan una dosis de vacuna contra la gripe.

Los programas deben llevar un registro del estado de vacunación contra la gripe de niños y del personal. La AAP y los CDC recomiendan la vacuna anual contra la gripe tan firmemente como otras vacunas comúnmente aceptadas, como MMR, poliomielitis, DTaP, y varicela. Por lo tanto, los programas de cuidado infantil pueden, y deben, exigir vacunación contra la gripe de los niños y el personal, incluso si el gobierno del estado todavía no la exige. En algunos estados ya se ha adoptado un requerimiento de vacuna contra la gripe. Verifique su estado en el sitio web de la Immunization Action Coalition, www.immunize.org/laws/flu_childcare.asp. En inglés.

CONTROL DE LA INFECCIÓN

Recuerde a todos las conductas apropiadas al toser/estornudar. En circunstancias ideales, los niños y adultos deben toser hacia un codo o hacia un hombro, de modo que los gérmenes no terminen en sus manos. Si una persona tose hacia su(s) mano(s) o un pañuelo de papel, la(s) mano(s) se debe(n) lavar de inmediato, y el pañuelo se debe desechar con prontitud. El incremento de la frecuencia del lavado de manos y de la desinfección de las manos durante la temporada de gripe puede ayudar a reducir la infección. La limpieza y desinfección frecuentes de superficies pueden ayudar a disminuir la propagación de gérmenes.



ENVÍO DE NIÑOS DEL CENTRO DE CUIDADO INFANTIL A SU HOGAR

Dado que es imposible determinar cuáles niños tienen infección por gripe versus virus del resfriado común, es mejor tomar decisiones acerca de enviar a un niño a su hogar desde el centro de cuidado infantil con base en los síntomas del niño. No se preocupe respecto a diagnosticar quién tiene gripe. Vea en el cuadro las razones para enviar a su hogar a un niño que presenta una enfermedad respiratoria.

¿CUÁNDO DEBEN LOS NIÑOS PERMANECER EN CASA?

Es necesario informar a los padres que cualquier niño con síntomas respiratorios (tos, secreción nasal abundante o dolor de garganta) y fiebre debe ser enviado a su hogar desde el centro de cuidado infantil, o mantenido en el hogar durante la temporada de gripe. El niño puede volver después de que la fiebre se haya resuelto sin medicinas para reducirla, y cuando pueda participar en actividades, y el personal pueda cuidar de él sin comprometer su capacidad para cuidar de otros niños en el grupo.

¿CÓMO PODEMOS PRE PARARNOS PARA LA TEMPORADA DE GRIPE?

Agosto es un buen mes para empezar a prepararse para la temporada de gripe, y esto es antes de que los niños de mayor edad regresen a la escuela y la gripe empiece a circular. La AAP recomienda poner en práctica las medidas que siguen:

1. Animar a todo el personal, los niños y los padres para que planeen recibir la vacuna contra la gripe (cfoc.nrckids.org/StandardView/7.3.3.1) tan pronto como quede disponible en su comunidad. Todas las personas necesitan una vacuna contra la gripe cada año, incluso cuando las cepas de virus en

ENVÍE AL NIÑO A SU HOGAR SI:

- Es incapaz de participar en las actividades normales.
- Requiere demasiado cuidado como para que el personal también sea capaz de atender las necesidades de otros.
- Tiene fiebre y síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, o secreción nasal abundante) durante la temporada de gripe.
- Satisface otros criterios para el envío al hogar, según se describe en los manuales de la AAP *Cuidado de Nuestros Niños: Estándares Nacionales de Rendimiento en cuanto a Salud y Seguridad; Pautas para Programas de Cuidado Temprano y de Educación Temprana (Caring for Our Children: National Health and Safety Performance Standards; Guidelines for Early Care and Early Education Programs)*, tercera edición, y *Manejo de Enfermedades Infecciosas en Centros de Cuidado Infantil y Escuelas: Una Guía de Referencia Rápida (Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools: A Quick Reference Guide)*, tercera edición.

la vacuna no cambian respecto a las del año previo, porque la protección sólo dura una temporada.

2. Examinar y revisar el plan por escrito del programa para la gripe estacional (cfoc.nrckids.org/StandardView/9.2.4.4).
3. Desplegar materiales educativos para estimular la higiene apropiada de las manos y la conducta apropiada al toser y estornudar.
4. Programar educación sobre prevención de la gripe (cfoc.nrckids.org/StandardView/7.3.3.3) para el personal. Revisar las políticas sobre el lavado de manos (cfoc.nrckids.org/StandardView/3.2.2.2); limpieza, desinfección de superficies y juguetes (cfoc.nrckids.org/StandardView/3.3), y enviar a su hogar a niños (cfoc.nrckids.org/StandardView/3.6.1.1) y a cuidadores que estén enfermos (cfoc.nrckids.org/StandardView/3.6.1.2).

NO ENVÍE AL NIÑO A SU HOGAR ÚNICAMENTE PARA PREVENCIÓN DE PROPAGACIÓN PORQUE:

- Usted no puede determinar quién tiene gripe versus virus del resfriado común.
- Los niños con virus de la gripe lo propagan durante hasta siete días (el niño aún es infeccioso).
- Los niños son infecciosos poco antes de presentar síntomas, y a menudo siguen siendo infecciosos durante días después de que sus síntomas desaparecen.

5. Ayudar a las familias y las comunidades a entender los papeles importantes que pueden desempeñar en la reducción de la propagación de la gripe. Planear distribuir una carta personalizada (https://www.aap.org/en-us/Documents/parent_flu_letter_2015_2016.pdf) a los padres acerca de las prácticas de prevención y de control de la gripe en su programa (en inglés).
6. Actualizar la información de contacto de familias y los expedientes de niños, de modo que sea posible establecer contacto con los padres rápidamente si necesitan recoger a su hijo enfermo (cfoc.nrckids.org/StandardView/9.4.2.2). En inglés
7. Tener una estrategia respecto a niños con necesidades especiales de cuidado de la salud (esto es, aquellos con enfermedades que aumentan el riesgo de complicaciones por gripe). Animar a los padres a hablar en etapas tempranas con el pediatra o el subespecialista médico de su hijo acerca de la administración de la vacuna contra la gripe estacional tan pronto como quede disponible, y cuándo considerar tratamiento con una medicina antiviral si el niño presenta una enfermedad parecida a gripe.

CONCLUSION

No hay manera de prevenir por completo la propagación de la gripe en programas de educación temprana y de cuidado infantil, pero los programas pueden desempeñar un papel importante al tener en mente los hechos que siguen:

- Los programas de cuidado infantil tienen un papel importante y una oportunidad de mejorar las tasas de vacunación.
- La vacunación es con mucho la mejor táctica para la prevención de la gripe.
- Todos los niños de seis meses de edad o más deben ser vacunados cada temporada de gripe.
- El control de la infección también es importante, pero no es tan eficaz como la vacunación.
- Se debe enviar a los niños a su hogar cuando sea necesario, pero no como el único método para reducir la propagación.

Para obtener más información, envíe un mensaje de correo electrónico (e-mail) a DisasterReady@aap.org o vea los recursos que siguen (disponibles sólo en inglés):

- **AAP El cuidado de nuestros niños: Estándares nacionales de rendimiento en cuanto a salud y seguridad; Pautas para programas de cuidado temprano y de educación temprana (AAP Caring for Our Children: National Health and Safety Performance Standards; Guidelines for Early Care and Early Education Programs)**, tercera edición. En inglés (cfoc.nrckids.org)
- **AAP Sitio web de iniciativas de educación temprana y de cuidado de la salud Healthy Child Care America (AAP Healthy Child Care America Early Education and Child Care Initiatives Web Site)** (www.healthychild-care.org)
- **AAP El manejo de enfermedades infecciosas en centros de cuidado infantil y escuelas: Una guía de referencia rápida (AAP Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools: A Quick Reference Guide)**, tercera edición. En

inglés. (ebooks.aappublications.org/content/managing-infectious-diseases-in-child-care-and-schools-3rd-edition)

- **AAP "Preparación de programas de cuidado infantil para pandemia de gripe" ("Preparing Child Care Programs for Pandemic Influenza")** (www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/Children-and-Disasters/Pages/Preparing-Child-Care-Programs-for-Pandemic-Influenza.aspx). En inglés.
- **AAP "Prevención de gripe: recursos para padres y proveedores de cuidado infantil" ("Preventing the Flu: Resources for Parents & Child Care Providers")** (<https://www.healthychildren.org/spanish/safety-prevention/immunizations/paginas/preventing-the-flu-resources-for-parents-child-care-providers.aspx>)
- **CDC Hoja informativa "No más excusas: ¡Usted necesita una vacuna contra la gripe!" ("No More Excuses: You Need a Flu Vaccine!" Fact Sheet)** (www.cdc.gov/flu/pdf/freeresources/updated/vaccine-locations-esp-flyer.pdf)
- **CDC Materiales impresos gratuitos con información sobre la gripe (CDC Flu Information Free Print Materials)**

<http://www.cdc.gov/flu/pdf/freeresources/updated/vaccine-locations-esp-flyer.pdf>)

- **Sitio web de familias combatiendo la gripe (Families Fighting Flu Web Site)** (www.familiesfightingflu.org). En inglés.
- **Boletines informativos de salud para programas Head Start**
Si le gustaría recibir una copia del boletín más reciente sobre la gripe, por favor envíe un correo electrónico a DisasterReady@aap.org.
- **Curso en línea "Prevención y Control de la Gripe: Estrategias para Proveedores de Educación Temprana y de Cuidado Infantil" ("Influenza Prevention and Control: Strategies for Early Education and Child Care Providers" Online Course)**. En inglés. (www.healthychildcare.org/flu.html)
- **Sitio web: Prevenga la gripe durante la niñez (Prevent Childhood Influenza Web Site)** En inglés. (www.preventchildhoodinfluenza.org)

Este folleto fue apoyado en parte por el Cooperative Agreement Number 5 U38 OT 000167-02, patrocinado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Su contenido es únicamente la responsabilidad de los autores, y no necesariamente representa las opiniones oficiales de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades o del Departamento de Salud y Servicios Humanos.

El hecho de que se listen recursos no implica un apoyo por parte de la American Academy of Pediatrics (AAP). La AAP no es responsable por el contenido de los recursos mencionados en esta publicación. Los números de teléfono y direcciones de sitios Web son lo más actualizados posible, pero pueden cambiar en cualquier momento.

La información contenida en esta publicación no debe utilizarse como un sustituto para la atención médica y el consejo de su pediatra. Puede haber variaciones en el tratamiento que su pediatra podría recomendar, con base en hechos y circunstancias individuales.

Copyright © 2015 American Academy of Pediatrics. Todos los derechos reservados.



American Academy
of Pediatrics



DEDICADA A LA SALUD DE TODOS LOS NIÑOS®