



# Cómo prepararse para la gripe pandémica en los programas de cuidado de niños

## ¿Qué es la gripe?

La gripe es una enfermedad respiratoria ocasionada por un virus. Esta enfermedad por lo general ocurre en invierno y puede ocasionar un estado de enfermedad leve o grave. Los síntomas son peores que los de un resfriado y la persona enferma tiene fiebre, fatiga, tos, dolor de garganta y dolores corporales. Cada año en los Estados Unidos, del 5 al 20% de la población se enferma de gripe, más de 200.000 personas con gripe son internadas en el hospital y aproximadamente 36.000 mueren por complicaciones. Hay 2 tipos de gripe: la gripe estacional y la gripe pandémica.

## Gripe estacional

La gripe estacional tiene diferentes variedades y cada año aparecen variedades predecibles. Por lo general, muchas personas han estado expuestas con el tiempo y están inmunes. También hay una vacuna disponible para proteger a la gente; especialmente a aquellos que puedan estar en riesgo de tener complicaciones. La vacuna es eficaz por una temporada de gripe, así que se necesita colocar la vacuna todos los años para protegerse de la gripe estacional. Usualmente, la gripe estacional se presenta durante la temporada de gripe; es decir, de noviembre a febrero.

## Gripe pandémica

La gripe pandémica ocurre cuando un nuevo virus y subsecuente enfermedad se propaga por todo el mundo durante el transcurso del año. Esto sucede porque las personas afectadas con este nuevo virus no tienen inmunidad y no hay vacuna disponible de forma inmediata. Estos nuevos virus se comportan de forma diferente: algunos ocasionan enfermedades de menor importancia mientras que otros ocasionan enfermedades graves y hasta la muerte en las personas contagiadas. Ha habido grandes epidemias en el siglo pasado tales como la gripe asiática en 1957 y la gripe de Hong Kong en 1968. Ambas pandemias tuvieron altos índices de enfermedad y muerte. Los funcionarios de salud están siguiendo de cerca un virus muy mortífero, el virus de gripe aviar H5N1 que tiene potencial para ocasionar una nueva pandemia.

## Gripe H1N1 del 2009 (también conocida como la gripe porcina)

La pandemia más reciente, la gripe H1N1 del 2009 resultó leve en la mayoría de las personas, pero afectó a niños pequeños y mujeres embarazadas más que otras gripes pandémicas. Ahora que existe una vacuna contra la H1N1 y hay un gran nivel de inmunidad entre la gente contagiada, se convertirá en otra variedad de gripe estacional cuyo contagio puede ser pronosticado. La vacunación en contra de la gripe H1N1 continúa siendo recomendada para todos y especialmente se

aconseja que se vacunen los grupos de alto riesgo: mujeres embarazadas, personas a cargo de bebés menores de 6 meses, personas de 6 meses a 24 años y todas las personas de 25 a 64 años con afecciones crónicas de salud.

## ¿Por qué debe prepararse su programa para la gripe pandémica?

Los programas de servicios de cuidado de niños, las escuelas y las reuniones públicas proporcionan oportunidades de transmisión de virus que ocasionan la gripe. En caso de una pandemia, serán más estrictas las normas de exclusión para los niños enfermos, los miembros del personal y aquellos que tienen familiares enfermos. También es posible que los funcionarios de salud pública local clausuren las escuelas y los programas de servicios de cuidado de niños y reduzcan así el riesgo de contagio de la enfermedad. Los padres tal vez no puedan trabajar si tienen que cuidar a un niño enfermo, otro miembro de la familia, o si ellos mismos están enfermos. Una gripe pandémica podría afectar gravemente al personal y a las familias de su programa.

## Pasos para prepararse para una pandemia:

**Forme un comité** para planificar qué se hará en su programa en caso de una gripe pandémica. Este comité puede estar conformado por miembros del personal, un representante del distrito escolar, el director del programa y los padres o tutores.

**Identificar fuentes confiables de información** Esté alerta a las advertencias de salud pública con respecto a la gripe, clausura de programas y otras recomendaciones para prevenir la transmisión de la gripe.

Puede ser que los padres estén temerosos o estresados, entonces asegúrese de brindar información correcta y no basada en rumores. Intente dar materiales en los idiomas nativos de las familias y a un nivel de lectura apropiado. El sitio de la red [www.flu.gov](http://www.flu.gov) ofrece información en varios idiomas. Otra fuente de información sobre la gripe pandémica son los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov); la línea de teléfono directa es 1-800-CDC-INFO ó 1-800-232-4636. Esta línea está a su disposición en inglés y español las 24 horas del día, 7 días a la semana. Teléfono de texto (TTY, por sus siglas en inglés) 1-888-232-6348.

**Comuníquese con el departamento de salud local** para saber cuál es el plan de su comunidad en caso de pandemia. Determine quién en su zona tiene la autoridad de clausurar programas de cuidado de niños en caso de que haya una emergencia de gripe. Decida cómo comunicarse con las familias y el personal si se clausura la escuela o el programa. Comparta esta información con las familias y el personal.

**Eduque a los niños, personal y familias en su programa sobre las medidas preventivas de salud.** Lávese las manos (vea el póster de CCHP titulado “Lávese las manos debidamente”), cúbrase la boca al toser o estornudar, tosa en dirección a la manga de su ropa, hágase colocar la vacuna contra la gripe todos los años y quédese en casa cuando esté enfermo. Estos son temas que deben comunicarse con regularidad. Brinde información con medidas de sentido común para mantenerse saludable, como por ejemplo: tener una régimen alimenticio balanceado que incluya una variedad de alimentos saludables, beber mucha agua y no exagerar con el consumo de sal y azúcar. Fomente la práctica regular de ejercicio y mucho descanso.

**Mejore los procedimientos de limpieza y desinfección de rutina.** Los juguetes, las superficies y los muebles pueden necesitar mayor atención en cuanto a la limpieza. Acuérdesse de usar diluyentes apropiados para desinfectar. (Vea la publicación de CCHP titulada “Cómo higienizar de forma segura y efectiva”) y ventile bien el área.

**Trabaje con las familias.** Motive a las familias para que tengan un plan secundario para el cuidado del niño si es necesario clausurar su programa o si el niño está enfermo. Hable sobre ideas como por ejemplo, que los padres sumen esfuerzos para cuidar a los niños en pequeños grupos en sus hogares, que se comuniquen con los vecinos o familiares indirectos o trabajen desde el hogar cuando sea posible. Dé ideas a las familias para que realicen actividades didácticas con los niños pequeños cuando estén en la casa.

**Tenga suficiente abastecimiento para varios días** de jabón, toallas de papel, pañuelos descartables y productos de limpieza que necesitará para ayudar a controlar el contagio de la infección.

**Tenga un plan para la ausencia del personal;** incluyendo la gente de limpieza, manejo de basura, servicios de comida y transporte. Si da de comer en su programa, tenga una cantidad suficiente de alimentos no perecederos y enlatados. La recolección de basura puede ser más lenta o estar interrumpida, entonces esté preparado para saber qué hacer con la basura. Puede ser que los baños necesiten ser limpiados por miembros del personal que no se dedican normalmente a la limpieza. Determine quién estará a cargo en caso de ausencia del director.

## Cómo reaccionar ante las enfermedades

**Haga que las familias le informen a su programa** if a child or a family member has the flu and let families know if si un niño o miembro de la familia tiene gripe y hágale saber a las familias que existen casos de gripe en su programa. (Vea el formulario de CCHP titulado “Aviso de exposición”). Mantenga registros precisos de cuándo y por qué estuvieron ausentes los niños y el personal. Incluya síntomas que le informaron tales como diarrea, vómito, tos, salpullido, etc. (Vea el formulario de Inscripción, Asistencia o Registro de Síntomas en Cómo cuidar a nuestros niños, a su disposición en el sitio de la red de CCHP: [www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/forms/Appendix\\_F.pdf](http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/forms/Appendix_F.pdf)).

**Salude a todos los niños** con la Revisión de Salud de la Mañana para ver si están enfermos. (Vea el póster de

CCHP titulado “Revisión de salud por las mañanas”). Deje en claro que no será admitido ningún niño o adulto enfermo con síntomas

de gripe. Exija que todos los niños con síntomas de gripe permanezcan en la casa como mínimo por 24 horas (sin tomar medicamentos para bajar la fiebre) y hasta que estén lo suficientemente bien como para participar en las actividades del programa.

**Si un niño se enferma cuando está en su establecimiento** tenga un plan para alejar al niño de los otros niños, por ejemplo tenga una habitación para niños enfermos. Un adulto deberá quedarse con el niño hasta que un familiar u otro adulto designado retiren al niño. Tenga una cantidad de máscaras para reducir la transmisión de gérmenes.

**Los miembros del personal deben quedarse en la casa** si piensan que están enfermos. Si se enferman cuando están en su establecimiento, deben irse a la casa y no regresar hasta que hayan sido chequeados.

**Hable con el personal** sobre el grado de enfermedad en su establecimiento y de cualquier cambio que pueda haber en la rutina usual.

## Cómo recuperarse de la gripe pandémica

Comunique al personal y a las familias cualquier cambio en su programa y bríndeles información proveniente de funcionarios de salud pública.

**Brinde información y apoyo** a las familias que han sufrido pérdidas por la gripe. Las familias pueden sufrir pérdida de ingreso monetario, efectos de salud a largo plazo y fallecimientos. Comprenda que la gripe pandémica será un suceso estresante para muchos.

**Adapte las actividades del programa** de forma que refleje el nivel de energía del personal y de los niños. Proporcione tiempo para descansar y áreas tranquilas para los niños y el personal que se están recuperando.

**Identifique a las familias** que puedan necesitar apoyo a largo plazo o intervención y derívelos a los sitios adecuados para que reciban esos servicios.

El programa California Childcare Health Program tiene muchos materiales educativos para ayudarle a prevenir las enfermedades. Visite el sitio de la red de CCHP [cchp.ucsf.edu](http://cchp.ucsf.edu). Se puede obtener materiales adicionales del Coordinador de Inmunizaciones de su departamento de salud local.

## Información y fuentes de consulta:

Centros de Control y Prevención de Enfermedades, Fuentes de consulta sobre la gripe H1N1 para los establecimientos de cuidado de niños: [www.cdc.gov/h1n1flu/childcare/](http://www.cdc.gov/h1n1flu/childcare/)

Programa de Salud de Cuidado Infantil de California, Póster en inglés y español sobre cómo prevenir la gripe: <https://cchp.ucsf.edu/content/posters>

Lista para revisar si existe gripe pandémica para las agencias de servicios de cuidado de niños y guarderías infantiles de California (Checklist for Child Care Agencies and Preschools in California), a su disposición en inglés en: <https://www.cde.ca.gov/ls/he/hn/documents/preschpflucheck.pdf> (fecha 28/08/07).

Guía para preparar los lugares de trabajo para una gripe pandémica de la Administración de Salud y Seguridad Ocupacionales (OSHA, por su sigla en inglés) del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos.