



Escuelas Públicas de Cincinnati

## **Gripe Pandémica - Preparación de las familias**

Para las Escuelas Públicas de Cincinnati es muy importante que los alumnos y el personal estén protegidos y saludables.

Es por eso que las Escuelas Públicas de Cincinnati trabajan en conjunto con el Departamento de Salud de Cincinnati, la Cruz Roja Americana y otros asociados de la comunidad en la preparación ante posibles situaciones de crisis que puedan surgir. **Una de dichas situaciones es la posibilidad de una gripe pandémica que haga que muchas personas se enfermen.**

Especialistas en salud de todo el mundo están preocupados por la formación de un nuevo virus de la gripe que pronto podría atacar y causar una pandemia, es decir una epidemia que se extienda a muchos países.

### **La preparación de las Escuelas Públicas de Cincinnati incluye:**

- Enfermeras en las escuelas para educar a los alumnos y el personal sobre la forma de prevenir la propagación de gérmenes, tal como lavarse las manos de forma correcta y cubrirse la boca al toser;
- Un plan de preparación para una pandemia en todas las escuelas;
- Ejercicios sobre la gripe pandémica organizados por el distrito y el Departamento de Salud de Cincinnati para practicar situaciones de la "vida real";
- Suministro de equipos para desastre para emergencias médicas a las escuelas;
- Reuniones teóricas y prácticas con especialistas en salud y seguridad para que los oficiales del distrito estén preparados si ocurre una pandemia.

### **¿Qué es la Gripe Pandémica?**

La gripe pandémica es una epidemia mundial de un nuevo virus gripal que causa una enfermedad grave y, en muchos casos, la muerte, ya que los seres humanos no tienen ninguna o casi ninguna inmunidad o protección contra el mismo.

### **¿Cuál es la diferencia entre la gripe pandémica y la gripe común?**

Los síntomas son los mismos: fiebre, tos, dolor de garganta, dolor de cabeza y malestar muscular. Sin embargo, en la gripe pandémica, estos síntomas son mucho peores. La gripe pandémica puede causar complicaciones graves tales como neumonía y muchas más muertes que la gripe común. La gripe pandémica afecta gravemente incluso a los adultos saludables, mientras que la gripe común generalmente afecta a los niños pequeños, los ancianos y las personas que sufren males crónicos tales como enfermedades cardíacas.

### **¿Qué puede suceder durante una pandemia?**

Puede ocurrir que se cierren las escuelas y los negocios para ayudar a prevenir la diseminación de la gripe. Es posible que se solicite a la gente que evite los lugares muy concurridos. Dependiendo de cuánta gente se enferme, es posible que haya escasez de diferentes artículos.

### **¿Qué pueden hacer las familias para prepararse?**

Las autoridades federales de la salud sugieren que las familias comiencen a preparar sus casas para las situaciones de escasez o aislamiento que podría provocar una pandemia. Por ejemplo, una sugerencia es almacenar alimentos no perecederos y agua (un galón por persona por día) para dos semanas, incluyendo leche para lactantes y pañales desechables, si fuese necesario. En los sitios Web del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos ([www.pandemicflu.gov/plan/checklists.html](http://www.pandemicflu.gov/plan/checklists.html)) y la Cruz Roja Americana ([www.redcross.org/news/ds/panflu/](http://www.redcross.org/news/ds/panflu/)) se publican diversos listados de precauciones que deben adoptar las familias.

### **Por consultas:**

**Departamento de Salud de Cincinnati - 357-7208**  
**Capítulo Cincinnati de la Cruz Roja Americana - 579-3000**

### **Cómo puede usted ayudar a prevenir la propagación de los gérmenes**

- Motive a los niños y adultos a que se laven las manos con frecuencia con agua y jabón, frotándose por 20 segundos (más o menos lo que se necesita para recitar el abecedario). Si no hay agua y jabón disponible use un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Lávese las manos especialmente después de toser o estornudar, después de usar el baño o cambiar un pañal, y antes de preparar o comer alimentos.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca o la nariz con un pañuelo, o tosa hacia el interior de su codo. Los gérmenes pueden recorrer más de tres pies y, en superficies tales como las mesas y las perillas de las puertas, pueden vivir por dos horas. Los productos de limpieza blanqueadores pueden matar los gérmenes de las superficies.
- Evite el contacto con enfermos y, si usted está enfermo, quédese en su casa y manténgase alejado de los demás.
- Actualmente se recomienda una vacuna contra la gripe a todos los niños de 6 meses a 18 años de edad. Consulte a su institución médica o a la enfermera de la escuela para que todos reciban inmunización contra la gripe este otoño.