



DUPAGE COUNTY HEALTH DEPARTMENT

111 North County Farm Road, Wheaton, Illinois 60187

(630) 682-7400

www.dupagehealth.org

1 de Septiembre de 2009

Estimadas Escuelas del Condado de DuPage, Centros de Cuidado Infantil, Familias y Personal:

Este año la vacuna para la influenza o gripe está disponible ahora. Los Centros de Prevención y Control de Enfermedades (CDC) recomiendan **una vacuna anual en la temporada de la influenza y el paso más importante es protegerse contra la temporada de influenza**. Esta temporada de la gripe puede ser más severa por el nuevo virus H1N1. Esto significa que más personas pueden enfermarse y más gente puede enfermarse gravemente. También, los virus de influenza de temporada continuarán dispersándose y también causarán enfermedades. **Anualmente la vacuna de temporada para la gripe debe iniciar en Septiembre y continuar a través de la temporada de influenza** en los meses de diciembre, enero y más allá. Esto es por el tiempo y la duración de la temporada de influenza varía. Mientras que la influenza puede iniciar tan temprano como en octubre, el mayor tiempo de actividad que alcanza el virus de influenza es en enero o después. Una vacuna contra el nuevo virus del H1N1 está empezando a producirse y a probarse y se espera que este disponible en los siguientes meses

El Comité de Consejo del CDC (Centro y Control de Enfermedades) recomienda que ciertas personas deben ser vacunadas contra la influenza de temporada cada año: 1) **niños de 6 meses a 19 años de edad**, 2) **mujeres embarazadas**, 3) **personas de 50 años o mayores**, 4) **personas de cualquier edad con ciertas condiciones medicas crónicas**, 5) **personas que viven en asilos para ancianos o facilidades de cuidado medico a largo plazo**, 6) **personas quienes viven con o cuidan de aquellos que tienen un gran riesgo de complicaciones por la influenza**, incluyendo a los trabajadores de servicios de salud, miembros en el hogar que estén en riesgo por complicaciones de la influenza, y miembros del hogar que estén en contacto con el cuidado de niños menores de 6 meses de edad (estos niños son muy pequeños para ser vacunados)

El Departamento de Salud del Condado de DuPage y el Hospital Central de DuPage en conjunto con la tienda Dominick's y la Farmacia Osco se han unido para hacer más fácil para Usted y los miembros de su familia (14 años de edad o mayores) obtener la vacuna de temporada contra la influenza o gripe. Usted obtiene un cupón para recibir una tarjeta de regalo con valor de \$5.00 cuando usted sea vacunado en cualquier tienda Dominick's o Farmacia Osco del área de Chicago en el sitio www.dupagehealth.org/flu. Nosotros le animamos a contactar a su doctor y le pregunte donde puede obtener la vacuna contra la influenza o gripe para sus hijos.

Además de ser vacunado, hay varias acciones que pueden ayudarnos a estar saludables:

- **Conocer los signos y síntomas de la influenza o gripe.** Los síntomas de la influenza incluyen fiebre (100 grados Fahrenheit o más), tos, garganta irritada, catarro o nariz constipada, dolor de cuerpo, dolor de cabeza y el sentirse muy cansado. Consulte a su doctor si tiene alguna pregunta o preocupación.
- **Practique el tener buena higiene al lavar sus manos constantemente** con jabón y agua, especialmente después de toser o estornudar. Los desinfectantes a base de alcohol también son efectivos.
- **Cubra su nariz y boca** con un pañuelo cuando tosa o estornude, y tírelo después de usarlo.
- **No comparta utensilios para comer o contenedores de líquidos para beber.** Las personas no deben compartir los popotes, tazas, vasos, botellas de agua, usados durante los deportes, en la recreación, o cigarros, etc.
- **Permanezca en casa si usted o su hijo están enfermos** al menos 24 horas después de que no hay fiebre o signos de fiebre (sin el uso de medicamentos para reducirla). El mantener a las personas en casa con fiebre reducirán el número de personas infectadas.
- **Planee el cuidado de sus hijos en casa si ellos se enferman.**
- **Planee la supervisión del estado de salud de sus hijos y/o cualquier otro niño en la casa** al verificar constantemente la fiebre y otros síntomas de la gripe o influenza.

Para mayor información y su actualización, por favor visite el sitio www.cdc.gov/h1n1flu/ o www.flu.gov, o llame 1-800-CDCINFO. Para materiales en español, por favor visite el sitio www.cdc.gov/h1n1flu/espanol/. Usted también puede visitar la página Web de Información de Emergencia del Departamento de Salud del Condado de DuPage en www.protectdupage.org. Para preguntas generales acerca de la influenza, por favor llame a la línea de ayuda del Departamento de Salud del Condado de DuPage al 630-221-7600.

Sinceramente,

THE DUPAGE COUNTY HEALTH DEPARTMENT
EL DEPARTAMENTO DE SALUD DEL CONDADO DE DUPAGE

Rashmi Chugh, M.D., M.P.H.
Oficial Médico

Maureen McHugh
Director Executive Director

Everyone, Everywhere, Everyday
Para todos, en todos lados, cada día

H1N1.09.56