

PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE LA GRIPE A EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

ÍNDICE	PÁG.
A. Desarrollo de la actividad escolar.....	2
B. Diagnóstico	5
C. General.....	7
D. Grupos específicos.....	10
E. Prevención	11
F. Síntomas.....	16
G. Transmisión.....	17
H. Tratamiento	20
I. Vacuna	21
J. Centros con cunas.....	25
K. Transporte escolar	28

A. DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD ESCOLAR

1. ¿Afectará al curso escolar, inicio, desarrollo...?

Por el momento no habrá ninguna modificación de los planes de comienzo o desarrollo del curso.

2. ¿Debemos llevar a los niños al colegio en caso de alguna sospecha de contagio?

Como norma general SI se deben de llevar al colegio. Salvo circunstancias excepcionales, no se cerrarán los colegios y si eso ocurriera le avisarán. Si tiene dudas puede consultar en el teléfono de Salud Responde.

3. ¿Existirá un criterio a efectos de interrupción de las clases o incluso de paralización de la actividad escolar?

Dependerá de la incidencia de la infección y las autoridades dictarán las normas oportunamente. Salvo circunstancias excepcionales, no se cerrarán los colegios y si eso ocurriera le avisarán.

4. ¿Es aconsejable llevar al niño al colegio si ya se han dado varios casos en su entorno?

Cuando se confirme un caso en un centro educativo, se informará a los demás padres para que vigilen a sus hijos y, si presentan algún síntoma, contacten con Salud Responde o con su médico y permanezcan en su casa. Pero si están sanos deben de ir al colegio. Salvo circunstancias excepcionales, no se cerrarán los colegios y si eso ocurriera le avisarán.

5. En el colegio, ¿qué podemos hacer con los niños?

Salvo circunstancias excepcionales, no se cerrarán los colegios y si eso ocurriera le avisarán.

6. ¿A quién debe informar, a parte de padres o responsables de los alumnos, en caso de detectar que un alumno puede estar enfermo de gripe? ¿Se va a establecer algún tipo de notificación a sanidad?

A parte de a los padres no hay que informar a nadie más. La vigilancia de la gripe la hace la Consejería de Salud y no es necesario notificar nada desde los centros educativos, salvo que exista una preocupación por parte del centro, en cuyo caso debe ponerse en contacto con Salud Responde.

7. Como profesor ¿Qué información debería dar a padres y alumnos para afrontar la gripe A? ¿Somos los profesionales indicados para ello?

La única información que debe transmitir el profesorado a los padres que expresen su preocupación es que llamen a Salud Responde donde le darán la respuestas a las preguntas que planteen.

8. ¿Quién informa a los padres en caso de alumnos sospechosos de gripe A? ¿Llamamos antes a las autoridades sanitarias?

A los padres les debe informar la persona que determine la dirección del centro, indicándoles que ante cualquier duda telefonen a Salud Responde y no ha que informar a las autoridades sanitarias.

9. ¿Qué medidas tomarían los colegios ante un contagio de gripe, ya sea en un alumno o en varios?

Continuar con las actividades habituales. Salvo circunstancias excepcionales, no se cerrarán los colegios y si eso ocurriera le avisarán.

10. ¿Los colegios se van a preparar con medidas de higiene?

Los centros educativos adoptarán las medidas que determina el Protocolo vigente de actuación en la Gripe A.

11. El personal docente y demás personas de los centros, ¿se les va a preparar?

Las Consejerías de Salud y Educación están desarrollando una campaña para informar a todos los centros educativos sobre la gripe y medidas a tomar.

12. ¿Los colegios están tomando precauciones?

Los centros educativos adoptarán las medidas que determina el Protocolo vigente de actuación en la Gripe A.

13. ¿Cuándo no acudir a clase?

En caso de que el médico se lo indique, deberá permanecer en su casa hasta transcurridos 10 días del inicio de los síntomas en el caso de los niños y 7 días si se trata de una persona adulta y, hasta al menos 24 horas después de que cesen los síntomas si éstos se prolongan más de 7 días.

14. ¿Si no llevo al niño a clase es una medida preventiva?

No es aconsejable porque también puede contagiarse en otro medio (casa, calle...) por lo que no se considera una buena medida preventiva.

B. DIAGNÓSTICO

1. Ante la sospecha de la gripe, ¿dónde hay que acudir?. Y si eres grupo de riesgo ¿a dónde? ¿El mismo sitio o diferente?

HAY QUE LLAMAR AL TELÉFONO DE SALUD RESPONDE 902 505060 y seguir sus instrucciones.

2. ¿El prediagnóstico cómo va a ser? ¿teléfono, internet...? Para no colapsar los S. sanitarios.

Llamar a Salud Responde 902 505060 y le indicarán como actuar. También tiene información en la página Web de la Consejería www.juntadeandalucia.es/salud.

3. ¿Cuál es la evolución típica de un enfermo con gripe A?

Actualmente la evolución es muy buena, dura entre 3 y 7 días con fiebre, tos, dolores musculares y , a veces síntomas digestivos, siendo muy pocos los casos que se compli-

4. ¿Cómo se va a detectar el virus de la gripe A? ¿Con qué tipo de analítica?

Al principio de la epidemia el diagnóstico se hacía mediante pruebas de laboratorio; en fase de pandemia, cuando la aparición de casos es muy elevada ya no es necesario hacer pruebas de laboratorio para confirmar los casos; el diagnóstico lo hará el profesional sanitario basándose en los síntomas que la persona presenta.

5. ¿Los hospitales están preparados? Porque al tener que aislar a la gente se puede colapsar el hospital.

Ya existen planes para cada hospital y si fuera necesario se habilitarían más medios.

6. ¿Qué debo hacer ante la sospecha de que un alumno pueda tener la gripe? ¿Habría que aislar al niño en tanto vienen los padres a recogerlo? ¿qué medidas habría que tomar: mascarillas....?

Separe al niño del resto y enséñele a taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable, dele uno si no tiene, o con el antebrazo si no hay pañuelos desechables, no con la mano. Avise a sus familiares para acudan a recogerlo. Si tiene alguna duda, contacte con Salud Responde.

C. GENERAL

1. ¿Puedo negarme a ponerme la vacuna para la gripe A?

Ninguna vacunación es obligatoria en España.

2. ¿Es más peligrosa la gripe A que la gripe común?

Hasta la actualidad se está comportando de forma similar a la gripe estacional (la de todos los años).

3. Si el niño enferma o el colegio se cierra ¿qué hacen los padres si trabajan? ¿Es baja laboral?

Existe una normativa estatal para los posibles paciente; pero no para los padres. La normativa es: Resolución de 7 de mayo de 2009, de la Dirección General de Ordenación de la Seguridad Social, sobre consideración como situación de incapacidad temporal derivada de enfermedad común de los períodos de aislamiento preventivo sufridos por los trabajadores como consecuencia de la gripe A H1 N1.

4. ¿Existen localidades más propensas al contagio de la gripe?

NO.

5. ¿La lejía y otros productos similares son neutralizadores del contagio? Referido a lo doméstico.

Hacer la limpieza como habitualmente.

6. ¿La vajilla que utiliza una persona enferma se puede meter en el lavaplatos?

Si, porque no hay que tomar medidas especiales.

7. ¿Cómo se sabe la diferencia entre la gripe A y la gripe común?

Los síntomas son iguales, de hecho, en ambos casos los síntomas suelen ser molestos pero no graves.

8. ¿Se sabe toda la verdad respecto a esta gripe?

Al ser un virus nuevo no se sabe cual va a ser su comportamiento. Por eso existe una red mundial de vigilancia de la pandemia, en la que Andalucía está integrada.

9. La gripe normal se suele coger en invierno, ¿y la gripe A cuándo?

En otoño e invierno es cuando es mas frecuente, tanto la gripe estacional como se prevé que lo sea la nueva.

10. ¿Se sabe de dónde viene esta gripe?

De cambios (mutaciones) de los virus de la gripe humana con otros que están en animales: aves, cerdos, otros mamíferos, etc.

11. ¿Qué pasaría si llegase a mutarse con la normal?

Existe esa posibilidad; pero se desconoce la posible forma de mutación, caso de llevarse a efecto ni las consecuencias que tendría.

12. ¿Hay riesgo de epidemia?

Ya estamos en situación de pandemia, pero pandemia no significa mayor gravedad sino que es una epidemia que está extendida por muchos países.

13. ¿Cuánto tiempo tiene que pasar para que el brote termine?

Cada uno de las pandemias anteriores ha tenido un tiempo diferente, desde unos meses a poco más de un año.

14. ¿Por qué llega a morir una persona con esta gripe?

Normalmente por complicaciones. Actualmente las muertes se están registrando, más frecuentemente entre personas con problemas crónicos de salud.

15. ¿Por qué llega a atacar el virus a los pulmones?

Es el lugar donde los virus llegan a través de nariz y boca.

16. ¿La gripe desemboca en neumonía?

Normalmente no, pero puede llegar a producirla o a coincidir en la misma persona, gripe y neumonía.

17. Una persona que tenga la gripe A, ¿se muere seguro? ¿Qué tipo de consecuencias tiene?

Lo normal es que la gripe evolucione con síntomas y sin gravedad. Las complicaciones son raras, y las muertes son excepcionales y, casi siempre, en personas con otros problemas de salud.

18. ¿Se puede pasar la gripe A dos veces?

No se sabe como va a evolucionar, pero lo normal es que tenerla una vez produzca inmunidad.

19. ¿Cómo se puede saber si es la gripe A o es la gripe normal?

Sólo mediante análisis específicos.

20. Los antivirales, ¿estarán o están a la venta ya?

Los antivirales SOLO DEBEN EMPLEARSE POR PRESCRIPCIÓN MÉDICA. El Sistema Sanitario Público de Andalucía ya cuenta con ellos en cantidades suficientes.

D. GRUPOS ESPECÍFICOS

1. Mi hijo tiene bronquitis de repetición, ¿cómo afecta esta gripe a estos pacientes?

Debe tomar las medidas de precaución habituales en la gripe (Taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo) y si tiene síntomas debe consultar con su médico.

2. ¿Existen grupos de riesgo entre los niños dependiendo de su patología?

Sí, los niños con problemas de corazón, con tratamientos prolongados con aspirinas, problemas crónicos de pulmón o con enfermedades que disminuyan las defensas (inmunocomprometidos) tienen más posibilidad de presentar complicaciones.

3. ¿Cuáles son realmente los grupos de riesgo?

Las personas con problemas de corazón, con tratamientos prolongados con aspirinas, problemas crónicos de pulmón o con enfermedades que disminuyan las defensas (inmunocomprometidos) tienen más posibilidad de presentar complicaciones.

4. ¿Afecta más a los niños que a los mayores, o no tiene nada que ver con la edad?

Todas las personas se pueden contagiar. Actualmente los niños muy pequeños y las personas mayores están siendo menos afectadas que las más jóvenes.

E. PREVENCIÓN

1. ¿Qué maneras hay de prevenirla?

Taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evitar compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procurar dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

2. ¿Qué precauciones debo tomar como profesor para no infectarme y para no infectar a los demás?

Siga estas indicaciones y haga que sus alumnos las sigan: taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evite compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procure dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

3. Medida higiénica específica para la casa (tipo cuarentena) en caso de existir algún enfermo.

Limpiar las superficies y lavar las ropas como normalmente y especialmente aquellos objetos que hayan sido tocados por la persona enferma.

4. Respecto a los comedores escolares, ¿cómo se informará a los trabajadores?

Las Consejerías de Salud y Educación están desarrollando una campaña para informar a todos los centros educativos y empresas de catering sobre la gripe y medidas a tomar.

5. ¿Tengo que tener alguna precaución especial con los niños de integración, o por razones de salud: niños diabéticos, asmáticos...?

No hay que tener medidas especiales, son las mismas que en los demás niños.

6. ¿Es recomendable anular las excursiones o visitas escolares?

No, salvo que se produzca una circunstancia excepcional, en cuyo caso le avisarán.

7. ¿Si un alumno tiene sospecha o confirmación de la gripe A, debemos tomar medicación los profesores y resto de alumnos?

No. Lo que hay que hacer es seguir las medidas preventivas: taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evitar compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procurar dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

8. Si va un niño afectado en un coche ¿qué hacemos?

Para los afectados si se recomienda el uso de mascarilla. Pero lo normal es que esté en su casa y no en un coche. Si tiene que ir en coche al médico, debe ponerle una mascarilla o una bufanda y, si tose, lavarla cuando se la quite.

9. En caso de sospecha de contagio, ¿qué hacemos? ¿hay que ir al Centro de Salud?

NO, HAY QUE LLAMAR AL TELÉFONO DE SALUD RESPONDE 902 505060.

10. ¿Qué pasa con el transporte escolar en el caso de que haya algún niño contagiado?

Si un niño está contagiado pero no tiene síntomas no ha que hacer nada porque es imposible detectarlo. Si se trata de un niño con síntomas no debe ir al colegio durante 10 días, y si aún así se sube en el autobús escolar, el responsable del transporte debe comunicarlo a colegio para que se avise a la familia y lo recojan y durante el trayecto debe separarse de los otros niños.

11. En el transporte público ¿qué medidas habría que tomar? ¿Cuál sería el más contagioso?

Ninguna especial, salvo la higiene de las superficies (asientos, puertas, cristales, barandillas, etc) con los métodos de limpieza habitual. Ni el conductor ni las personas que viajan tienen que llevar mascarillas.

12. ¿Quién se pone la mascarilla? ¿El que está enfermo o todo su entorno?

En general no es necesario usar mascarilla. Pero en caso de necesidad se la pondría la persona enferma. Las mascarillas si no se usan correctamente se pueden aumentar el riesgo de transmisión.

13. ¿La mascarilla asegura que no habrá contagio?

No. Es sólo una de las medidas preventivas. Es mucho más eficaz taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Las mascarillas si no se usan correctamente se puede aumentar el riesgo de transmisión.

14. ¿Cómo se usa la mascarilla correctamente?

Para colocarla bien sigue los siguientes pasos:

Asegurar los cordones o las bandas elásticas por detrás de la cabeza, una a la altura de la nuca y otra en la mitad posterior de la cabeza.

Ajustar la banda flexible en el puente de la nariz .

Acomodar la mascarilla en la cara y por debajo del mentón.

Comprobar que queda bien ajustada.

Para retirarla con seguridad:

La parte delantera exterior de la mascarilla está contaminada. No la toque.

Para retirarla, sujetar primero la parte de abajo, luego los cordones o banda elástica de arriba y, por último, quitarla.

Debe evitarse tocar la mascarilla con las manos mientras está puesta ya que está contaminada.

Si se tocara accidentalmente, es necesario lavarse las manos con agua y jabón.

15. Los pequeños que están todo el día chupando juguetes, etc. ¿habrá alguna medida por parte de la guardería?

En todos los centros educativos se seguirán las medidas higiénicas que reducen la transmisión de la infección. Las Consejerías de Salud y Educación están desarrollando una campaña para informar a todos los centros educativos.

16. ¿Qué medidas hay que tomar en casa, para prevenir esta gripe?

Hacer la limpieza como habitualmente y taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evitar compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procurar dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

17. ¿Cómo se puede inmunizar un entorno, bien con productos naturales o químicos?

No existe ningún tipo de “producto” que evite el contagio de la gripe.

18. Las vacunas si no están a tiempo, ¿cómo prevenimos?

Con los mecanismos recomendados en esta situación de pandemia: taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evitar compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procurar dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

19. Una vez contagiado el niño, ¿cuánto tiempo deberá estar en casa antes de iniciar la actividad escolar de nuevo?

En caso de que Salud Responde o el médico se lo indique, deberá permanecer en su casa hasta transcurridos 10 días del inicio de los síntomas y, hasta al menos 24 horas después de que cesen los síntomas si éstos se prolongan más de 10 días.

20. ¿Cuáles son realmente las medidas de prevención?, ¿se van a explicar?

Con los mecanismos recomendados en esta situación de pandemia: taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evitar compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procurar dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco. Se explicarán en medios de comunicación, en los colegios y en centros laborales.

21. En las empresas, ¿qué medidas se van a tomar?

Existe una guía de actuación en las empresas, que está disponible en la página Web del Ministerio de Sanidad y Política Social www.msps.es.

22. ¿En caso de sospecha en tu empresa, se recomienda ir o te puedes quedar en casa?

El riesgo de contagio no sólo es en el trabajo sino en cualquier otro lugar por eso las actividades de las empresas deben seguir como normalmente y no hay porque dejar de ir. Además, quedarse en casa no tiene cobertura legal y la empresa lo puede considerar como una falta injustificada.

23. En el baño, ¿cómo se desinfecta? ¿Cómo se mata el bicho?

Hacer la limpieza como habitualmente.

24. En la cocina, ¿cómo se lava la vajilla?, ¿y el fregaplatos?

Hacer la limpieza y lavar como habitualmente.

25. ¿Cómo se lava la ropa?

Lavar como habitualmente, pero evitar sacudir la ropa antes de lavarla.

F. SÍNTOMAS

1. ¿Cuáles son los síntomas para reconocer la gripe?

Los síntomas son similares a los de cualquier gripe: fiebre (más de 38°C), tos y malestar general. También se puede tener dolor de cabeza, dolor de garganta, estornudos, dolores musculares y, a veces, diarrea y vómitos.

2. Síntomas diferenciadores con la gripe común.

Los síntomas son similares a los de cualquier gripe: fiebre (más de 38°C), tos y malestar general. También se puede tener dolor de cabeza, dolor de garganta, estornudos, dolores musculares y, a veces, diarrea y vómitos.

3. ¿Qué síntomas tiene la gripe A según la edad?

Hasta ahora no se aprecia diferencias por edad, salvo en que las complicaciones y muertes se están produciendo en personas más jóvenes que en otras gripes y sobre todo en aquellas que tienen problemas crónicos de salud.

4. ¿Cuáles son los primeros síntomas?

Casi todos los síntomas comienzan en un corto periodo de tiempo y después aparecen los síntomas habituales: fiebre (más de 38°C), tos y malestar general. También se puede tener dolor de cabeza, dolor de garganta, estornudos, dolores musculares y, a veces, diarrea y vómitos.

5. ¿Cómo detectar la gripe a en un niño pequeño (2 años)?

Por la fiebre, tos y el malestar general. En el niño los signos que pueden indicar peligro son: respiración acelerada, dificultad para respirar, dificultad para despertarse o no tener ganas de jugar.

6. ¿Qué tendríamos que hacer si tenemos dudas de tener la gripe?

Consultar en Salud Responde y seguir sus instrucciones.

G. TRANSMISIÓN

1. ¿Qué hacer en caso de contagio próximo: familiar, vecino, etc.?

Evitar el contacto cercano con besos o darse la mano hasta que le den de alta (unos 7 días desde el comienzo de los síntomas). taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evite compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procure dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

2. ¿Cuáles son las formas más directas de contagio?

Recibir la tos, el estornudo o entrar en contacto con secreciones de nariz y boca a través de tocar objetos contaminados.

3. Si hay varios niños en casa y uno se contagia ¿qué hacemos con los demás niños?

Procurar que no se relacionen mucho entre ellos y seguir las normas generales (tos, estornudos, limpieza de manos y objetos).

4. ¿Cuánto vive el virus en un objeto contaminado y cómo desinfectarlo?

No está claro cuanto tiempo dura el virus con capacidad de contagio en una superficie, por eso lo prudente es utilizar las medidas habituales de limpieza.

5. ¿Existe algún riesgo de contagio en relación a los sistemas de calefacción y refrigeración?

No la gripe A (H1N1) se transmite fundamentalmente de persona a persona, o indirectamente tocando superficies, pañuelos u objetos contaminados y posteriormente tocándose la boca, nariz u ojos.

6. ¿Se puede desaconsejar que puedan beber de las fuentes de dispensación de agua?

Sí sería desaconsejable que bebieran directamente de las fuentes de dispensación de agua porque habría que evitar cualquier contacto con superficies que puedan estar contaminadas con la gripe A (H1N1), que serían aquellas que han estado en contacto con la saliva o secreciones respiratorias de una persona que pueda estar infectada.

7. En caso de contagio ¿existe cura?

Sí. El nuevo virus de la gripe se trata como la gripe de siempre, con medicamentos que alivien los síntomas: para bajar la fiebre, para la tos, los dolores musculares...PERO SOLO SE DEBE DE EMPLEAR POR PRESCRIPCIÓN MÉDICA.

8. ¿Se contagia de niño/adulto adulto/niño?

Cualquier persona puede contagiar a otra.

9. ¿Cuánto tiempo dura el proceso en una persona sana? y, durante ese tiempo, ¿cuándo es contagioso?

Lo habitual es que dure una semana, periodo en el cual puede contagiar a otras personas.

10. Factores de riesgos más importantes en los colegios, ¿serían por ejemplo las fuentes de agua?

Cualquier superficie que sea tocada por un enfermo con las manos sucias o sobre la que se estornude o tosa y después se lleven las manos a los ojos puede provocar el contagio.

11. ¿Cómo se lleva la gripe con los sistemas de aire acondicionado en instituciones hospitalarias y C.S.?

No existe riesgo, la gripe A (H1N1) se transmite fundamentalmente de persona a persona, o indirectamente tocando superficies, pañuelos u objetos contaminados y posteriormente tocándose la boca, nariz u ojos.

12. ¿La gripe A es más contagiosa que la gripe común?

Actualmente no se considera que existan diferencias entre ambas.

13. ¿Hay algún periodo estacional de máxima virulencia en la población?

En otoño e invierno suele afectar a más personas porque con el frío se transmite mejor el virus.

14. ¿A qué temperatura y durante cuánto tiempo muere el virus?

El virus “vive mejor” en las épocas más frías. No suele permanecer en el ambiente mucho tiempo, aunque se desconoce exactamente durante cuanto tiempo puede resultar contagioso. Por eso hay que mantener las medidas higiénicas durante 7 días en los adultos y 10 en los niños.

15. Si has pasado la gripe A en tu casa, ¿puedes todavía contagiar a los demás? ¿En qué momento puedes contagiarla?

El periodo de contagio suele abarcar desde un día antes del comienzo de los síntomas hasta 7 días después en los adultos y 10 en los niños.

16. Si tengo gripe A y tengo que estar en casa sin trabajar, ¿qué hago?, ¿me tengo que aislar?, ¿qué pasa con el resto de la familia?

Procurar que no se relacione mucho con ellos y seguir las normas generales: taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evite compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procure dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

17. Si yo cojo la gripe, ¿se la he podido contagiar a alguien antes de notar yo los síntomas?

El periodo de contagio suele abarcar desde un día antes del comienzo de los síntomas hasta 7 días después.

H. TRATAMIENTO

1. ¿Cuál sería el tratamiento para un niño pequeño en condiciones normales?

Normalmente sólo son necesarios analgésicos y antitérmicos, además de buena hidratación. Sólo por prescripción facultativa se deben tomar medicamentos.

2. Los antivirales que suelen poner ¿son efectivos en niños pequeños? (tamiflú)

Depende de los casos, por lo que SÓLO SE DEBEN DE EMPLEAR POR PRESCRIPCIÓN MÉDICA.

3. ¿La distribución de antivirales se realizará de manera normal (pediatra) o será otro sistema?

Pocas personas necesitan tratamiento antiviral, y a las que lo necesiten se las prescribirá el médico y le dirá donde se lo dispensan.

4. Tratamiento casero, ¿qué se debe hacer y qué no se debe hacer?

No hay que tomar medicamentos si no es necesario. Hay que seguir las medidas de higiene y protección: taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evite compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procure dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

I. VACUNA

1. ¿Será efectiva la futura vacunación en los bebés?

Se están desarrollando los estudios necesarios para contar con una vacuna a partir de los 6 meses. Antes, la mejor protección es la lactancia materna.

2. Riesgos de efectos secundarios de la futura vacuna.

Para que esté disponible ha debido de pasar estrictos controles de calidad para que tenga el máximo de seguridad, igual que a cualquier otra vacuna o medicamento.

3. ¿Cuántas vacunas tendremos que ponernos, además de la de la gripe A?

Sólo aquellas que estén indicadas si se padece alguna enfermedad.

4. ¿Será obligatorio vacunar a todos los niños?

No se contempla la obligatoriedad de vacunar a nadie. Cuando esté disponible la vacuna se hará una priorización de las personas a vacunar según el riesgo de complicaciones que tengan, pero siempre será voluntario.

5. Disponibilidad de la vacuna.

Se espera que para el último trimestre de 2009 esté disponible en cantidad suficiente para las personas que lo precisen.

6. ¿Dónde se pondrán las vacunas, en el centro escolar, centro de salud?

La campaña se está diseñando por los expertos para buscar la mayor eficiencia posible y se avisará oportunamente.

7. ¿La vacuna es vitalicia? ¿Dura para siempre o habrá que volverse a vacunar?

Lo habitual con las vacunas de gripe es que sólo sirvan para un año, ya que cada año cambia el virus.

8. ¿Qué riesgos conlleva la vacuna para la mujer que está embarazada?

Está en estudio, pero si se indica la vacunación de embarazadas es porque ya esté claro que es segura.

9. ¿Una vez administrada la vacuna existe riesgo de contagio?

No se sabe aún cual será la protección que alcanzará la vacuna. De todas formas será necesario un tiempo entre la inyección y la producción de defensas por el organismo, por lo que es conveniente seguir usando las medidas de protección: taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evite compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procure dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

10. ¿Qué porcentaje de población inmuniza la vacuna?

No se sabe aún cual será la protección que alcanzará la vacuna.

11. ¿Existe algún horizonte de vacunación, fecha de cuándo empezaría, dónde, etc.?

Se espera que para el último trimestre de 2009 esté disponible en cantidad suficiente para las personas que lo precisen.

12. Dosis de la vacuna y cómo va a ser.

Está en estudio, pueden ser dos o una dosis.

13. ¿A qué edad se pueden vacunar los niños?

Estar por definir, depende de los estudios que están en marcha.

14. En caso de la vacunación de grupo de riesgo, ¿hay que vacunar a todas las personas que estén cerca?

Dependerá de cada caso. Cuando estén claros los criterios de vacunación se informará también en Salud Responde.

15. ¿Habrá vacunas para todo el mundo?

Habrán vacunas para todas las personas que las necesiten.

16. Si hay que vacunar a los hijos, ¿qué efectos secundarios tiene?

Está en estudio, aunque la OMS garantizará la seguridad de las vacunas.

17. ¿Están preparadas las vacunas para niños con algún tipo de minusvalía o algún tipo de enfermedad?

Se pretende que se puedan vacunar todas las personas con riesgo de complicaciones.

18. ¿Es eficaz la vacuna?

Está en estudio, aunque se prevé que sea parecida a la de la vacuna estacional.

19. Una vez que ya tengas la gripe, ¿es imposible vacunarse?

Las vacunas que se están desarrollando son preventivas, por lo que se cree que las vacunas no serán efectivas en las personas infectadas. Si ya se tiene la gripe no hay que vacunarse porque la vacuna no es curativa.

20. Si un miembro de la familia contrae la gripe, ¿el resto de la familia se vacuna o le ponen antivirales?

Sólo se deben vacunar aquellas personas que lo precisen. Los antivirales no se deben tomar preventivamente. Si una persona contrae la gripe, el resto de la familia debe seguir las medidas de higiene: taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el antebrazo, no con la mano y lavarse las manos a menudo. Evite compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones. Procure dormir bien, tener una alimentación saludable, beber agua, llevar una vida físicamente activa y evitar las bebidas alcohólicas y el tabaco.

21. ¿La vacuna es 100% efectiva?

Está en estudio; pero se busca la vacuna más efectiva.

22. ¿Cómo puede influir en nuestra vida diaria el vacunarnos de la gripe?

Disminuirá la posibilidad de padecer la enfermedad y los efectos secundarios serán los menos posibles.

23. Si sólo hay 18.000 vacunas, ¿quién tiene derecho a vacunarse?

Haya las vacunas que haya, las personas que la necesiten la tendrán.

24. ¿Qué riesgos tiene la vacuna?

Está en estudio, aunque la OMS garantizará la seguridad de las vacunas.

25. ¿Las vacunas estarán a la venta para aquellas personas que no sean grupo de riesgo?

Está en estudio, se prevé que las primeras dosis se apliquen por la Consejería de Salud a las personas con mayores riesgos, después, se podrían adquirir si el número de vacunas fabricadas es suficiente.

26. ¿La vacuna de la gripe normal ayudará a prevenir también la gripe A?

Parece que no.

J. CENTROS CON CUNAS

1. ¿Las personas que cuidan a los niños en las cunas tienen que trabajar con guantes y con mascarilla?

El personal que atienda a los niños en las cunas no tiene que utilizar mascarilla, y sólo debe utilizar guantes si va a realizar la limpieza de la habitación o los aseos (como habitualmente). Debe lavar sus manos antes y después.

2. ¿Y si la persona que los ha cuidado resulta que tenía gripe y no lo sabía?

No hay que hacer nada especial. Un niño también puede contagiarse porque algún familiar esté infectado. Sólo hay que estar pendiente por si aparecen síntomas avisar a la familia.

3. Si ha habido un niño enfermo ¿Hay que cerrar la habitación?

NO hay que cerrarla, hay que limpiarla como habitualmente y ventilarla bien.

4. Si ha habido un niño enfermo ¿Se puede entrar a hacer limpieza en la habitación?

Si se refiere a ordenar, ventilar y limpiar la habitación, estas labores pueden seguir haciéndose siempre que el personal tenga cuidado en seguir las indicaciones de higiénicas: limpiar las superficies con los productos habituales y lavarse las manos correctamente.

5. ¿Cuántos días tienen que pasar para entrar a hacer la habitación después de que un niño contagiado la haya abandonado?

No es necesario esperar días. La habitación debe ser ventilada, cambiada la ropa y limpiadas las superficies y el suelo. Deben utilizarse guantes y detergentes normales.

6. ¿Hay que recoger la ropa de cama en bolsas distintas del resto de usuarios/as?

La ropa de cama de niños enfermos no tienen que ir en bolsas separadas, sólo hay que tratarlas con la adecuada higiene y lavarlas por los métodos habituales. Se debe evitar sacudir la ropa antes de lavarla.

7. ¿Hay que limpiar la habitación con lejía o con algún desinfectante potente?

No. Hay que utilizar los productos de limpieza habituales.

8. ¿Se hace todo lo anterior cuando el médico diga que parece H1N1, o cuando lo hayan confirmado los análisis?

Las medidas descritas se deberán tomar ante cualquier caso que un médico considere sospechoso de gripe o se lo indique Salud Responde, independientemente del tipo de virus del que se trate. No es necesario esperar una confirmación del tipo de virus ni ningún tipo de análisis.

9. ¿Cuándo conviene contactar con la Consejería de Salud?

Desde el centro pueden contactar con los teléfonos que se han facilitado siempre que lo consideren oportuno, ya que las autoridades sanitarias están muy interesadas en transmitir la información con total transparencia. Estos contactos no tienen nada que ver con el número de casos que tenga en su establecimiento, sino con que tengan alguna duda o problema en el que se les pueda ayudar desde las autoridades sanitarias.

La información de los casos desde el punto de vista médico y epidemiológico sigue unos canales establecidos dentro del sistema sanitario. Por tanto, si se produce un número de casos preocupante en un establecimiento, o en cualquier otro tipo de residencia colectiva, los servicios sanitarios públicos cuentan con un sistema de Vigilancia Epidemiológica y una Red de Alerta Epidemiológica que funciona permanentemente.

10. ¿Hay que informar a los empleados?

Los empleados deben estar informados de que un niño ha sido diagnosticado de gripe para que puedan desempeñar su labor tomando las medidas necesarias de autoprotección.

Si un niño está enfermo lo primero que hay que hacer es avisar a la familia para que venga a recogerlo. Mientras lo recogen, al tratarse de una enfermedad leve, sólo tiene que tener cuidado con los estornudos y la tos directa del niño y lavarse las manos después de tocarlo.

11. ¿Se manda a casa a los empleados que hayan tenido contacto con personas infectadas?

No hay porqué impedir que una persona que ha contactado con otra infectada deje de trabajar, salvo que enferme. Hay que considerar que en caso de un aumento considerable del número de personas infectadas, el contagio puede producirse también en otros lugares que no sean el establecimiento en que trabaja, por ejemplo por un familiar con gripe pero sin síntomas o con pocos síntomas, en un lugar público, etc.

12. ¿Cuánto tiempo deben permanecer en casa sin síntomas antes de que puedan (y deban) volver al trabajo?

Tal como se indica en el protocolo, debe permanecer 7 días.

13. ¿Qué hay que transmitir al resto de padres?

La información que se da al resto de los padres no debe ser alarmante. El comportamiento actual de la enfermedad no hace pensar que se trate de una forma especialmente peligrosa de gripe. Se les debe aconsejar que observen a sus hijos, que sigan las medidas de higiene (Lavado de manos, cuidado a toser, uso de pañuelos desechables, etc.) y que ante cualquier duda o ante la aparición de síntomas consulten con Salud Responde.⁴

14. ¿Y si los familiares del niño enfermo o alguno de los padres preocupados no habla español?

Salud Responde cuenta con un servicio de traducción simultánea en 46 idiomas que permite la comunicación entre el personal sanitario y la persona que no habla español.

K. TRANSPORTE ESCOLAR

1. ¿Se puede evitar el contagio en los autobuses?

Es muy probable que haya niños que lo utilicen y no sepan que están infectados por la gripe porque no tengan síntomas, pero pueden ser transmisoras. Esto hace que carezca de sentido intentar impedir el contagio en los autobuses. Pero se puede reducir la probabilidad con medidas de higiene: enseñándole a taparse la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable, dándole uno si no tiene, o con el antebrazo si no hay pañuelos desechables, no con la mano. Mantener la limpieza del autobús.

2. ¿Hay que limpiar los vehículos con lejía o con algún desinfectante potente?

No. Hay que utilizar los productos de limpieza habituales.

3. ¿Hay que informar a los empleados?

Los empleados deben estar informados de que deben desempeñar su labor tomando las medidas necesarias de autoprotección.

Hay que explicarles que el lavado de manos con agua y jabón corriente (sin alcohol ni desinfectantes) hay que hacerlo concienzudamente siempre con agua corriente.

4. ¿Se manda a casa a los empleados que hayan tenido contacto con personas enfermas?

No hay porqué impedir que una persona que ha contactado con otra infectada acuda a trabajar, salvo que enferme. Hay que considerar que en caso de un aumento considerable del número de personas infectadas, el contagio puede producirse también en otros lugares que no sean el lugar en que trabaja, por ejemplo por un familiar o un vecino con gripe pero en fase de sin síntomas o con pocos síntomas, en un lugar público etc

5. ¿Cuánto tiempo deben permanecer en casa sin síntomas antes de que puedan (y deban) volver al trabajo?

Tal como se indica en el protocolo, debe permanecer 7 días.

6. Si un niño enfermo se ha subido al autobús ¿Qué hay que transmitir a los padres de los niños?

No hay porque dar ninguna información a los otros padres salvo la de que los servicios de transporte siguen su funcionamiento normal y que si tienen alguna duda contacten con Salud responde.

7. ¿Y si la persona que pregunta no habla español?

Salud Responde cuenta con un servicio de traducción simultánea en 46 idiomas que permite la comunicación entre el personal sanitario y la persona que no habla español.

8. ¿Convendría que los conductores utilizaran mascarillas?

Salvo en circunstancias específicas, que afectan fundamentalmente al personal sanitario en contacto frecuente con personas enfermas, el uso de mascarillas por personas no enfermas no ha demostrado servir para frenar la transmisión de la enfermedad e incluso puede ser un factor de riesgo en caso de mal uso. Por tanto no se aconseja su uso habitual ni por los empleados ni por usuarios/as.