



# Notes from the School Nurses

¡Se acerca la temporada de gripa! Ya ha habido algunos casos en los Estados Unidos. El CDC recomienda vacunarse contra la gripa a fines de octubre. Recuerde, su cuerpo tarda 2 semanas en produce anticuerpos para protegerlo de la gripa después de recibir la vacuna contra la gripa. El año pasado, 138 niños murieron de gripe en los Estados Unidos y la mayoría de ellos estaban sanos sin cualquier afección médica de alto riesgo. Los niños que reciben la vacuna contra la gripa disminuyen el riesgo de muertes asociada en un 65%.

Signos y síntomas	Resfriado	Gripa
Inicio de síntomas	Gradual	Abrupta
Fiebre	Raro	común
Dolores	Leve	común
Resfriados	Poco común	Bastante común
Fatiga, debilidad	A veces	común
Estornudos	común	A veces
Congestión nasal	común	A veces
Dolor de garganta	común	A veces
Molestias en el pecho Tos	Leve a moderada	común
Dolor de cabeza	Raro	común

Cuando esté enfermo, quédese en casa hasta que desaparezca la fiebre y recuerde cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar, y tirar pañuelos a la basura después de usarlos y lavarse bien las manos.

Lugares para obtener su vacuna::

- Su medico de familia
- Las farmacias locales también tienen vacunas contra la gripa, generalmente sin costo con la mayoría de los seguros..
- La salud pública del condado de Brown tiene vacunas contra la gripa gratuitas para los niños que son elegibles a partir de noviembre
  - Un suministro limitado de vacuna contra la gripa disponible para adultos mayores de 19 años a un costo de \$ 30.
  - Llame a Salud Pública al 448-6445 para hacer una cita.

