

# CAMPAÑA INFORMATIVA EN EL ÁMBITO EDUCATIVO



# Índice de contenidos

***Información General***

***Transmisión***

***Prevención***

***Tratamiento y Vacuna***

***El Ámbito Educativo***

***Los profesores y las profesoras***

***Los padres y las madres***

***Los alumnos y las alumnas***

***El Entorno***

***Más Información Disponible en...***



# ***INFORMACIÓN GENERAL***

# ¿Qué es la Gripe?

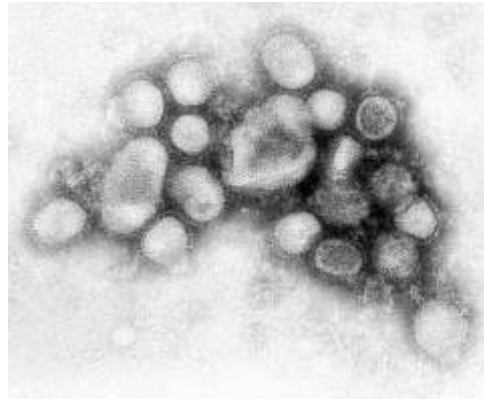
La gripe es una enfermedad que afecta a las personas y a otras especies animales y que **causa epidemias cada año**, principalmente durante los meses de invierno.

Esta enfermedad la producen distintos tipos de virus que además pueden combinarse entre ellos dando lugar a una **nueva gripe**.

La gripe es **contagiosa** ya que se transmite fácilmente de una persona a otra a través de las gotitas de saliva o secreciones que expulsamos al **hablar, toser o estornudar**.

# ¿Qué es la Gripe A (H1N1)?

La gripe por el nuevo virus A (H1N1) la produce un **nuevo** subtipo del virus de la gripe frente al que, precisamente por ser nuevo, no estamos inmunizados y hay muchas personas que estarán en **riesgo** de contraerlo.



# ¿Cuáles son los síntomas de la Gripe A?

Los síntomas Gripe A son similares a los de cualquier gripe :

- **Fiebre (más de 38°C)**
- **Estornudos, Tos**
- **Malestar general**



También se puede tener dolor de cabeza, dolor de garganta, dolores musculares y, a veces, diarrea y vómitos.

# ¿Qué evolución tiene la Gripe A?

Lo más frecuente es que la gripe **evolucione favorablemente en 2-4 días** aunque se pueda continuar con tos una semana y sentir cansancio durante algunos días más.

Dado que es un virus nuevo aún no se ha determinado con exactitud la severidad del cuadro clínico que produce aunque, **hasta el momento la enfermedad es leve en la mayoría de los casos.**

# ¿Qué debo hacer si tengo los síntomas de la gripe?

En la mayor parte de los casos la gripe se cura sola y no hay que tomar ninguna medida especial, salvo las habituales:

- **Beber líquidos en abundancia (agua, zumos...)**
- **Utilizar los antitérmicos y analgésicos habituales**
- **Es importante extremar las medidas de higiene**
- **Seguir las recomendaciones de los profesionales sanitarios hasta recuperarse para evitar así también contagiar a otras personas**



# ¿Qué debo hacer si tengo los síntomas de la gripe?

Las personas con síntomas leves pero que pertenezcan a alguno de los **grupos con mayor posibilidad de sufrir complicaciones** (embarazadas, enfermedades crónicas, inmunodepresión, etc.) deben ponerse en contacto con Salud Responde .





# *TRANSMISIÓN*

# ¿Cómo se contagia la gripe?

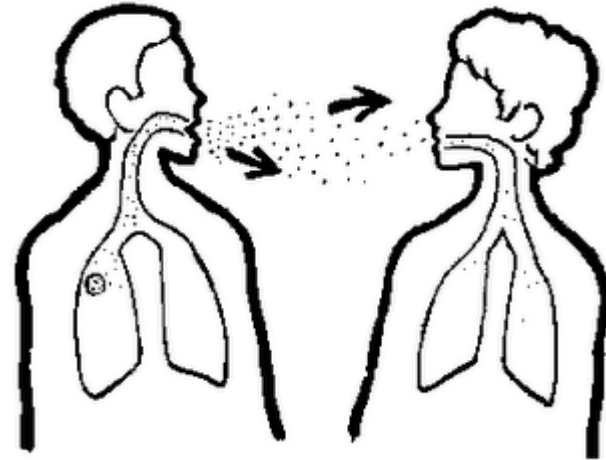
La gripe A **se contagia igual** que la gripe estacional.

Se transmite **de persona a persona**, principalmente por el aire, en las gotitas de saliva y secreciones nasales que se expulsan al toser, al hablar o al estornudar ...

Por tanto, el virus **se puede transmitir también indirectamente** por tocarse los ojos, la nariz o la boca después de haber tocado las microgotas o secreciones respiratorias procedentes de una persona infectada que han quedado en las manos o depositadas en superficies.

# ¿Cómo se contagia la gripe?

## CONTAGIO DIRECTO



## CONTAGIO INDIRECTO



# ¿Periodo de contagio del virus de la gripe?

El virus se puede transmitir desde 1 día antes de empezar con los síntomas hasta 7 días después en adultos y 10 días en niños.

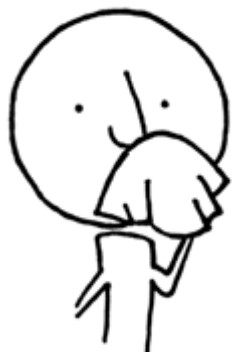
El virus de la gripe presenta una capacidad máxima de contagio los 3 primeros días desde que empiezan los síntomas pero se puede seguir transmitiendo hasta **7 ó 10 días** después, por lo que se recomienda quedarse en casa para asegurarse de no transmitirlo a otras personas.



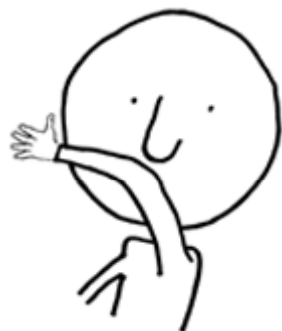


# *PREVENCIÓN*

# ¿Qué se puede hacer para evitar el contagio?



Al estornudar o toser tápese la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tírelo a la basura.



Si no dispone de pañuelo de papel estornude o tosa sobre el brazo, no sobre las manos



# ¿Qué se puede hacer para evitar el contagio?

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien con una solución alcohólica apta para la higiene de manos.





# ¿Qué se puede hacer para evitar el contagio?

Limpiar más frecuentemente las superficies de muebles, pomos de las puertas, objetos ... con los productos de limpieza habituales y ventilar más a menudo abriendo ventanas.

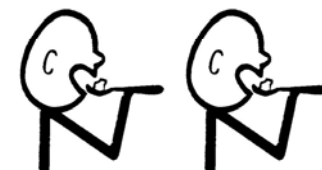
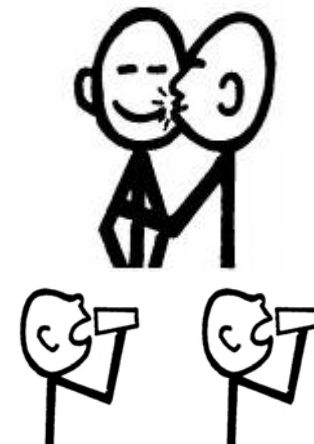


# ¿Qué se puede hacer para evitar el contagio?

Si se está enfermo, evitar contagiar a otras personas siguiendo los consejos de los profesionales sanitarios.

Evitar los besos y contacto muy cercano si tiene o cree que pueda tener la gripe; o bien si piensa que la tiene otra persona.

Evitar compartir vasos, cubiertos, objetos o alimentos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones.

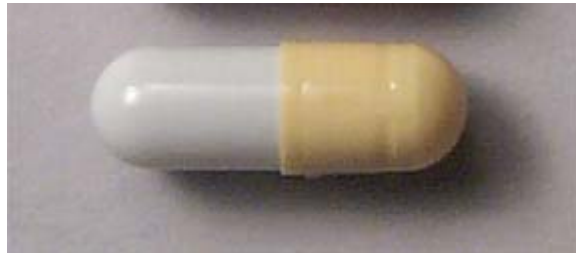




# *TRATAMIENTO Y VACUNA*

# ¿Existe medicamentos para la gripe A?

Sí. El nuevo virus de la gripe **se trata como la gripe estacional**, con medicamentos que alivien los síntomas (fiebre, tos, dolores musculares ...)



En España se dispone también de tratamientos antivirales que pueden resultar útiles: oseltamivir (Tamiflu®) y zanamivir (Relenza®). Ninguno de estos medicamentos cura. Pueden tener efectos secundarios importantes así que **sólo deben tomarse por prescripción médica**

# ¿Existe medicamentos para la gripe A?

Por todo ello, actualmente sólo están indicados en personas con gripe que requieran hospitalización o aquellas que, hasta el momento, presentan una mayor probabilidad de sufrir complicaciones.



Como todos los medicamentos, Tamiflu y Relenza, tienen efectos secundarios y contraindicaciones, por tanto, deben ser prescritos siempre por profesionales médicos. **El uso irresponsable de estos medicamentos puede contribuir a crear resistencias del virus lo que reduciría su efectividad.**

# ¿Existe vacuna para la gripe A?

De momento no, pero se está trabajando para producirla. Aunque estará lista pronto, **debe ser probada** para ver si es efectiva y para conocer los problemas que pueda conllevar, como se hace con todas las vacunas.

La vacuna de la gripe no evita en todos los casos que se adquiera la enfermedad pero sí da cierta protección frente a ella y reduce el riesgo de complicaciones, por eso **la vacuna estará indicada fundamentalmente en las personas que presentan mayor riesgo de desarrollar estas complicaciones.**



## ***EL ÁMBITO EDUCATIVO***

***¿Qué podemos hacer para prevenir la  
diseminación de la gripe?***



# Los profesores y las profesoras



## ¿Qué puedo hacer para prevenir la diseminación de la gripe?

- ✓ Informe e inste a los alumnos/as y al resto de personal a **cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar**: Usar un pañuelo de papel y tirarlo a la basura, si no se tiene, hacerlo sobre el hombro, codo o antebrazo.
- ✓ Informar y favorecer la **limpieza frecuente de manos** con agua y jabón u otro producto recomendado.
- ✓ Establecer medidas que permitan que el **alumnado tengan mayor distancia entre ellos en la clase**, distribuyendo las mesas y sillas para tal fin.



# Los profesores y las profesoras



## ¿Qué puedo hacer para prevenir la diseminación de la gripe?

- ✓ Si reconoce los síntomas gripales en un alumno/a o éste/a le informa de ellos: **avise a sus familiares o cuidadores/as** para que puedan llevarlos a su domicilio o centro sanitario según proceda. Se recomienda **aumentar el número de contactos familiares** a los que poder avisar en caso de necesidad.
- ✓ En caso de avisar a los familiares o cuidadores/as para que vengán a recoger al niño/a se recomienda **custodiar al menor a parte** del resto de alumnos/as hasta que éstos lleguen.
- ✓ En caso de tener síntomas gripales **avise a sus responsables inmediatos** y siga las instrucciones sanitarias en caso de gripe.

# Los padres y las madres



¿Qué puedo hacer para prevenir la diseminación de la gripe?

## En el domicilio:

En caso de que note que su hijo/a tiene síntomas gripales (fiebre, tos, malestar general ...) **no lleve al niño/a al centro escolar**. Inicie las medidas necesarias para el control de los síntomas y llame a Salud Responde: 902.50.50.60

En caso de que algún miembro de la familia haya tenido o tenga la gripe **vigile el posible inicio de síntomas gripales** en el resto.

## En la escuela:

En caso de ser avisados/as de la presencia de síntomas gripales en su hijo/a **recójalo en el centro**. Inicie las medidas necesarias para el control de los síntomas y llame a Salud Responde

# Los alumnos y alumnas



## En el domicilio:

En caso de padecer síntomas que te sugieran que puedes tener la gripe (fiebre, tos, malestar general ...) **coméntaselo a tus padres o personas que te cuiden**, ellos iniciarán las medidas necesarias para el control de los síntomas y deben llamar a Salud Responde

## En la escuela:

En caso de padecer síntomas que te parezcan de gripe **comunícaselo a tu profesor/a**, ellos saben cómo actuar en estos casos y avisarán si es necesario a tus padres u otro familiar para que puedan recoger.

En **Educación Infantil** (primer y segundo ciclo) hay que tener especial atención a **comportamientos y síntomas que induzcan pensar que pueda tener síntomas gripales** (llanto no habitual en el menor, irritabilidad, astenia ...)

# El entorno

Reforzar las medidas que ya se siguen en la **higiene y cuidados de niños** en general y especialmente en el primer ciclo de educación infantil.

**Distribución de las mesas y sillas** de manera que se favorezca un mayor distanciamiento entre el alumnado.

Evitar en lo posible el **uso compartido de objetos o material escolar**.

Velar por la **higiene del mobiliario** de la clase.



# El entorno

Instar a los alumnos/as a que **no tosan o estornuden sobre el mobiliario de la clase**: mesa, teclado del ordenador ... Ni directamente a otro/a alumno/a o profesional del centro.

**No existe riesgo alguno en compartir espacio de uso común: WC** ... siempre que se hayan seguido las medidas de limpieza e higiene habitual.

Instar y favorecer la **limpieza frecuente de manos de los niños/as y profesionales del centro**.



# El entorno

**Es desaconsejable** que se **beba directamente** de las fuentes de agua de uso común.



**No existe riesgo** de contagio por los sistemas de calefacción o refrigeración ya que la gripe se transmite de persona a persona, o indirectamente tocando objetos contaminados y luego tocarse los ojos, boca o nariz



# El entorno



No existe riesgo alguno en **comedores escolares** siempre que se sigan las normas y recomendaciones vigentes.



Instar en informar a los/as alumnos/as en el **uso individualizado de vasos, platos, cubiertos y alimentos.**



Evitar que compartan **alimentos, bebidas o sustancias** (cosméticos, barra de labios, gloss, tabaco ...) que hayan estado en contacto con la saliva o secreciones de otra persona.



# Para obtener más información

- **Ministerio de Sanidad y Política Social:**  
<http://www.informaciongripea.es/index.html>
- **Consejería de Salud:**  
<http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/portal/index.jsp>

Para más información, puede contactar con el Servicio de Información al Ciudadano de **Salud Responde (902 505 060)**, disponible las 24 horas del día, los 365 días del año de forma ininterrumpida. Además, puede acceder a este servicio a través del teléfono de **Fax (953 018 715)** y del correo electrónico:

[saludresponde@juntadeandalucia.es](mailto:saludresponde@juntadeandalucia.es)