



Notes from the School Nurses

¡Se acerca la temporada de gripe! Ya ha habido algunos casos en los Estados Unidos. El CDC recomienda vacunarse contra la gripe a fines de octubre. Recuerde, su cuerpo tarda 2 semanas en producir anticuerpos para protegerlo de la gripe después de recibir la vacuna contra la gripe. Los niños que reciben la vacuna contra la gripe disminuyen el riesgo de muertes asociadas en un 65%.

Signos y síntomas	Resfriado	Gripe
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	Leve a moderada	común
Tos		
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 médico de familia
- Las farmacias locales también tienen vacunas contra la gripe, generalmente sin costo con la mayoría de los seguros..
- La salud pública del condado de Brown

