

Proteja a los/as infantes contra virus graves como la gripe, el virus sincitial respiratorio humano (VRS) y la COVID-19



Llegó ese momento del año...

Muchos/as niños/as pueden tener síntomas gripales, como goteo nasal, tos, estornudos, fiebre o pérdida del apetito. La mayoría se sentirá bien en un par de días o semanas. Sin embargo, para otros/as niños/as, estos síntomas gripales corresponden a un virus estacional, como la gripe, el [VRS](#) y la COVID-19 que pueden ser graves.

Algunos infantes y niños/as que están inmunocomprometidos/as o viven con una afección médica crónica pueden tener un virus que provoque dificultades para respirar o, incluso, una visita al hospital.

El Departamento de Salud de Maryland (MDH, en inglés) insta a las familias y los/as cuidadores/as a **ponerse en acción para ayudar a proteger a sus seres queridos contra virus graves.**

Lávese las manos con frecuencia Utilice agua y jabón y lávese durante al menos 20 segundos.	Cúbrase al toser y estornudar. Utilice un pañuelo o el codo, pero no la mano.	Quédese en su casa si está enfermo. Los/as niños/as enfermos/as también deben quedarse en casa.
Evite tocarse la cara sin antes lavarse las manos.	Limpie y desinfecte las superficies más utilizadas. Como los picaportes y los dispositivos móviles.	Aplíquese la vacuna antigripal y contra la COVID. Póngase en contacto con su proveedor/a de salud de cabecera, farmacia o encuentre una clínica especializada en gripe en MarylandVax.org .
Considere utilizar una mascarilla.	Es seguro y efectivo que los/as infantes reciban una vacuna antigripal y contra la COVID-19 el mismo día. Encuentre una clínica especializada en gripe o la vacuna contra la COVID-19 en https://www.marylandvax.org o póngase en contacto con su proveedor/a de salud de cabecera, farmacia o departamento de salud .	

Conozca más acerca de las vacunas: El MDH recomienda que todos los/as infantes mayores de 6 meses reciban la vacuna antigripal todos los años al principio del otoño. No es tarde para recibir la vacuna. Los/as infantes menores de 5 años corren riesgo de contraer una gripe grave y los/las niños/as más grandes pueden contagiar a los miembros mayores de la familia. El MDH también recomienda el nuevo refuerzo de la vacuna contra la COVID-19, que es seguro para los/as infantes de 5 años en adelante, que hayan recibido la primera serie de vacunas contra la COVID-19 y hayan recibido el refuerzo más reciente al menos dos meses atrás.

Para obtener más información, visite el sitio web de VRS del MDH en health.maryland.gov.