



Recomanacions per als pares i els cuidadors d'infants amb grip i altres infeccions víriques respiratòries

Recomanacions que cal seguir al domicili

- L'infant ha de fer repòs.
- L'infant ha de beure força líquids per prevenir la deshidratació (aigua, brou, suc, infusions).
- Ensenyeu a l'infant a tapar-se la boca i el nas amb mocadors de paper en tossir i esternudar.
- Cal que l'infant es renti sovint les mans amb aigua i sabó, especialment després d'haver tossit o esternutat sobre les mans, després d'haver menjat i d'haver donat la mà a altres persones.
- Si és possible, l'infant no ha de compartir l'habitació amb cap altra persona, ha d'estar en una habitació separada de les àrees comunes del domicili. Si és possible també, l'habitació hauria de tenir ventilació directa de l'exterior.
- És recomanable que l'infant no comparteixi el bany. Si això no és possible, extremeu les mesures de neteja i desinfecció després de cada ús.
- Si l'infant és més gran de 5 anys, ha de quedar-se a casa almenys fins a les 24 hores posteriors a la desaparició de la febre (si no pren antipirètics), i ha de reduir el contacte amb persones sanes.
- Si l'infant té 5 anys o menys, ha de quedar-se a casa 7 dies, com a mínim, des de l'aparició dels primers símptomes i, almenys, fins a les 24 hores posteriors a la desaparició, i ha de reduir el contacte amb persones sanes.
- Si un metge o metgessa ha visitat l'infant, cal seguir les seves indicacions. En cap cas el retorn a l'escola s'ha de condicionar a la presentació d'un certificat mèdic.
- Eviteu el contacte proper amb altres persones. Si l'infant necessita estar en àrees comunes del domicili o a prop d'altres persones, cal que es tapi la boca i el nas.
- Com en qualsevol quadre de grip, poden aparèixer **complicacions**. Caldrà un nou control sanitari si l'infant presenta:
 - Respiració ràpida,
 - Dificultat per respirar,
 - Color blau o gris de la pell,
 - Ingesta de líquids escassa,
 - Poca necessitat d'orinar,
 - Vòmits freqüents i constants,
 - Somnolència,
 - Persistència de la febre després de 4 dies o desaparició de la febre i reaparició posterior.



Recomanacions per al cuidador principal i les altres persones que conviuen amb l'infant malalt

- L'infant no ha de rebre visites.
- Si és possible, una sola persona s'ha de fer càrrec de l'infant com a cuidador principal.
- Totes les persones de la casa heu d'extremar les mesures higièniques. Renteu-vos les mans amb aigua i sabó o amb productes que continguin alcohol sempre que entreu en contacte amb l'infant malalt.
- Després de rentar-vos les mans, eixugueu-vos amb paper i llenceu-lo a les escombraries. Si no és possible, utilitzeu tovalloles diferents per a cada persona.

Recomanacions per a la neteja general del domicili

- Llenceu a les escombraries els mocadors de paper i els altres objectes d'un sol ús utilitzats per l'infant malalt, i renteu-vos les mans amb aigua i sabó, o amb productes que continguin alcohol, després d'haver-los tocat.
- Utilitzeu productes que continguin lleixiu per a la neteja de les superfícies, especialment les taletes de nit, els poms, els interruptors i el bany. Per a la neteja de les superfícies que han estat en contacte amb l'infant malalt, feu servir draps d'un sol ús o exclusius per a la zona.
- Mantingueu una bona ventilació del domicili.
- No cal que renteu per separat els llençols, els plats, els gots i els coberts utilitzats per l'infant malalt, però és important que no els compartiu.

Observacions:
