



RESPIRATORY VIRUSES AND YOUR CHILD



What can you do to help protect children from respiratory viruses like COVID-19, flu, and RSV, and minimize the burden on schools and the healthcare system?

REMEMBER RESPIRATORY HYGIENE



Ensure your eligible children are vaccinated against the flu and COVID-19.



If you feel sick, stay home.



Teach your children to thoroughly wash their hands often.



Cover your mouth using a tissue or your bent arm when coughing or sneezing.



Clean and disinfect high touch surfaces.



If you have symptoms and you need to leave home, wear a mask.



LOS VIRUS RESPIRATORIOS Y SU NIÑO



¿Qué puedo hacer para ayudar a proteger y minimizar la carga a escuelas y el sistema de atención médica en niños para virus respiratorios como el COVID-19, la gripe y el RSV?

RECUERDA LA HIGIENE RESPIRATORIA



Asegúrese de que sus hijos elegibles estén vacunados contra la gripe y el COVID-19.



Si te sientes enfermo quédate en casa.



Enseñe a sus hijos a lavarse bien las manos con frecuencia.



Cúbrase la boca con un pañuelo desechable o con el brazo doblado al toser o estornudar, no con las manos.



Limpiar y desinfectar superficies de alto contacto.



Si tiene síntomas y necesita salir de casa, use mascarilla.

Influenza (“Flu”) Vaccine FAQ

Information for Parents

Why do my children need a flu vaccine every year?

A flu vaccine is needed every season for two main reasons because a person’s immune protection from vaccination declines over time, so an annual vaccine is needed for best protection. Second, because flu viruses are constantly changing, flu vaccines may be updated from one season to the next to protect against the viruses. The vaccine in the 2022-23 season has been shown to be a good match for the circulating flu virus so far.

Why do my children need a flu vaccine if they still might get sick?

Even if your child does get sick from the flu, their symptoms are much less likely to be severe and require hospitalization if they are vaccinated. Flu vaccination has been shown to reduce deaths, intensive care unit (ICU) admissions, ICU length of stay, and overall duration of hospitalizations. ([CDC May 2017](#)). Since children under the age of 5 are one of the highest risk groups of becoming very ill from influenza, it is especially important that they are vaccinated.

Will the flu vaccine(s) give my children the flu?

Flu vaccines (given as a shot) do not make people sick with the flu. They are currently made in two ways:

- a. By using flu virus that been ‘inactivated’ (killed) and are therefore not infectious, or
- b. By using only the part of the flu virus that can produce an immune response without causing infection.

Your child may experience some mild soreness at the vaccine site, be more fussy than usual, or even develop a mild fever, but this does not mean they have the flu. These are all signs that vaccine is helping the immune system is doing its job.

Will my child experience a side effect of the vaccine?

As described above, your child may experience some mild swelling at the vaccine site, headache, nausea, and even fever after receiving their vaccine. The disease-prevention benefits of getting vaccines are much greater than the risk of possible side effects. If your child is allergic to egg products, please inform your vaccine provider; in these circumstances a specific type of flu vaccine may need to be given that reduces the chances of side effects in this group. Side effects of all vaccines are reportable through the [Vaccine Adverse Events Reporting System](#).

When should my child get a flu vaccine?

Your child should get a flu vaccine every year in the fall, starting they are 6 months old. CDC recommends a flu vaccine by the end of October, before flu begins spreading in the community. However, it can still be beneficial to get vaccinated as long as it is flu season, which runs from November to April in most years.

How many doses of vaccine does my child need?

- Children age 6 months through 8 years who have previously received at least 2 doses of influenza vaccine prior to July 1, 2022 only need 1 dose of influenza vaccine. The two doses need not have been given in the same year. Children over the age of 9 only need 1 dose, regardless of vaccine history.
- Children aged 6 months through 8 years who have not previously received at least 2 doses of the flu shot before July 1, 2022 need 2 doses of 2022-2023 influenza vaccine administered 4 weeks apart.

What types of flu vaccine are available?

For children age 6 months of age and older, the muscle in the upper arm is the preferred site, although the thigh may be used if the deltoid site cannot be used.

People age 2 and over who are not pregnant can receive flu vaccine in the form of a nasal spray.

Can my child get the flu vaccine at the same time they receive other vaccines?

Yes, your child can flu vaccine at the same time as other childhood vaccines, including get the COVID-19 vaccine if they are eligible and the timing coincides.

Where can I get my child vaccinated?

The flu vaccine is safe, effective, and available at no cost at many doctor's offices, pharmacies, CDPH clinics, and community health centers across the city. Visit <https://www.vaccines.gov/> to find the nearest vaccine to you. CDPH clinics can be found at:

Greater Lawn
4150 W 55th St, 60632
312-745-1477
M-F 8am-3pm

Uptown
845 W Wilson Ave, 2nd Fl, 60640
312-742-3227
MWF 8am-3pm T, Th 9am-4pm

I do not have insurance. Can I still get my child vaccinated?

To ensure that every resident of Chicago can access vaccines, regardless of their immigration status and ability to pay, CDPH has scheduled more than 50 community flu and COVID-19 clinics this fall where residents can get their flu shot for no cost.

References:

- Vaccine Dosage & Administration. CDC November 16 2020
- Tools to Prepare your practice for Flu Season. CDC September 19, 2022
- Questions about vaccines. CDC July 7, 2022
- 2022-2023 Flu Season FAQ. CDC November 21, 2022
- How well Flu vaccines work. CDC August 25, 2022
- Flu Vaccine Safety Information. CDC August 25, 2022

Vacuna contra la Influenza ("gripe"): Información a los Padres de Familia

¿Por qué mis hijos necesitan una vacuna antigripal cada año?

Una vacuna contra la gripe es necesaria cada temporada por dos razones principales. La primera porque la protección inmune de una persona contra la vacunación disminuye con el tiempo, por lo que se necesita una vacuna anual para una mejor protección. En segundo lugar, debido a que los virus de la gripe están cambiando constantemente, las vacunas contra la gripe se pueden actualizar de una temporada a la siguiente para proteger contra los virus. La vacuna en la temporada 2022-23 ha demostrado ser una buena combinación para el virus de la gripe circulante hasta ahora.

¿Por qué mis hijos necesitan una vacuna contra la gripe si todavía podrían enfermarse?

Incluso si su hijo o hija se enferma por la gripe, sus síntomas son mucho menos propensos a ser graves y requieren hospitalización si están vacunados. Se ha demostrado que la vacunación contra la gripe reduce las muertes, los ingresos en la unidad de cuidados intensivos (UCI), la duración de la estancia en la UCI y la duración general de las hospitalizaciones. (CDC, mayo de 2017). Dado que los niños menores de 5 años son uno de los grupos de mayor riesgo de enfermarse de gripe, es especialmente importante que estén vacunados.

¿La vacuna(s) contra la gripe les dará o provocará a mis hijos, la gripe?

Las vacunas contra la gripe (administradas como una vacuna) no enferman a las personas con la gripe. Actualmente se fabrican de dos maneras:

- a. Mediante el uso de virus de la gripe que han sido 'inactivados' (muertos) y por lo tanto no son infecciosos, o
- b. Usando solo la parte del virus de la gripe que puede producir una respuesta inmune sin causar infección.

Su hijo puede experimentar algún dolor leve en el sitio de la vacuna, incluso desarrollar una fiebre leve, pero esto no significa que tenga gripe. Todos estos son signos de que la vacuna está ayudando al sistema inmunológico a hacer su trabajo.

¿Experimentará mi hijo o mi hija un efecto secundario de la vacuna?

Como se describió anteriormente, su hijo o hija puede experimentar una leve hinchazón en el sitio de la vacuna, dolor de cabeza, náuseas e incluso fiebre después de recibir la vacuna. Los beneficios de las vacunas para la prevención de enfermedades son mucho mayores que el riesgo de posibles efectos secundarios. Si su hijo o hija es alérgico a los productos que contiene la vacuna, informe a su proveedor de vacunas y al médico; en estas circunstancias, es posible que deba administrarse un tipo específico de vacuna contra la gripe que reduzca las posibilidades de efectos secundarios en este grupo. Los efectos secundarios de todas las vacunas son reportables a través del Sistema de Reporte de Eventos Adversos de Vacunas.

¿Cuándo debería vacunarse mi hijo contra la gripe?

Su hijo o hija debe recibir una vacuna contra la gripe cada año en el otoño, a partir de los 6 meses de edad. La CDC recomienda una vacuna antigripal para fines de octubre, antes de que la gripe comience a propagarse en la comunidad. Sin embargo, todavía puede ser beneficioso vacunarse mientras sea la temporada de gripe, que va de noviembre a abril en la mayoría de los años.

¿Cuántas dosis de vacuna necesita mi hijo o mi hija?

- Los niños de 6 meses a 8 años que han recibido previamente al menos 2 dosis de la vacuna antigripal antes del 1 de julio de 2022 solo necesitan 1 dosis de la vacuna antigripal. No es necesario administrar las dos dosis en el mismo año. Los niños mayores de 9 años solo necesitan una dosis, independientemente de la historia de la vacuna.
- Los niños de 6 meses a 8 años que no han recibido previamente al menos 2 dosis de la vacuna antigripal antes del 1 de julio de 2022 necesitan 2 dosis de la vacuna antigripal 2022-2023 administrada con 4 semanas de diferencia.

¿Qué tipos de vacunas contra la gripe están disponibles?

Para los niños de 6 meses de edad y mayores, el músculo en la parte superior del brazo es el sitio preferido, aunque el muslo se puede utilizar si el sitio del deltoides no se puede utilizar. Los niños mayores de 2 años y

las personas que no están embarazadas pueden recibir la vacuna contra la gripe en forma de un aerosol nasal.

¿Puede mi hijo recibir la vacuna antigripal al mismo tiempo que recibe otras vacunas?

Sí, su hijo o hija, puede vacunarse contra la gripe al mismo tiempo que otras vacunas infantiles, incluida la vacuna COVID-19 si son elegibles y el momento coincide.

¿Dónde puedo vacunar a mi hijo?

La vacuna contra la gripe es segura, eficaz y está disponible sin costo alguno en las oficinas de muchos médicos, farmacias, clínicas de CDPH y centros de salud comunitarios en toda la ciudad. Visite <https://www.vaccines.gov/> para encontrar la vacuna más cercana a usted. Las clínicas de CDPH se pueden encontrar en:

Greater Lawn
4150 W 55th St, 60632
312-745-1477
M-F 8am-3pm

Uptown
845 W Wilson Ave, 2nd Fl, 60640
312-742-3227
MWF 8am-3pm T, Th 9am-4pm

No tengo seguro. ¿Puedo vacunar a mi hijo o hija?

Para asegurar que todos los residentes de Chicago puedan acceder a las vacunas, independientemente de su estatus migratorio y capacidad de pago, CDPH ha programado más de 50 clínicas comunitarias de gripe y COVID-19 este otoño donde los residentes pueden recibir su vacuna contra la gripe sin costo alguno.

Referencias:

- Vaccine Dosage & Administration. CDC November 16 2020
- Tools to prepare your practice for Flu Season. CDC September 19, 2022
- Questions about vaccines. CDC July 7, 2022
- 2022-2023 Flu Season FAQ. CDC November 21, 2022
- How well Flu vaccines work. CDC August 25, 2022
- Flu Vaccine Safety Information. CDC August 25, 2022

Bivalent COVID-19 Vaccine FAQ

Information for Parents

Why do my children need COVID-19 vaccine if they still might get sick?

Vaccines are the best defense against the most devastating consequences of Covid-19 infection, including hospitalization and death. Even if your child does get sick from COVID-19, their symptoms are much less likely to be severe & less likely to require hospitalization, including intensive care unit (ICU) admission if they are vaccinated.

My child was just vaccinated for COVID-19. Why does he or she need a bivalent booster dose?

In addition to conferring the protection provided by the original COVID vaccine, the bivalent COVID-19 booster targets the dominant Omicron subvariants (BA.4, BA.5) that are currently circulating in the U.S. This updated vaccine generates a stronger immune response, broader protection and longer protection than the original vaccine.

Was the Bivalent Covid-19 vaccine safety tested?

The updated vaccine uses the same technology as the prior Pfizer and Moderna vaccines, which have been safely administered billions of times.

During summer 2022, human trials were completed for an updated bivalent booster (original plus Omicron BA.1/BA.2). These trials showed improved antibody response and no safety concerns, with the same side effect profile as earlier vaccines.

Will my child experience a side effect of the Covid-19 vaccine?

Your child may experience mild soreness or swelling at the vaccine site, be more fussy or tired than usual, have a mild fever or headache after receiving their vaccine. These are signs that the vaccine is helping the immune system do its job. The disease-prevention benefits of getting vaccines are much greater than the risk of possible side effects. These medicines help with fever and discomfort: Ibuprofen (brand names Advil, Motrin) and Acetaminophen (brand name Tylenol). **Do not give aspirin to children younger than 18 years old.** Side effects of all vaccines are reportable through the [Vaccine Adverse Events Reporting System](#).

Who should get the bivalent COVID vaccine?

Everyone ages 6 months and older who has completed their primary series at least 2 months ago and has not gotten vaccinated since Labor Day 2022, should receive the updated Bivalent Covid-19 booster. In addition, anyone 6m- 4y who received two doses of the 3-dose Pfizer series should receive the bivalent vaccine as their third dose. Children 6m-4y who received three dose of the Pfizer primary series are not authorized to receive a booster dose at this time.

How is the Bivalent Covid-19 vaccine given?

For children age 6 months of age and older, the muscle in the upper arm (deltoid muscle) is the preferred site, the thigh may be used if the deltoid site cannot be used.

Can my child get the Bivalent Covid-19 vaccine at the same time they receive other vaccines?

Yes, your child can get the vaccine at the same time as other childhood vaccines, including the Flu vaccine, if they are eligible and the timing coincides.

Where can I get my child Covid-19 vaccinated?

The Covid-19 vaccine is safe, effective, and available at no cost at many doctor's offices, pharmacies, CDPH clinics, and community health centers across the city. Visit <https://www.vaccines.gov/> to find the nearest vaccine to you.

I do not have insurance. Can I still get my child vaccinated?

To ensure that every resident of Chicago can access vaccines, regardless of their immigration status and ability to pay, CDPH has scheduled more than 50 community Covid-19 and Flu clinics this season where residents can get their vaccine for no cost.

References:

- Vaccine Dosage & Administration. CDC November 16 2020
- Tools to Prepare your practice for Flu Season. CDC September 19, 2022
- Questions about vaccines. CDC July 7, 2022
- 2022-2023 Flu Season FAQ. CDC November 21, 2022
- How well Flu vaccines work. CDC August 25, 2022
- Flu Vaccine Safety Information. CDC August 25, 2022

Preguntas Frecuentes sobre la Vacuna Bivalente (Refuerzo) de COVID-19

¿Por qué mis hijos necesitan la vacuna COVID-19 si todavía podrían enfermarse?

Las vacunas son la mejor defensa contra las consecuencias más devastadoras de la infección por Covid-19, incluyendo la hospitalización y la muerte. Incluso si su hijo o hija se enferma de COVID-19, sus síntomas son mucho menos propensos a ser severos y menos propensos a requerir hospitalización, incluyendo la admisión en la unidad de cuidados intensivos (UCI) si están vacunados.

Mi hijo acaba de recibir la vacuna COVID-19. ¿Por qué necesita una dosis de refuerzo bivalente?

Además de adquirir la protección proporcionada por la vacuna COVID original, el refuerzo bivalente COVID-19 se dirige a las subvariantes dominantes del Omicron (BA.4, BA.5) que actualmente circulan en los EE.UU. Esta vacuna actualizada genera una respuesta inmune más fuerte, una protección más amplia y protección más larga que la vacuna original.

¿Se probó la seguridad de la vacuna Covid-19 bivalente?

La vacuna actualizada utiliza la misma tecnología que las vacunas anteriores de Pfizer y Moderna, que se han administrado de forma segura. Miles de millones de veces. Durante el verano de 2022, se completaron ensayos en humanos para un refuerzo bivalente actualizado (original más Omicron BA.1/BA.2). Estos ensayos mostraron una mejor respuesta de anticuerpos y ninguna preocupación de seguridad, con el mismo perfil de efectos secundarios que las vacunas anteriores.

¿Experimentará mi hijo un efecto secundario de la vacuna Covid-19?

Su hijo o hija puede experimentar dolor leve o hinchazón en el sitio de la vacuna, estar más cansado de lo habitual, tener una fiebre leve o dolor de cabeza después de recibir la vacuna. Estos son signos de que la vacuna está ayudando al sistema inmunológico a hacer su trabajo. Los beneficios de las vacunas para la prevención de enfermedades son mucho mayores que el riesgo de posibles efectos secundarios. Estos medicamentos ayudan con la fiebre y el malestar: Ibuprofeno (nombres de marca Advil, Motrin) y Acetaminophen (nombre de marca Tylenol). No se debe dar aspirina a niños menores de 18 años. Los efectos secundarios de todas las vacunas son reportables a través del Sistema de Reporte de Eventos Adversos de Vacunas.

¿Quién debe recibir la vacuna bivalente COVID?

Todas las personas mayores de 6 meses que hayan completado su serie primaria al menos hace 2 meses y no se hayan vacunado desde el Día del 2022, deben recibir el refuerzo Bivalente Covid-19 actualizado. Además, cualquier persona de 6 meses – 4 años que recibió dos dosis de la serie de 3 dosis de Pfizer debe recibir la vacuna

bivalente como su tercera dosis. Los niños 6 meses-4 años que recibieron tres dosis de la serie primaria Pfizer no están autorizados a recibir una dosis de refuerzo en este momento.

¿Cómo se administra la vacuna Bivalente Covid-19?

Para los niños de 6 meses de edad y mayores, el músculo en la parte superior del brazo (músculo deltoide) es el sitio preferido, el muslo se puede utilizar si el sitio deltoide no se puede utilizar.

¿Puede mi hijo o hija recibir la vacuna Bivalente Covid-19 al mismo tiempo que recibe otras vacunas?

Sí, su hijo o hija pueden recibir la vacuna al mismo tiempo que otras vacunas infantiles, incluida la vacuna contra la gripe, si son elegibles y el momento coincide.

¿Dónde puedo vacunar a mi hijo Covid-19?

La vacuna Covid-19 es segura, eficaz y está disponible sin costo alguno en las oficinas de muchos médicos, farmacias, clínicas de CDPH y centros de salud comunitarios en toda la ciudad. Visite <https://www.vaccines.gov/> para encontrar la vacuna más cercana a usted.

No tengo seguro. ¿Puedo vacunar a mi hijo o hija?

Para asegurar que todos los residentes de Chicago puedan acceder a las vacunas, independientemente de su estatus migratorio y su capacidad de pago, el CDPH ha programado más de 50 clínicas comunitarias Covid-19 y Flu esta temporada donde los residentes pueden obtener su vacuna sin costo alguno y completamente gratis.

Referencias:

- Vaccine Dosage & Administration. CDC November 16 2020
- Tools to Prepare your practice for Flu Season. CDC September 19, 2022
- Questions about vaccines. CDC July 7, 2022
- 2022-2023 Flu Season FAQ. CDC November 21, 2022
- How well Flu vaccines work. CDC August 25, 2022
- Flu Vaccine Safety Information. CDC August 25, 2022

GET YOUR UPDATED COVID BOOSTER & FLU SHOT AT HOME



In-home vaccination is available to all Chicago households at no cost. Up to 10 people can be vaccinated, so invite your family, friends, or neighbors to get vaccinated together.



TO REGISTER FOR AN APPOINTMENT
CALL 312.746.4835 OR VISIT OR [CHICAGO.GOV/ATHOME](https://chicago.gov/athome)



TODAS LAS PERSONAS DE 6 MESES EN ADELANTE SON ELEGIBLES PARA EL PROGRAMA EN EL HOGAR

Las citas en el hogar están disponibles cuatro días a la semana, de sábado a martes, de 8:00 am a 6:30 pm

VACUNAS DISPONIBLES

- Serie primaria Moderna (de 6 meses a 5 años) y Pfizer (de 6 meses en adelante).
- Nuevos refuerzos bivalentes de Pfizer (a partir de los 5 años).
- Las vacunas contra la gripe están disponibles siempre que una persona reciba la vacuna COVID-19.





MAKE THE AIR IN YOUR HOME SAFER

during Covid-19 by increasing airflow and filtration

Ventilation helps to reduce the levels of infectious particles in the air. This is especially important when you're with people from outside your immediate household.



Bring fresh air into your home

- ~ Open windows and doors to increase ventilation
- ~ If it is extremely hot or cold outside, open windows for a few minutes every hour to bring in fresh air



Use fans to improve airflow

- ~ Place a fan near an open window blowing outside
- ~ Point fans away from people
- ~ Increase room air motion – operate ceiling fans, increase cross-ventilation



Turn on exhaust fans in kitchen and bath

- ~ Keep fans over stove and in bathroom on while visitors are in your home
- ~ Leave fans on for an hour after guests leave



Filter the air in your home

- ~ Set HVAC fan to on vs auto when you have visitors
- ~ Use pleated filters that fit
- ~ Install a higher efficiency filter
- ~ Change filter every 3 months or per manufacturer's instructions
- ~ Have the ventilation system inspected annually



Consider the use of filtration systems

- ~ Use a portable HEPA air cleaner appropriate to the size of the room
- ~ Attach a MERV 13 filter to a box fan (not placed in a window) to create a DIY portable air cleaner

Increased ventilation and filtration will reduce but not eliminate the risk for exposure.

Links to more resources:



HAGA MÁS SEGURO EL AIRE EN SU CASA

durante el Covid-19 aumentando
el flujo de aire y la filtración

La ventilación ayuda a reducir los niveles de partículas infecciosas en el aire. Esto es especialmente importante cuando está con personas que no pertenecen a su hogar inmediato.



Lleve aire fresco a su hogar

- ~ Abrir ventanas y puertas para aumentar la ventilación
- ~ Si hace mucho calor o frío afuera, abra las ventanas durante unos minutos cada hora para que entre aire fresco



Use ventiladores para mejorar el flujo de aire

- ~ Coloque un ventilador cerca de una ventana abierta que sopla afuera
- ~ Alejar a los ventiladores de las personas
- ~ Aumente el movimiento del aire de la habitación: opere los ventiladores de techo, aumente la ventilación cruzada



Encienda los extractores de aire en la cocina y el baño

- ~ Mantenga encendidos los ventiladores sobre la estufa y en el baño mientras los visitantes están en su casa
- ~ Deje los ventiladores encendidos durante una hora después de que los invitados se vayan



Filtra el aire de tu casa

- ~ Configure el ventilador HVAC en encendido frente a automático cuando tenga visitas
- ~ Use filtros plisados que se ajusten
- ~ Instale un filtro de mayor eficiencia
- ~ Cambie el filtro cada 3 meses o según las instrucciones del fabricante
- ~ Haga que el sistema de ventilación sea inspeccionado anualmente



Considere el uso de sistemas de filtración

- ~ Use un filtro de aire portátil HEPA apropiado para el tamaño de la habitación
- ~ Conecte un filtro MERV 13 a un ventilador de caja (no colocado en una ventana) para crear un filtro de aire portátil de bricolaje

El aumento de la ventilación y la filtración reducirá, pero no eliminará, el riesgo de exposición