

## **Demasiado Enfermo para la Escuela? Un mensaje de la Enfermería: ¡ES TEMPORADA DE GRIPE!**

- ¡¡¡POR FAVOR LEA ATENTAMENTE PARA PROTEGER A SUS HIJOS Y A LOS DEMÁS!!!

Por favor asegúrese de **actualizar su número de teléfono y contactos de emergencia** si hay cualquier cambio, para que la escuela de sus hijos pueda contactarle a usted o a otro adulto responsable durante el día, en caso de que su hijo necesite atención médica. (Esta es una regla importante que respetar *en cualquier momento* que su hijo esté en la escuela).

La temporada de gripe está al caer con la llegada del invierno. Usted no quiere que su hijo o hija falte a la escuela, pero tampoco quiere enviar a sus hijos enfermos a la escuela y poner a otros en peligro. *¿Cuándo deben quedarse sus hijos en casa?* Aquí hay unas normas generales a seguir:

Los enterovirus están asociados con varios síntomas, tanto ligeros como severos. EV-D68 causa principalmente enfermedades respiratorias aunque el alcance completo de la enfermedad aún no está claro. EV-D68 se aisló originalmente en 1962 y desde entonces se ha reportado rara vez en los Estados Unidos. No existen vacunas o tratamientos específicos para EV-D68 y los cuidados son solo de apoyo.

En general, los enterovirus tienen varios síntomas, incluyendo efectos ligeros en la respiración, fiebre, sarpullidos (dermatitis) y otros rasgos neurológicos. EV-D68 tiene síntomas respiratorios severos. No existe vacuna, el tratamiento depende de los síntomas, por lo que su prevención es muy importante. Para prevenir EV-D68 y los demás virus como influenza, todas las personas necesitan:

Epidemia de Meningitis es una inflamación de tejido que cubre la área cerebrales y espinal. Novena por ciento de casos de Meningitis son debidos a grupos comunes de un virus gastroenteritis, virus llamado enterovirus que es contagioso por medio de contacto directo o indirecto con manos sucias y objetos contaminados.

Para prevenir el EVD68 y el virus de Meningitis y otros virus como de influenza, uno tiene que tan solo:

\*Si Los niños tiene calentura, dolor de cabeza, náusea, y/o vómito hay que consultar a un Pediatra.

- **LAVARSE LAS MANOS ESTA ES LA CLAVE**
  - Lavarse las manos frecuentemente
  - Cubrirse al toser o estornudar
  - Mantener a los hijos en casa si están enfermos
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sucias (sin lavar)
  - Evitar besar, abrazar y compartir tazas o utensilios con personas enfermas
  - Desinfectar superficies que se toquen frecuentemente, como juguetes y manillas de puertas

Si usted o alguien en su familia tiene síntomas respiratorios severos, por favor contacte con su doctor y siga sus indicaciones.

- **¡RECUERDE A SUS HIJOS QUE USEN PAÑUELOS DE PAPEL PARA LIMPIARSE LA NARIZ, DESECHAR ESTOS PAÑUELOS TRAS USARLOS Y LAVARSE LAS MANOS INMEDIATAMENTE DESPUÉS!**
- Si sus hijos no están actuando “normal”, tienen dificultad al respirar o se están quedando deshidratados, podría haber un problema serio. Consulte a su médico inmediatamente. **¡RECUERDE A SUS HIJOS CUBRIRSE LA BOCA CON LA MANGA DEL BRAZO AL TOSER O ESTORNUDAR!**
- **POR FAVOR mantenga a sus hijos en casa mientras tengan fiebre y también 24 horas después de que haya pasado la fiebre sin tomar medicina para reducirla.** Sus hijos aún podrían ser **muy contagiosos.**

- **La diarrea y los vómitos** dejan a los niños muy incómodos y estar cerca de un baño es una prioridad. Si sus hijos tienen **repetidos episodios de diarrea y/o vómitos consulte con un doctor y mantenga a sus hijos fuera del colegio hasta que pase la enfermedad.**
- **Las infecciones de garganta y la fiebre escarlata** son dos enfermedades altamente contagiosas causadas por una infección bacteriana estreptocócica. Normalmente están acompañadas de dolor de garganta y fiebre alta. A veces también hay náuseas y dolor de cabeza. Después de entre doce (12) y cuarenta y ocho (48) horas del comienzo de la fiebre también pueden aparecer sarpullidos. **Los niños con infecciones de garganta o fiebre escarlata deben quedarse en casa y recibir antibióticos prescritos por un doctor. Tras 24 horas con antibióticos, los niños suelen dejar de ser contagiosos y pueden volver a la escuela si el doctor lo permite.**
- **La varicela**, una enfermedad vírica, no suele constituir una amenaza mortal para los niños pero es muy incómoda y extremadamente contagiosa. Si sus hijos tienen fiebre, picores y empiezan a mostrar puntos rosas o rojos (con núcleos acuosos) en la espalda, el pecho y/o la cara, existe la posibilidad de que tengan varicela. **Por favor informe a la escuela, esto es muy importante. Mantenga a sus hijos en casa por lo menos una semana.**
- **El sarampión (rubeola)** es una enfermedad vírica que ataca al sistema respiratorio de los niños causando una tos seca, debilidad general, ojos inflamados y fiebre. Si observa estos síntomas, mantenga a sus hijos en casa y consulte con su doctor inmediatamente para evitar complicaciones más graves. **Si se confirma que hay sarampión, por favor informe a la escuela para que podamos estar alerta de la presencia de estos síntomas en otros niños.** La dermatitis por sarampión tiene aspecto de pequeños bultos rojos duros que aparecen en la cara de los niños, tras sus orejas y por el cuerpo. **Puede que su doctor aconseje mantener a sus hijos en casa varios días después de desaparecer los sarpullidos.**
- **La conjuntivitis (pink eye)** es muy contagiosa e incómoda, preste atención si sus hijos se quejan de quemazón, picor o descargas blanquecinas en los ojos. Los casos menores (causados por un virus) y los más severos (causados por bacteria) requieren tratamiento con prescripción de gotas para ojos. **Es preferible mantener a sus hijos en casa hasta que su doctor aconseje que vuelvan a la escuela.**
- **Las infecciones de oído**, si no se tratan apropiadamente, pueden causar daños auditivos permanentes. En este caso también debe seguir la regla de 24 horas sobre la fiebre y terapia antibiótica.
- **Los piojos y ácaros**, al traerse a la casa o la escuela, pueden producir una epidemia de picor rápidamente. Los piojos son pequeños parásitos (como las garrapatas) que crecen en el cuero cabelludo de los niños y se alimentan absorbiendo sangre del mismo. **Avisen a sus hijos de que no usen los peines, cepillos, ropa o especialmente gorras de ningún otro niño.** Los ácaros son insectos pequeños similares a las arañas y garrapatas; tienden a irritar la piel y causar sarna. Si sus hijos se vuelven portadores de piojos o ácaros, pregunte a su doctor o enfermera de la escuela sobre el modo más efectivo de desinfectar a sus hijos *así como* su hogar. Tenemos una estrategia para los piojos en que los estudiantes son examinados tras todas las vacaciones en Middle School y High School y cada viernes en Elementary School. **Aconsejamos a los padres y madres que examinen el pelo de sus hijos periódicamente también. Si usted sospecha o encuentra piojos en el pelo de sus hijos, por favor notifique a la enfermera de la escuela.**
- **POR FAVOR, RECUERDE: TODAS LAS HERIDAS DEBEN ESTAR CUBIERTAS POR TIRITAS/TELA/ROPA. ADEMÁS, LAS HERIDAS ABIERTAS QUE EXPULSEN FLUÍDOS SIN PODER CONTENERSE CON TELA SON UN PELIGRO SANITARIO Y EL ESTUDIANTE DEBE**

PERMANECER EN CASA HASTA SER EXAMINADO POR UN DOCTOR O HASTA QUE LA SECRECIÓN ESTÉ CONTROLADA.

Si usted tiene alguna pregunta, por favor contacte con la enfermera de la escuela.

¡Queremos tener un ambiente sano y seguro para potenciar el aprendizaje y los logros académicos!