



Septiembre de 2009

Estimados Padres/Tutores:

Al empezar de nuevo la escuela, el Distrito Escolar y el Departamento de Servicios de Salud del Condado de Sonoma desean ofrecerles información acerca de las medidas que pueden tomar para evitar la transmisión de la gripe. Sus esfuerzos nos ayudan a mantener nuestras escuelas abiertas y funcionando normalmente. Habrá vacunas disponibles más adelante en el otoño y el Departamento de Servicios de Salud avisará al público cuando esto ocurra.

A consiguiente le damos unos pasos que puede tomar para ayudar evitar la transmisión de la gripe:

- **Enséñele a sus niños a lavarse las manos** con frecuencia con agua y jabón o con un desinfectante para las manos a base de alcohol. Usted puede ponerles un buen ejemplo al hacerlo también.
- **Enséñele a sus niños que no compartan sus cosas personales** como bebidas, comidas o utensilios sucios, y a taparse con un pañuelo desechable la boca al toser y la nariz al estornudar. Cuando no tengan a mano un pañuelo desechable, enséñele como taparse la cara con el codo, el brazo o la manga al toser o estornudar.
- **Aprenda a reconocer las señales y los síntomas de la gripe.** Los síntomas de la gripe incluyen fiebre (de 100 grados Fahrenheit, 37.8 grados o más alta), tos, dolor de garganta, secreción y congestión nasal, dolores de cuerpo y de cabeza, y fatiga. Algunas personas también vomitan o tienen diarrea. Los niños o miembros de su familia que tienen un alto riesgo de sufrir complicaciones por la gripe (tales como las mujeres embarazadas, personas con asma, diabetes, con el sistema inmunológico débil o que padecen de enfermedades neuromusculares) deben llamar a su proveedor de cuidado médico lo más pronto posible si se enferman para determinar si van a necesitar algún tratamiento.
- **No mande a sus niños a la escuela si están enfermos.** A cualquier niño que se determine que está enfermo *lo enviarán de vuelta a su casa.*
- **Mantenga a los niños enfermos en la casa** por lo menos 24 horas *después* de que se les haya quitado la fiebre sin haberles dado medicina para bajar la fiebre. El mantener en casa a los niños que tienen fiebre reducirá el número de personas que se pueden contagiar con el virus de la gripe.
- **Vacune a su niño** contra ambos, el virus de la gripe estacional y el virus de la influenza H1N1 de 2009 cuando se hagan disponibles las vacunas en otoño.

Si la gripe se convirtiese en un asunto más grave en nuestras escuelas o alrededor del Condado, el Departamento de Servicios de Salud, trabajando conjuntamente con el Distrito, podría tomar medidas adicionales para evitar la transmisión de la gripe, como por ejemplo:

- Preguntarle a los estudiantes y al personal escolar como se sienten cuando lleguen a la escuela para saber si tienen fiebre y síntomas de la gripe.
- Efectuar cambios para aumentar los espacios entre las personas en los salones al mover los escritorios para separarlos más; y posponer días de excursión.
- Aumentar el período de tiempo en que los estudiantes y personal escolar deben permanecer en sus casas y fuera de las escuelas a por lo menos 7 días si se ponen enfermos.
- Cerrar las escuelas si la situación se convierte en algo tan grave como para que el Oficial de Salud Pública autorice esa acción.
- Les seguiremos manteniendo informados sobre este asunto a lo largo del curso escolar.

Atentamente,

Barbara Vrankovich
Superintendent