

ADVERTENCIA SOBRE BROTE DE GRIPE

Dado que se han reportado brotes de gripe en [INSERTE NOMBRE DE CIUDAD/PUEBLO], es importante que trabajemos juntos y tomemos precauciones para mantener un ambiente saludable en las escuelas y entre nuestros hijos. Los virus se contraen fácilmente en las escuelas y las familias que tienen niños en edad escolar sufren más infecciones que otras, pues un tercio de los miembros de la familia se contagian cada año. A continuación se dan algunos consejos para mantener a su familia saludable:



frecuencia, los juguetes y otros artículos que se comparten normalmente

- Según los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), la vacunación es la primera línea de defensa para prevenir la gripe
 - Los estudiantes y padres, especialmente aquellos con condiciones médicas crónicas, deben vacunarse contra la gripe. Durante la época de gripes, nunca es tarde para vacunar a sus hijos. Usted también debe vacunarse contra la gripe para evitar contagiar a sus hijos
- Si su hijo o hija tiene gripe, debe quedarse en casa y no ir a la escuela
- Los estudiantes que pudiesen tener gripe, no deben participar en actividades deportivas, en el coro o en cualquier otra actividad que involucre un contacto cercano con otros
- Converse con sus hijos sobre la necesidad de practicar buenos hábitos de salud, incluyendo:
 - Lavarse las manos frecuentemente con jabón y agua tibia por al menos 20 segundos
 - Cubrirse la boca y nariz con un pañuelo desechable cuando se estornuda o tose
 - Evitar compartir bebidas, botellas de agua o cubiertos con otras personas
- Usted puede ayudar a mantener a sus hijos saludables desinfectando aquellas superficies que se tocan con frecuencia, los juguetes y otros artículos que se comparten normalmente
- Si le preocupan los síntomas de gripe de su hijo, llame a su doctor rápidamente. Si su hijo tiene una enfermedad crónica llame al médico de inmediato. Algunos niños pueden beneficiarse de los medicamentos antivirales, los cuales son prescritos por un médico y pueden ayudar a aminorar los síntomas y reducir el riesgo a complicaciones. Para que un medicamento antiviral sea efectivo debe ser tomado 12-48 horas después que los síntomas de la gripe hayan comenzado
- Si alguien de su familia contrae la gripe, el médico puede recetar medicamentos antivirales a otros miembros de la familia para evitar que se contagien
 - Para que tengan el efecto adecuado, los medicamentos antivirales deben tomarse dentro de las 48 horas siguientes a la manifestación de los síntomas
- Además, si sus hijos tienen gripe, deben quedarse en casa y no ir a la escuela, descansar y tomar muchos líquidos
- Notifíquelo a la enfermera de la escuela [INSERTE EL NOMBRE Y NÚMERO] si su hijo tiene gripe
- Monitorear la incidencia de gripe en [INSERTE EL NOMBRE DE LA ESCUELA] ayudará a mantener saludables a los estudiantes y a otros miembros de la comunidad
- [INSERTE EL NOMBRE DE LA ENFERMERA ESCOLAR Y NÚMERO] puede brindarle información adicional sobre la incidencia de gripe en [INSERTE EL NOMBRE DE LA CIUDAD O EL PUEBLO]

PARA MAYOR INFORMACIÓN SOBRE EL VIRUS DE LA INFLUENZA, VISITE WWW.CDC.GOV/FLU WWW.CDC.GOV/FLU

Este programa es patrocinado por el National Association of School Nurses (NASN) y respaldado por fondos donados por Roche.