



Influenza (Gripe)

Fecha: _____

Estimados padres:

La escuela de su hijo ha recibido informes que estudiantes han sido diagnosticados oficialmente con influenza. Esta carta es para proporcionar información sobre la influenza y cómo evitar la propagación de esta enfermedad.

El virus de la influenza se contagia fácilmente de persona a persona. Estornudar, toser o hablar producen gotitas infecciosas que eventualmente, hace contacto con la boca, nariz y mucosas de otra persona. Para decidir si desea traer a su hijo a la escuela, por favor considere lo siguiente:

Definitivamente mantener a su niño en casa para observación y tratamiento si tiene cualquiera de estos síntomas:

- Fiebre mas alta de 100° F y su hijo debe permanecer en casa hasta al menos 24 horas después de que ya no tengan fiebre. Esto se debe determinar sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre (cualquier medicamento que contenga ibuprofeno o paracetamol; *tylenol*).
- Vomitos (aunque una sola vez)
- Diarrea
- Escalofríos
- Sensación general de fatiga, malestar, debilidad o dolores musculares.
- Frecuente congestión (húmedo) o tos seca *crup*
- Dolor de garganta
- Lots of nasal congestion con mucha congestión nasal y frecuente soplo de nariz

Medidas preventivas:

- Lavarse las manos frecuentemente con jabón y agua tibia
- Evitar a las personas que están enfermas.
- Si usted está enferma, buscar atención médica de su proveedor médico
- Cubra su tos o estornudo, y si lo hace con un Kleenex, tírelo, no lo cargue
- Mantener a su niño saludable comiendo una dieta balanceada y ser activo. Hable con su médico sobre cómo obtener una vacuna contra la influenza.

A menudo, cuando un niño se despierta con quejas y dolores vagas (como comienzan el resfriado y gripe), es aconsejable observar a su hijo en casa por una o dos horas antes de decidir si debe o no llevar a la escuela. Su hijo debe ser físicamente capaces de participar en todas las actividades escolares al regresar a la escuela. Mantener a un niño enfermo en casa ayudará a minimizar la propagación de infecciones y virus en el salón. Reporte la ausencia de su hijo debido a la influenza o cualquier enfermedad a la escuela. Una nota del médico sería beneficiosa.

Se recomienda a todos los mayores de 6 meses de edad obtener una vacuna contra la influenza estacional cada año. Consulte con su médico sobre la necesidad de una vacuna contra la influenza para protegerse contra el virus de la influenza. Gracias de antemano por ayudarnos a mantener este año escolar tan saludable como sea posible.