



Holyoke Public Schools – 57 Suffolk Street - Holyoke, Massachusetts 01040

Tel. (413) 534-2005 Fax. (413) 534-2297

ecarballo@hps.holyoke.ma.us

Dr. Eduardo B. Carballo, Superintendent of Schools

21 de septiembre 2009

Estimados padres y tutores legales:

Como padres, ustedes desean hacer todo lo posible para proteger a sus hijos de la gripe. Esto es especialmente importante cuando se está propagando una nueva gripe como la H1N1. Como ya deben saber, la gripe se transmite fácilmente de una persona a otra. Es importante recordar que *cualquier* virus de gripe puede provocar una enfermedad grave. Este otoño esperamos que haya casos tanto de gripe estacional como de H1N1.

Queremos trabajar con ustedes para proteger la salud de los alumnos y brindarles la educación que se merecen. Para eso, vamos a prevenir la propagación de la gripe en las escuelas para mantenerlas abiertas. Es importante que les enseñe a sus hijos cómo reducir el riesgo de contraer la gripe y cómo proteger a los demás para que no se infecten. Si todos adoptamos buenas prácticas de higiene, podemos limitar la propagación de la gripe en nuestras escuelas.

¿Qué puedo hacer para evitar que mi hijo se enferme?

- **Vacune a su hijo contra la gripe estacional y contra la H1N1.** La vacunación es el mejor modo de evitar que su hijo contraiga la gripe.
- **Enséñeles a sus hijos a lavarse las manos con frecuencia.** Lo ideal es lavarse con jabón y agua caliente durante al menos 20 segundos (es aproximadamente lo que lleva cantar el “Feliz Cumpleaños” dos veces).
- **Enséñeles a sus hijos a usar desinfectante para manos.** Los geles, las soluciones y las toallas para manos funcionan bien siempre y cuando contengan al menos 60% de alcohol.
- **Enséñeles a sus hijos a toser o estornudar hacia el codo, ¡no hacia las manos!** Cuando tosan o estornuden deben cubrirse con pañuelos descartables o con la parte interna del codo. Deben lavarse las manos después de sonarse la nariz o de cubrirse con un pañuelo al toser.
- **Enséñeles a sus hijos a evitar tocarse la nariz, la boca y los ojos.** Deben mantener las manos alejadas de la cara.

¿Qué debo hacer si mi hijo se enferma?

Si cree que su hijo contrajo la gripe:

- Mantenga a su hijo en su casa. Es muy importante que su hijo no vaya a la escuela ni a otros lugares donde podría contagiar el virus de la gripe a otras personas, como guarderías infantiles, programas extraescolares, el centro comercial o eventos deportivos.
- Llame al consultorio de su médico e infórmele sobre los síntomas y la historia clínica de su hijo. Su médico le indicará si debe ir al consultorio.
- Llame a la escuela de su hijo para informar que está enfermo e indíquele a la enfermera de la escuela que su hijo tiene síntomas gripales.
- Mantenga informado a la enfermera de la escuela sobre la salud de su hijo.
- No le dé a su hijo pequeño o adolescente (de 18 años de edad o menor) aspirina ni productos que contengan aspirina debido a una enfermedad inusual pero grave llamada síndrome de Reye.
- Todas las personas que tengan síntomas gripales deben permanecer en su casa durante al menos 24 horas después de que se haya ido la fiebre, sin usar medicamentos para bajar la fiebre. Estos medicamentos incluyen Motrin o Advil (ibuprofeno), Tylenol (paracetamol) o una marca propia.

“A community working together to prepare our students for their future”

- No se permite que las escuelas acepten una nota de un médico que recomiende el regreso de un niño con síntomas gripales a la escuela antes del período indicado anteriormente.

¿Qué precauciones se están tomando en las escuelas?

- Las enfermeras y los docentes de las escuelas continuarán enseñándoles a los alumnos a lavarse las manos y a cubrirse al toser y estornudar.
- Las enfermeras de las escuelas realizarán un seguimiento de los alumnos que presenten síntomas gripales para identificar rápidamente brotes potenciales.
- Las enfermeras de las escuelas están trabajando de cerca con las autoridades de salud pública locales y estatales a medida que surgen inquietudes.

¿Dónde puedo conseguir más información?

- En el sitio web del Departamento de Salud Pública de Massachusetts: www.mass.gov/dph/swineflu
- A través del 211, la línea informativa del Departamento de Salud Pública de Massachusetts
- En el sitio web del Departamento de las Escuelas Publicas de Holyoke: www.hps.holyoke.ma.us

Sinceramente,

Eduardo B. Carballo
Superintendente

Lista de control de síntomas de la gripe para familias y escuelas

Los principales síntomas de influenza (gripe) son **fiebre y tos o dolor de garganta**. Hay gente que también presenta secreción nasal, dolores corporales, dolor de cabeza, escalofríos y sensación de fatiga. Algunos también tienen diarrea y vómitos. Lo más importante que puede hacer para evitar que la gripe se propague por la comunidad es mantener a su niño en su casa cuando esté enfermo.

¿DEBO MANTENER A MI HIJO EN CASA?		
Sí	No	¿Su niño ha tenido fiebre de 38 °C (100.4 °F) o más en las últimas 24 horas?
Sí	No	¿Su niño tiene tos O dolor de garganta?
Si respondió <u>SÍ</u> a las <u>dos preguntas</u> anteriores, mantenga a su niño en su casa. Su hijo tiene una enfermedad que parece gripe.		
¿MI HIJO PUEDE VOLVER A LA ESCUELA?		
Sí	No	¿Su niño ha tenido fiebre de 38 °C (100.4 °F) o más en las últimas 24 horas?
Sí	No	¿Su niño ha tomado paracetamol (Tylenol) o ibuprofeno (Motrin o Advil) en las últimas 24 horas?
Si respondió <u>NO</u> a las <u>dos preguntas</u> anteriores, su niño puede volver a la escuela.		
<p>Si respondió <u>SÍ</u> a una de las preguntas anteriores, su niño NO PUEDE volver a la escuela. Mantenga a su niño en su casa durante al menos otro día para observar síntomas adicionales. Luego use las preguntas de la lista de control para decidir si su niño se debe seguir quedando en su casa.</p>		