

Estimado Padres,

Como usted puede saber, la gripe puede ser esparcida fácilmente de persona a persona. Por lo tanto, tomamos pasos para reducir la extensión de gripe en Distrito Escolar Unifido de Southern Humboldt. Queremos mantener las escuelas abiertas para los estudiantes y funcionando en una manera normal durante esta temporada de gripe. **Pero, necesitamos su ayuda para hacer esto.**

Estamos trabajando de cerca con el Departamento de Salud del Condado de Humboldt vigilando las condiciones de gripe y haciendo decisiones acerca los mejores pasos a tomar con respecto a las escuelas. Nosotros le mantendremos informado en cuanto a nuevas noticias.

Por ahora hacemos todo lo que podemos para mantener nuestras escuelas funciona como de costumbre. Aquí están unas pocas cosas que usted puede hacer para ayudar:

- **Enseñe a sus niños a lavar las manos frecuentemente** con jabón y agua o un frotador de alcohol para las manos (gel desinfectante para manos). Algunos salones de clases tienen jabón y agua, si no lo tiene estaremos utilizando el frotador de alcohol para las manos (gel desinfectante para manos) como es recomendado por Los Centros del Control de Infecciones y el Prevenir. Por favor de comunicarse con la escuela si usted no esta de acuerdo en que su hijo(a) utilice este desinfectante en la ausencia del jabón y el agua. Usted puede poner un buen ejemplo haciendo lo mismo.
- **Enseñe a sus niños a no compartir artículos personales** como bebidas, ni utensilios sucios, y cubrirse su boca al toser y su nariz al estornudar con servilletas de papel. Encubriendo sus toses o los estornudos utilizando el codo, el brazo o la manga en vez de la mano cuando una servilleta de papel no esta disponibles. Asegure de que su hijo(a) se laven las manos después de destornudar para remover microbios.
- **Sepa los signos y síntomas de la gripe.** Los síntomas de la gripe incluyen (100 grados Fahrenheit, 37.8 grado Centígrados o más), tos, dolor de garganta, una nariz liquida o congestionada, dolores de cuerpo, dolor de cabeza, y sintiéndose muy cansado. Algunas personas tambien se vomitan o adquieren diarrea.
- **Mantenga a los niños enfermos en casa.** Por lo menos 24 horas después de que ellos ya no tengan fiebre y hayan parado de tomas su medicina para síntomas de gripe. **Esto requerirá que los estudiantes se queden en casa por lo menos 3-5 días.** Mantener a los niños con fiebre en casa reduce el número de personas que pueden ser infectadas.
- **No envía a los niños a la escuela si están enfermos.** Cualquier estudiante que sea determinado a estar enfermo mientras este en la escuela será enviado a casa.
- **Vacune a los niños para la Influenza del otoño e invierno y la Influenza H1N1 tipo A. (Influenza porcina, gripe porcina).** Los Centros de Control de Infecciones y el Prevenir nos dan a saber que los mas afectados a la gripe son los jóvenes.

**Si la gripe llega a ser más severa,** nosotros podemos tomar pasos adicionales para prevenir el contagio como:

- Investigado fiebre activa, síntomas de gripe en los estudiantes y personal que trabajan el las escuelas en cuanto llegan a la escuela.
- Haciendo los cambios para aumentar el espacio entre las personas, como mover los escritorios más lejos y posponiendo los viajes para las estudiantes.
- Despidiendo a los estudiantes de la escuela por lo menos 7 días si se enferman.

Para mas información sobre la gripe viste [www.flu.gov](http://www.flu.gov), o llame 1-800-CDC-INFO para la información más sobre la gripe. Para mas información sobre la gripe en nuestra comunidad y lo que nuestro Distrito Escolar esta haciendo, llame al Robin Correll, RN, 923-2526. Nosotros le notificaremos de algún cambio adicional o estrategia en nuestras escuelas para prevenir la extensión de gripe.

Sinceramente,