

## **PORQUE NOS PREOCUPAMOS POR SU HIJO...**

Coordinamos con el distrito de salud local en la protección de los niños contra ciertos síntomas de enfermedades transmisibles.

Si su hijo tiene alguno de estos síntomas, por favor, manténgalo en casa, o hacer arreglos apropiados de cuidado infantil.

- APARENCIA, COMPORTAMIENTO – inusualmente cansado, pálido, falta de apetito. Esto es razón suficiente para excluir a un niño de la escuela
- Tos productiva, estornudos
- Dolor de cabeza, dolor del cuerpo, dolor del oído.
- OJOS – mucosidad espesa o pus en los ojos, lagrimeo excesivo, o enrojecimiento de los ojos (conjuntivitis).
- FIEBRE –
  - Tiene fiebre de 100.4 por arriba
  - Mantenga a su hijo en casa hasta que su fiebre haya desaparecido por 24 horas sin medicación.
  - Los resfríos pueden ser contagiosos durante al menos 48 horas.
  - Regresar a la escuela antes de tiempo puede retrasar el proceso de recuperación y exponer innecesariamente a otros a la enfermedad.
- LAS DESCARGAS NASALES VERDOSO, Y / O TOS CRÓNICA - debe ser visto por un médico. Estas condiciones pueden ser contagiosas y requieren tratamiento.
- DOLOR DE GARGANTA - especialmente con fiebre o glándulas inflamadas en el cuello.
- DIARREA - 3 o más deposiciones acuosas en un período de 24 horas, especialmente si el niño actúa o parece enfermo.
- VOMITOS - ha estado vomitando en las últimas 24 horas.
- ERUPCION - Cuerpo erupción, especialmente con fiebre o picazón. (Dermatitis del pañal, erupciones de calor y reacciones alérgicas no son contagiosas).
- INFECCIONES DEL OÍDO sin fiebre - no necesita ser excluido, pero el niño tiene que recibir tratamiento médico y seguimiento. Las infecciones no tratadas pueden causar pérdida de oído permanente de la audición.
- PIOJOS, SARNA - los niños no pueden regresar a la escuela hasta que se hayan tratado correctamente.

### **¿Mi hijo tiene la gripe?**

• La gripe es grave! Llame a su pediatra a la primera señal de síntomas de la gripe, que generalmente **aparecen de forma súbita**, en particular:

- Fiebre alta
- Escalofríos
- Dolor de cabeza, dolor de cuerpo, dolor de oído
- Náuseas, vómitos
- Tos seca

Si no está seguro de cuál es la mejor manera de tratar el resfriado de tu hijo o de la gripe, consulte con su enfermera, doctor, farmacéutico, o profesional de la salud.

### **¿Cómo puedo evitar que mi hijo contraiga un resfriado?**

- Enseñe a su hijo a lavarse las manos con frecuencia con abundante jabón y agua tibia. El lavado adecuado de manos debe tomar alrededor de 20 segundos o el tiempo que se tarda en cantar "Feliz Cumpleaños" dos veces
- Enseñe a su hijo a cubrirse con un pañuelo o la manga al toser o estornudar
- Mantenga el ambiente donde está su hijo libre de tabaco
- Trate de reducir al mínimo el tiempo que su hijo pasa con otros niños con tos o síntomas de resfriado
- Mantenga un informe examen anual de salud para seguir los cambios en la salud de su hijo
- Mantenga al día todas las vacunas de su hijo (las directrices del Centro para el Control y la Prevención ahora recomiendan una vacuna contra la gripe para la mayoría de los niños de 6 meses hasta los 19 años)
- Sirva una dieta balanceada con muchas frutas y verduras. Dando una vitamina diaria puede ser recomendado por su pediatra
- Después de que su niño se sienta mejor, limpie todas las superficies, lavar la ropa de cama y ventile la habitación
- Mantenga limpias las superficies como perillas de puertas, teléfonos, controles remotos, juguetes, y teclados
- Siempre asegúrese de consultar a su médico o enfermera si tiene alguna pregunta

### **SI EL NIÑO PRESENTA ALGUNO DE LOS SÍNTOMAS ANTERIORES EN LA ESCUELA, SERÁ NECESARY A RECOGERLO DE LA ESCUELA.**

- Llevar a un niño a la escuela con cualquiera de los síntomas anteriores pone a los niños y el personal en riesgo de contraer la enfermedad.
- Si todos los padres mantienen a sus hijos enfermos en casa, vamos a tener niños más fuertes, más sanos y más felices.
- Si bien lamentamos cualquier inconveniente que esto pueda causar, a largo plazo esto significa menos días de trabajo perdidos y menos enfermedades para los padres también.
- Ciertas condiciones pueden requerir una nota del doctor para regresar. Si usted tiene alguna pregunta, llame a la enfermera de la escuela.

**Gracias,**

**Distrito Escolar de Lynden N ° 504  
Personal de Salud**