



11 de enero 2019

Estimados padres de familia y maestros:

Es la temporada de la gripa y los resfríos. Estamos recibiendo reportes de un número aumentado de enfermedades. Por favor ayude a reducir la propagación de enfermedades como los resfríos, infecciones de la garganta por estreptococo y la influenza (la gripa).

La influenza causa más hospitalizaciones de los niños pequeños que cualquier otra enfermedad que se puede prevenir por vacuna. **La mejor manera de protegerse contra la gripa y las complicaciones graves que puedan sufrir los niños si se enferman de la gripa es vacunarse contra la gripa cada año. La vacuna contra gripa se recomienda a todos los niños de 6 meses y mayor.**

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades [CDC] recomienda que las personas practiquen estas medidas preventivas todos los días:

- Si Ud. o su hijo/a se enferma, los CDC recomienda que:
 - Usted (o su hijo/a) se queda en casa por lo menos 24 horas después de que ya no tiene fiebre o vomito, excepto para recibir atención médica.
 - Debe estar sin fiebre sin tener que usar medicamento para reducirla.
- Intentar de evitar contacto cercano con personas enfermas.
- Lavar las manos frecuentemente con jabón y agua.
 - Si no tiene acceso a jabón y agua, use un antiséptico de mano con alcohol.
- Tapa la nariz y boca con papel cuando tose o estornuda.
 - Tirar el papel a la basura después de usarlo.
- Evitar tocando los ojos, la nariz y la boca. Los gérmenes se propagan así.
- Lavar y desinfectar superficies y objetos que pueden ser contaminados con gérmenes.
- Limitar contacto con otras personas cuando está enfermo/a para evitar contagiar a los demás.

Los padres de familia deben consultar un doctor sobre cualquier preocupación de salud continua y debe irse a la sala de emergencias si algún miembro de la familia tiene dificultades para respirar.

Para información adicional o para vacunar a su hijo/a contra la gripa, visite su doctor o llame al Departamento de Salud de la Ciudad de Menasha al (920) 967-3520.

Atentamente,

Nancy McKenney, RDH, MS, La Directora de Salud Pública
El Departamento de Salud de la Ciudad de Menasha

Referencias:

<http://www.cdc.gov/flu/school/index.htm>
<http://www.cdc.gov/flu/parents/>

<http://www.cdc.gov/ounceofprevention/> /
<http://www.cdc.gov/features/evd68/>