

⇒ **Practique buenos hábitos de salud.**

- Limpie y desinfecte las superficies frecuentemente tocadas en el hogar, el trabajo o la escuela, especialmente cuando alguien está enfermo. Duerma lo suficiente, haga actividad física, controle el estrés, beba muchos líquidos y coma alimentos nutritivos.

Para obtener más información, visite el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles:

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>

Con el fin de mantener un plantel seguro y saludable, TCUSD pide a nuestras familias que sigan estas reglas y requisitos para mantener a sus estudiantes en casa y no en la escuela:

- Fiebre de 100 grados o más
- Los estudiantes deben estar libres de fiebre sin medicamentos (como Tylenol o Motrin) durante al menos 24 horas antes de regresar a la escuela.
- Vómitos y/o diarrea. El estudiante puede regresar a la escuela 24 horas después del último episodio
- Tos o jadeo incontrolables o falta de respiración
- Sospecha de enfermedad contagiosa (por ejemplo, varicela)
- Sospecha de infección
- Una erupción de origen desconocido: el estudiante puede regresar a la escuela cuando se recibe una autorización por escrito del proveedor de atención médica
- Los estudiantes deben quedarse en casa durante las primeras 24 horas con antibióticos.

Por último, según la recomendación del Dr. Reynaldo del Programa de Control de Enfermedades Agudas Transmisibles, una subdivisión del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles, TCUSD no respalda la idea de que estudiantes o personal sanos usen máscaras por las siguientes razones:

- Cuando se usan máscaras, las personas tienden a llevarse las manos a la boca y a la nariz con más frecuencia que cuando no las usan, lo que a su vez contribuye a la propagación de la enfermedad.
- Se usarán máscaras para los estudiantes que se enfermen y necesiten ser aislados antes de ir a casa, si los estudiantes sanos usan estas máscaras, puede surgir la confusión al tratar las necesidades de los estudiantes.

Para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad durante la temporada de gripe y la preocupación de este nuevo virus 2019-nCoV, TCUSD continuará tomando las siguientes medidas preventivas:

- Limpiar y desinfectar las computadoras de escritorio todos los días
- Permitir y alentar a los estudiantes y al personal a lavarse las manos con frecuencia o usar desinfectante para manos cuando no sea posible lavarse las manos (los planteles estarán equipados con desinfectante para manos)
- Recuerde a los estudiantes y al personal toser o estornudar con en el codo doblado o cubrir con un pañuelo
- Deseche inmediatamente los pañuelos de papel usados (no los reutilice)
- Enviar a casa a cualquier miembro del personal o estudiante que presente signos de enfermedad como fiebre y/o tos severa
- Indique a todo el personal y estudiantes con enfermedades que sigan la regla de que cualquier persona con síntomas debe estar libre de fiebre (sin medicamentos) durante 24 horas antes de regresar al plantel.

El personal de TCUSD continuará monitoreando de cerca la situación con respecto a este nuevo virus y otras preocupaciones relacionadas con la salud que ocurran durante esta temporada de gripe. Si es necesario, TCUSD trabajará con las agencias de atención médica correspondientes y proporcionará nueva información. Por favor, tenga en cuenta que la seguridad de nuestros estudiantes y personal es nuestra principal prioridad. Si todos seguimos estos importantes consejos, podemos ayudar a mantener nuestra comunidad saludable. Por favor comparta esta información con sus vecinos de su comunidad y con cualquier persona que pase tiempo con sus hijos.

Gracias por su cooperación.

Sinceramente,

Kimberly Fricker

Kimberly Fricker, Ed.D.

Superintendente