

Junta de Educación del Condado de Blount

Oficina de Salud Escolar

MANTENER NUESTRAS ESCUELAS SALUDABLES

A continuación se encuentran pautas de exclusión de estudiantes y personal y consejos preventivos para mantener un ambiente escolar saludable.

Síntomas de la gripe: Fiebre (*es importante tener en cuenta que no todas las personas con gripe tendrán fiebre*), escalofríos, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores musculares o corporales, dolores de cabeza, fatiga (cansancio), vómitos y diarrea. Si su hijo experimenta uno o más de estos síntomas, es recomendable que se comunique con su médico. Cualquiera puede contraer gripe y pueden ocurrir complicaciones graves a cualquier edad.

Pautas de exclusión de la escuela:

Fiebre - 100°F (37,8°C) o más: mantenga a su hijo en casa hasta que esté **libre de fiebre** durante 24 horas **sin medicamentos para reducir la fiebre** (como Tylenol, Ibuprofeno, etc.).

Vómitos- mantenga a su hijo en casa hasta que esté libre de síntomas durante 24 horas sin medicamentos antieméticos (Phenergan, Zofran, Emetrol, Pepto-Bismol, etc.).

Diarrea- mantenga a su hijo en casa hasta que esté libre de síntomas durante 24 horas sin medicamentos antidiarreicos (Imodium, Kaopectate, Pepto-Bismol, etc.).

Toser- Los estudiantes con tos excesiva, que contribuya a la imposibilidad de participar en el trabajo de clase, deberán permanecer en casa hasta que los episodios se resuelvan.

Rinorrea- Los estudiantes que no puedan controlar sus secreciones y/o tengan secreciones verdes o amarillas deben quedarse en casa hasta que los síntomas desaparezcan.

MANTENERSE SALUDABLE – La gripe se propaga fácilmente (Consejos de los CDC)

Las personas que tienen gripe suelen tener secreción nasal, toser y estornudar. El virus de la gripe puede transmitirse en las gotitas que salen de la tos y los estornudos. Otras personas pueden contraer la gripe al respirar estas gotitas por la nariz o la boca o al tocar superficies contaminadas con el virus de la gripe y luego tocarse la nariz o la boca. (www.cdc.gov/flu)

CUBRE TU TOS Y ESTORNUDOS (Cúbrete siempre la boca o la nariz con el brazo o con un pañuelo desechable. Deséchalo inmediatamente).

LÁVESE LAS MANOS (al menos 20 segundos bajo agua corriente).

ÁREAS DE VIDA Y TRABAJO LIMPIAS (use desinfectantes, no comparta ropa de cama, utensilios ni platos).

MANTENGA SU DISTANCIA (evite las aglomeraciones, evite dar la mano y mantenga la distancia con quienes presenten síntomas de gripe).