



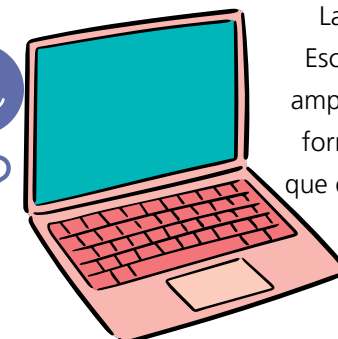
POR LA SALUD DE ELLOS

Primavera 2025
Escuelas Primarias

una publicación trimestral de su equipo de la Salud Escolar

¡CÓMO PUEDES AYUDAR A TU HIJO A LIDIAR CON EL ESTRÉS!

La escuela puede ser estresante para algunos niños. Ayudarlos a afrontar el estrés de forma saludable. Los padres pueden ayudar estando disponibles para sus hijos y ayudándolos a navegar diferentes obstáculos en la escuela. Puede ser tan simple como ayudarlos a practicar la respiración tranquila y la meditación. Haga clic en el título para obtener más consejos útiles.



TODO SOBRE LAS PREGUNTAS Y RECURSOS DE SALUD ESCOLAR DEL DCS

¿Alguna vez se ha preguntado dónde puede encontrar el formulario de consentimiento para medicamentos del DCS, el formulario físico para deportes y las preguntas frecuentes?

La página web del Programa de Salud Escolar del Condado de Dare ofrece una amplia variedad de información, recursos y formularios importantes de Salud Escolar que están disponibles convenientemente en línea. Compruébalo en línea

SEGURIDAD DEL ASIENTO DE NIÑOS

Un asiento de seguridad para niños es importante. Actúa como una barrera protectora diseñada específicamente para el tamaño más pequeño y cuerpos en desarrollo. Reduce el riesgo de lesiones graves o la muerte de un niño en un accidente automovilístico, especialmente cuando se usa correctamente según las pautas de edad y peso. Utilice el enlace de este sitio web en el título para ayudar a determinar qué asiento es mejor para su hijo.

DIENTES SANOS 101

Nunca es demasiado temprano para que los niños comiencen a aprender a practicar buenos hábitos de higiene dental. La constancia es clave para formar el hábito de cepillarse los dientes, usar hilo dental y visitar al dentista con regularidad. Es mucho más probable que su hijo tenga dientes fuertes y sanos durante toda su vida con una buena higiene bucal ahora. Haga clic en el enlace del título para obtener más información.



EL 7 DE MAYO ES EL DÍA DE CONCIENCIA SOBRE LA SALUD MENTAL DE LOS NIÑOS

La salud mental de los niños es una parte importante de su salud general. Esto incluye su bienestar emocional, psicológico y social. La salud mental afecta cómo pensamos, sentimos y nos comportamos. Hay maneras de ayudar a apoyar a su hijo, afrontar los desafíos juntos y brindarle ayuda cuando la necesite. Siga el enlace en el título para obtener más información.



For digital copies of this and other Dare County School Health Newsletters, scan the QR code with your smart phone's camera.

Las Enfermeras Escolares del Condado de Dare

Cape Hatteras Elementary
252.995.6196 x3606

Cape Hatteras Secondary
252.995.5730 x3006

First Flight Elem School
252.441.1111 x2062

First Flight Middle School
252.441.8888 x2206

First Flight High School
252.449.7000 x2495

Kitty Hawk Elem School
252.261.2313 x1625

Manteo Elem School
252.473.2742 x1406

Manteo Middle School
252.473.5549 x1207

Manteo High School
252.473.5841 x1051

Nags Head Elem School
252.480.8880 x1806

School Health Supervisor
252.475.5071

¿Sabías que los niños sanos aprenden mejor?

El Condado de Dare ofrece un programa de salud escolar coordinado a sus estudiantes a través de una asociación entre el Departamento de Salud y Servicios Humanos del condado de Dare y las escuelas del Condado de Dare. Como parte de este programa, las enfermeras escolares están ubicadas en cada escuela del Condado de Dare.

**FELICIDADES A LA
ESCUELA SECUNDARIA DE MANTEO Y LA ESCUELA PRIMARIA FIRST FLIGHT
POR TENER EL PORCENTAJE MÁS ALTO DE PARTICIPACIÓN DE EMPLEADOS EN
NUESTRO RETO DEL BIENESTAR DE MARZO!**

CÓMO MANEJAR UNA QUEMADURA SOLAR

Las quemaduras solares pueden ocurrir dentro de los 15 minutos posteriores a la exposición al sol sin protección. Prevenir una quemadura solar usando ropa protectora solar, aplicando 30 SPF treinta minutos antes de exponerse al sol, usar sombrero y gafas de sol y buscar la sombra. Siga estos pasos si su hijo accidentalmente se quema con el sol:

- Salga del sol. Manténgase cubierto si debe salir.
- Refresquese: aplique agua fría (no helada) o compresas.
- Manténgase hidratado: tome más líquidos.
- Ayúdelos a sentirse cómodos con cremas hidratantes y analgésicos de alivio sin receta.

LISTA DE VERIFICACIÓN DE SEGURIDAD DE LOS MEDICAMENTOS: ¿CÓMO PUEDO MANTENER LOS MEDICAMENTOS SEGUROS EN CASA?

Mantener a nuestros hijos seguros es una de nuestras principales prioridades como padres. ¿Sabías que los medicamentos son la principal causa de intoxicación infantil? Mantener los medicamentos y otras sustancias dañinas fuera del alcance de los niños es una parte importante para mantener a nuestros hijos seguros. Para obtener consejos importantes sobre la seguridad de los medicamentos, visite el enlace en el título.



OTRO CHEQUEO ANUAL?

La Academia Americana de Pediatría (AAP) recomienda visitas del Bienestar del Niño para bebés y niños pequeños en edades específicas, incluyendo a los 3 a 5 días de nacidos y luego a intervalos regulares durante los primeros 30 meses. Las visitas anuales comienzan a los 3 años de edad y se recomiendan hasta los 21 años de edad.

¿Por qué son importantes los chequeos anuales para los niños?

1. Seguimiento de su crecimiento y desarrollo.
2. Identificar posibles problemas de salud a tiempo
3. Garantizar que reciban las vacunas necesarias.
4. Ofrece una oportunidad para hablar sobre inquietudes.
5. Construye una relación de confianza con su proveedor médico.

Thank you to Nurse Anna (FFES) for the information in our Spring 2025 newsletter.



Condado de Dare

Departamento de Salud y Servicios Humanos

PO Box 669 | Manteo, NC 27954

Salud 252.475.5003 | Servicios Sociales 252.475.5500

Servicios de Veteranos 252.475.5604 | DareNC.gov/HHS