

INFORMACIÓN DE SALUD

INFORMACIÓN DE DETECCIÓN

La buena salud es esencial para un aprendizaje eficaz y se reconoce desde hace tiempo como un objetivo valioso de la educación. Debido a la importancia de una salud óptima para nuestros alumnos, las Escuelas Públicas del Condado de Roanoke ofrecen ciertos exámenes de salud.

Gracias a la colaboración de enfermeras escolares, logopedas y demás personal escolar, los programas de evaluación se programan de acuerdo con los procedimientos establecidos por el Departamento de Educación del Estado para la implementación de las Leyes Escolares §22.1-270 y §22.1-273. A continuación, se detallan las diferentes evaluaciones y los grados en los que se realizan. Estas evaluaciones se programarán dentro de los 60 días hábiles posteriores a la matriculación en kínder y para todos los estudiantes nuevos en las Escuelas Públicas del Condado de Roanoke, independientemente del grado, que no cuenten con documentación de una evaluación reciente.

Los padres recibirán un informe escrito de cualquier deficiencia descubierta a través de este proceso de evaluación.

- Visión – Grados: PK – K, 3, 7 y 10
- Audición – Grados: PK – K, 3, 7 y 10
- Habla, voz y lenguaje - Jardín de infancia
- Función motora fina y gruesa – Jardín de infancia

INFORMACIÓN SOBRE ESCOLIOSIS -

Para padres de estudiantes de 5.º a 10.º grado

- La escoliosis es una curvatura lateral de la columna vertebral. Una de cada diez personas padecerá escoliosis. De dos a tres de cada cien personas presentarán una afección progresiva. En uno de cada mil casos, podría ser necesaria la cirugía.
- Los signos frecuentes son un omóplato prominente, niveles desiguales de cadera y hombros, distancia desigual entre los brazos y el cuerpo, ropa que no cuelga bien.

El 80% de los casos de escoliosis son idiopáticos (de causa desconocida). La escoliosis tiende a ser hereditaria y afecta más a las niñas que a los niños.

La curvatura espinal se corrige mejor cuando el cuerpo de una persona joven aún está en crecimiento y puede responder a un tratamiento o a una combinación de ellos (ejercicio, corsé, etc.). Los casos leves pueden no requerir tratamiento, pero deben ser monitoreados.

Generalmente sin dolor en sus primeros años, la escoliosis puede progresar rápidamente durante el crecimiento. Las curvaturas moderadas a severas continuarán progresando en la edad adulta y pueden aumentar con cada embarazo. Si no se trata, la escoliosis puede causar deformidad física evidente, dolor, síntomas artríticos, complicaciones cardíacas y pulmonares, y puede limitar las actividades.

La cifosis (espalda curvada) puede presentarse en adolescentes en desarrollo. Se debe realizar una evaluación y posiblemente necesite tratamiento.

- Si tiene inquietudes sobre la postura de su hijo o el desarrollo de la columna vertebral, puede comunicarse con el médico de su hijo o la enfermera de la escuela para programar una evaluación.

INFORMACIÓN SOBRE EL ASMA. La

legislación del año 2000, el Proyecto de Ley 1010 de la Cámara de Representantes, aborda la posesión y autoadministración de medicamentos inhalados para el asma por parte de los estudiantes. La política escolar actual permite a los estudiantes con asma llevar consigo medicamentos inhalados con la autorización de sus padres. Sin embargo, la ley exige que todo estudiante con asma que lleve un inhalador tenga un "Plan de Acción para el Cuidado de la Salud del Asma y Autorización para el Uso de Medicamentos".

Si su hijo/a tiene asma y necesita llevar un inhalador a la escuela, por favor, llame a la escuela y deje un mensaje para que la enfermera escolar asignada le llame con respecto al asma. Deje todos los números (casa, trabajo, celular) para que pueda contactarle lo antes posible. Ella iniciará el proceso para obtener la documentación necesaria.

Los padres también pueden acceder al Plan de Acción contra el Asma visitando www.rcps.us; Vaya a departamentos y seleccione Servicios de Salud; haga clic en formularios.

INFORMACIÓN SOBRE ALERGIAS GRAVES

Si su hijo tiene una alergia potencialmente mortal, es responsabilidad de los padres proporcionarle medicamentos de emergencia como Benadryl y epinefrina (Epi-pen).

Los padres también pueden acceder al Plan de Acción contra las Alergias visitando www.rcps.us; Vaya a departamentos y seleccione Servicios de Salud; haga clic en formularios.

ELIMINACIÓN DE MEDICAMENTOS

Existen varios métodos aceptables para desechar medicamentos: • Utilizar programas

de recogida de medicamentos. Contacte con la policía local para ver si patrocinan programas. Las autoridades locales de gestión de residuos también pueden ser un recurso.

- Transfiera los medicamentos no utilizados a los recolectores registrados por la DEA (Administración Antidrogas de Estados Unidos). Para encontrar un recolector en su zona, visite la [Oficina de Control de Desvíos de la DEA \(Administración Antidrogas del Departamento de Justicia de Estados Unidos\)](#). Entre los ejemplos de recolectores se incluyen farmacias minoristas, farmacias de hospitales o clínicas, lugares de aplicación de la ley, programas de devolución por correo o puntos de recolección.

Si no hay recolectores autorizados por la DEA o programas de devolución de medicamentos en su área, también puede seguir estos sencillos pasos para desechar la mayoría de los medicamentos en la basura doméstica.

1. Mezcle medicamentos (no triture las tabletas ni las cápsulas) con una sustancia desagradable como tierra, arena para gatos o posos de café usados;
2. Coloque la mezcla en un recipiente como una bolsa de plástico sellada;
3. Tire el envase a la basura doméstica;
4. Tache toda la información personal de la etiqueta de prescripción de su frasco de pastillas vacío o del envase vacío del medicamento para que no sea legible y luego deseche el envase.

Estimados padres/tutores de estudiantes en Grados cinco a doce:

Los trastornos alimentarios son problemas de salud graves que suelen comenzar en la infancia o la adolescencia y afectan tanto a niñas como a niños. Con un diagnóstico temprano, los trastornos alimentarios se pueden tratar con una combinación de apoyo nutricional, médico y terapéutico. Reconociendo la importancia de la identificación temprana de estudiantes en riesgo, la Asamblea General de Virginia de 2013 aprobó una ley que exige que cada junta escolar proporcione anualmente información educativa para padres sobre los trastornos alimentarios a los estudiantes de quinto a duodécimo grado.

Es importante tener en cuenta que los trastornos alimentarios no se diagnostican basándose tanto en los cambios de peso como en los comportamientos, las actitudes y la mentalidad. Los síntomas pueden variar entre hombres y mujeres, así como en diferentes grupos de edad. A menudo, un joven con un trastorno alimentario puede no ser consciente de su problema o mantenerlo en secreto. Los padres, tutores y familiares se encuentran en una posición privilegiada para detectar síntomas o comportamientos preocupantes. Detectar comportamientos comunes en personas con trastornos alimentarios puede llevar a una derivación temprana al médico de cabecera. Es importante que los trastornos alimentarios sean tratados por un especialista en este tipo de atención.

Si cree que su hijo puede estar mostrando signos de un posible trastorno alimentario, comuníquese con su proveedor de atención médica primaria, la enfermera escolar o uno de los recursos que se enumeran a continuación.

- Academia de Trastornos de la Alimentación (AED)
<http://www.aedweb.org>
- Familias empoderadas y apoyadas
Tratamiento de los trastornos alimentarios (FEAST)
www.feast-ed.org
- Asociación Nacional de Trastornos Alimentarios
www.nationaleatingdisorders.org
Línea de ayuda gratuita y confidencial: 1-800-931-2237

Se pueden encontrar recursos adicionales en:

- Departamento de Educación de Virginia
<https://www.doe.virginia.gov/programs-services/student-services/specialized-student-support-services/school-health-services/school-health-guidance-recursos>

El peso NO es el único indicador de un trastorno alimentario, ya que personas de todos los tamaños pueden padecerlo.

¿Qué son los trastornos alimentarios?

Los trastornos alimentarios son afecciones reales, complejas y devastadoras que pueden tener graves consecuencias para la salud, la productividad y las relaciones. No son una moda pasajera, una etapa pasajera ni un estilo de vida. Son afecciones potencialmente mortales que afectan todos los aspectos del funcionamiento de la persona, incluyendo el rendimiento escolar, el desarrollo cerebral y el bienestar emocional, social y físico.

Los trastornos alimentarios pueden diagnosticarse basándose en cambios de peso, pero también en comportamientos, actitudes y mentalidad. Esté alerta ante cualquiera de estas señales en su hijo.

Aspectos clave a tener en cuenta en torno a la comida:

- Comer mucha comida que parece fuera de control (grandes cantidades de comida pueden desaparecer, encuentras muchos envoltorios y contenedores vacíos escondidos)
- Desarrolla reglas alimentarias: puede comer solo un alimento o grupo de alimentos en particular, divide los alimentos en trozos muy pequeños, o extiende la comida en el plato
- Habla mucho o se centra a menudo en el peso, la comida, las calorías, los gramos de grasa y la dieta.
- A menudo dice que no tiene hambre.
- Se salta comidas o toma pequeñas porciones de comida en las comidas habituales
- Cocina comidas o golosinas para otros, pero no las come.
- Evita las comidas o situaciones que involucren comida.
- Va al baño después de las comidas con frecuencia.
- usa mucho enjuague bucal, mentas y/o chicles
- Comienza a eliminar alimentos que antes disfrutaba.

Los trastornos alimentarios afectan tanto a hombres como a mujeres de todas las edades.

Aspectos clave a tener en cuenta en torno a la actividad:

- Hace ejercicio todo el tiempo, más de lo que es saludable o recomendado, a pesar de clima, fatiga, enfermedad o lesión
- Deja de realizar sus actividades habituales, pasa más tiempo solo (puede pasar más tiempo haciendo ejercicio)

Factores de riesgo físicos:

- Siente frío todo el tiempo o se queja de estar cansado todo el tiempo. Es probable que se vuelva más irritable y/o nervioso.
- Cualquier vómito después de comer (o ver señales en el baño de olor a vómito, desagüe de ducha obstruido)

- Cualquier uso de laxantes o diuréticos (o encuentra paquetes vacíos)

Otros factores de riesgo:

- Cree que es demasiado grande o demasiado gorda (sin importar la realidad)
- Pide con frecuencia que le aseguren su apariencia.

- Deja de salir con sus amigos.
- No pueden hablar de cómo se sienten

- Informa que otros están comenzando a ser críticos o "no conectando"

Cómo comunicarse con su hijo

- Entender que quienes padecen trastornos alimentarios a menudo niegan que exista un problema.
- Infórmese sobre los trastornos alimentarios
- Pregunte qué puede hacer para ayudar
- Escuchar abierta y reflexivamente
- Sea paciente y no juzgue.
- Hable con su hijo de manera amable cuando esté tranquilo y no enojado, frustrado o molesto.
- Hazle saber que sólo quieres lo mejor para él/ella.
- Recuerde a su hijo que tiene personas que lo cuidan y lo apoyan.
- Sea flexible y abierto con su apoyo.
- Sea honesto
- Mostrar cuidado, preocupación y comprensión.
- Pregúntale cómo se siente
- Intenta ser un buen modelo a seguir, no te involucren en "hablar de gordura" sobre ti mismo
- Comprenda que su hijo no busca atención ni lástima.
- Busque ayuda profesional en nombre de su hijo si tiene ALGUNA inquietud.

Si su hijo muestra signos de un posible trastorno alimentario

Busque ayuda de un profesional médico lo antes posible; debido a su complejidad, los trastornos alimentarios deben ser evaluados por un especialista en su tratamiento. Cuanto antes busque tratamiento una persona con un trastorno alimentario, mayor será la probabilidad de recuperación física y emocional.