

Blount County Board of Education

Office of School Health

MANTENGA SANAS NUESTRAS ESCUELAS

A continuación, encontrara guías exclusivas de estudiantes y personal para mantener un ambiente escolar saludable.

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

Exclusión de las Guías Escolares: Fiebre - 100°F (37.8°C) o más – mantenga a su hijo en casa hasta que esté libre de fiebre por 24-horas sin medicamentos que reducen 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.).

Tos- los estudiantes con tos excesiva, que contribuyen a la incapacidad de participar en el trabajo de clase, deben permanecer en casa hasta que se resuelvan los episodios.

Secreción Nasal- los estudiantes que no pueden controlar sus secreciones y / o tiene secreciones verdes o amarillas deben quedarse en casa hasta que los síntomas desaparezcan.

MANTENERSE SALUDABLES – La influenza es propaga fácilmente (consejos del CDC)

Las personas que tiene la influenza generalmente tienen secreción nasal, y tosen y estornudan. El virus de la influenza puede transmitirse por las gotitas de esta tos y estornudo. Otras personas pueden contraer la influenza al respirar estas gotas a través de la nariz o la boca o tocar superficies contaminadas con el virus de la influenza y luego tocarse la nariz o la boca. (www.cdc.gov/flu)

CUBRA SU TOS Y ESTORNUDOS (Siempre cúbrase la boca o la nariz con el brazo o con un pañuelo de papel. Deseche inmediatamente el pañuelo.)

LAVE SUS MANOS (al menos 20 segundos debajo del agua corriente).

VIVIENDA LIMPIA Y ÁREA DE TRABAJO (Use desinfectantes, no comparta cubiertos o platos).

MANTENGA SU DISTANCIA (evite las multitudes, evite dar la mano y mantenga una distancia con respecto a aquellos que presentan síntomas de influenza).