



Como muchos de ustedes han escuchado en las noticias ha habido una epidemia nacional del virus influenza, conocido comúnmente como "flu". California ha sido uno de los estados más afectados. De manera para mantener a nuestros estudiantes y familias tan saludables como sea posible, por favor repasen la información incluida en este folleto.

*¿Cómo se esparce la influenza?*

El virus influenza se esparce a través de gotas cuando alguien tose, estornuda o habla. También al tocar superficies que tengan el virus en ellas.

*¿Cuáles son los síntomas de la influenza?*

Los síntomas incluyen fiebre tos, dolor de garganta, congestión nasal, dolores corporales, dolor de cabeza, escalofríos, vómito y diarrea. Por favor deje a su estudiante en casa si tiene cualquiera de estos síntomas.

*¿Cómo puedo proteger a mi estudiante de la influenza?*

La cosa más importante que puede hacer es vacunar a su niño y a su familia cada año. Las vacunas contra la influenza son recomendadas por el CDC para todos los niños mayores de seis meses.

*Adicionalmente a la vacuna contra la influenza, trate de ayudar a prevenir la propagación de gérmenes:*

- Evite a la gente enferma
- Deje a su niño en casa si está enfermo
- Utilice un pañuelo para tapar su tos y estornudos
- Lave sus manos completamente a lo largo del día con jabón y agua por al menos 20 segundos
- Evite tocar sus ojos, nariz o boca con sus manos
- Desinfecte las superficies de su casa y juguetes para reducir los gérmenes

*Si su niño presenta alguno de estos signos o síntomas, visite al doctor o la sala de emergencia de inmediato:*

- Respiración rápida o dificultad para respirar
- Piel de color azulado o gris
- No va al baño o no orina como lo hace normalmente
- Vómito severo o persistente
- No se despierta o no interactúa
- Los síntomas de la influenza mejoran y luego regresan con fiebre y una tos peor
- Tiene otras condiciones médicas (tales como enfermedad cardíaca o pulmonaria, o asma) y desarrolla síntomas de influenza incluyendo una fiebre y/o tos

Si tiene preguntas, comuníquese con el proveedor médico de su estudiante o la escuela de su niño.

Sinceramente,

Servicios de Salud de WPUSD