

## Combatiendo la influenza en el distrito escolar unificado de Simi Valley.

Se espera una influenza fuerte este año

Estamos anticipando un gran aumento de influenza en este ciclo escolar 2009-2010, debido en gran parte al nuevo virus H1N1 derivado de la “influenza porcina”, conocido en inglés como *Swine Flu*. Las infecciones que se han visto hasta ahora han sido como cualquier influenza, con fiebre, dolores, dolor de garganta, tos y fatiga. La mayoría de las personas se enferman de 2 a 4 días.

Lo diferente en esta influenza es que es nueva y muy pocas personas tienen inmunidad para combatirla. También más personas jóvenes están siendo afectadas, de lo normal de temporada. Las personas pueden contagiar a otras de 1 a 2 días antes de tener los síntomas hasta 1 día después que se haya ido la fiebre o la tos.

Las vacunas para prevenir H1N1 se esperan a principios o mediados de octubre. La CDC estableció ciertas prioridades para dar las vacunas – siendo niños con edad escolar y jóvenes uno de los grupos con prioridad. Comuníquese con su médico para averiguar cuándo y dónde estarán dando la vacuna. Nosotros tendremos información de salud pública acerca de las vacunas cuando se encuentre disponible.

Estamos tomando pasos para reducir la transmisión de la influenza en la escuela:

- Los estudiantes deben lavarse las manos antes de comer.
- Todos deben toser o estornudar en un pañuelo desechable o dentro del codo.
- Los estudiantes con síntomas de influenza se quedan en casa.
- Las personas de mantenimiento usan desinfectantes aprobados por el distrito para limpiar sanitarios, escritorios y mesas, y otras instalaciones de uso común.

Si su hijo comienza a tener síntomas que parecen de influenza –

- Fiebre o temperatura de 100 grados centígrados o más.
- Dolor de garganta, tos, dolor corporal o de cabeza, náusea o vómitos.
- Por favor que se queden en casa – hasta por lo menos 24 horas después de no tener fiebre.
- Llamar a la oficina, avísenos cuando falte.
- Tenga la libertad de llamar a la enfermera escolar cuando tenga alguna pregunta o si quiere alguna recomendación \_\_\_\_\_ al teléfono 805-306-4875 o a [\\_\\_\\_\\_\\_@simi.k12.ca.us](mailto:_____@simi.k12.ca.us).
- Comuníquese inmediatamente con su médico cuando su hijo: tenga dificultad para respirar, esté vomitando y no puede mantener líquidos en su cuerpo, esté confundido o parezca tener mucho sueño.

Existen varias cosas que la familia puede hacer para reducir la influenza:

- Hágalos que se laven las manos – cuando las personas entren a casa de hacer actividades, antes de comer y después de toser o estornudar.
- Hágalos que coman nutritivamente y que duerman bien para fortalecer el organismo.
- Quédese en casa cuando esté enfermo para evitar la propagación de la influenza a los demás.

Centros para control de enfermedades  
Información de la influenza en el Internet: [www.Flu.gov](http://www.Flu.gov)

Rev. 9/15/09

School Name , Phone #  
Principal  
School Nurse

Simi Valley Unified School District  
Jean Borowsky RN, Chair for Health Services