



SWEETWATER
UNION HIGH SCHOOL DISTRICT

Student Support Services ▯ **Student Health Services**

1130 Fifth Avenue ▯ Chula Vista ▯ CA ▯ 91911

619.585.6020 Fax: 619.407.4976

Carta de las escuelas para los padres de familia sobre la influenza pandémica H1N1

Estimados padres de familia:

El distrito Sweetwater Union High School District está trabajando muy de cerca con la Agencia de Servicios Públicos de Salud del Condado de San Diego para vigilar la propagación de la influenza pandémica H1N1 en nuestra comunidad y tomar decisiones sobre los mejores pasos a seguir para proteger la salud de los alumnos y empleados.

Debido a que la influenza se puede contagiar fácilmente de persona a persona, estamos pidiendo su colaboración para ayudar a disminuir la propagación de la gripe en el distrito de Sweetwater. Queremos trabajar con las familias para ayudar a mantener las escuelas abiertas para los alumnos y en funcionamiento normal durante la temporada de la gripe.

En seguida le indicamos lo que usted puede hacer para ayudar:

- **Enséñele a sus hijos a que se laven las manos frecuentemente** con agua y jabón o con un desinfectante para las manos a base de alcohol. Los adultos pueden poner el ejemplo.
- **Enseñe a los niños a no compartir artículos personales** como bebidas, comida y utensilios sucios. Cubrir su boca y nariz con pañuelos desechables al toser o estornudar. Si no cuentan con pañuelos desechables, pueden cubrir la boca o nariz al toser o estornudar con el codo, brazo o manga en lugar de las manos.
- **Conozca los síntomas de la gripe.** Los síntomas incluyen fiebre (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius o más), tos, dolor de garganta, congestión o escurrimiento nasal, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, y sensación de cansancio. Algunas personas presentan vómito y diarrea.
- **Mantenga los niños enfermos en casa** por lo menos 24 horas después que la fiebre haya desaparecido sin el uso de medicamento que reducen la fiebre. Al mantener a los niños con fiebre en casa, podemos reducir el número de personas que podrían contagiarse.
- **No mande a los niños enfermos a la escuela.** Los niños que en la escuela se determine que están enfermos serán enviados a casa.
- **Comuníquese con su médico para que usted y sus hijos reciban la vacuna contra la gripe (regular) y la gripe H1N1.**

Si se agudizan los casos de gripe, quizá nos veamos obligados a tomar medidas adicionales tales como someter a los alumnos y empleados a una revisión al llegar a la escuela y posponer excursiones.

Si desea obtener más información, por favor llame al 619-692-8661 o consulte el siguiente sitio en la red www.flu.gov.

Los mantendremos al tanto en la medida en que recibamos información más reciente.

Atentamente

Jesus M. Hernandez

Superintendente

"Los programas y actividades del distrito Sweetwater Union High School District deberán estar libres de discriminación basada en género, sexo, raza, color, religión, ascendencia, origen nacional, identificación con un grupo étnico, estado civil o discapacidad física o mental, orientación sexual o por la percepción de una o más o de dichas características."

Política 0410 del Consejo de SUHSD.