



Estimados padres:

29 de Abril, 2009

Esta carta tiene el objetivo de informarles y ayudarles a estar preparados para enfrentar un brote potencial de gripe porcina. Ha habido casos confirmados de gripe porcina en California. Los funcionarios de salubridad locales están colaborando estrechamente con las autoridades estatales y federales de salud con el fin de mantenernos al corriente de la situación con respecto a la gripe porcina. Les mantendremos al tanto de cualquier tipo de información importante. Por favor consulten el sitio en Internet del condado de Santa Clara en www.sccgov.org o llamen a la Línea de Información de Salud al 408-885-3980.

Con el fin de evitar que la gripe porcina se propague a más personas, les pedimos de la manera más atenta que mantengan a sus hijos en casa si están enfermos. A cualquier estudiante que esté enfermo en la escuela se le mandará a casa.

Los funcionarios de salud pública desean que ustedes se protejan a sí mismos y a su familia en contra de la gripe porcina. Aquí les presentamos algunas maneras de detener la propagación de microbios y el contagio de enfermedades y de esta manera poder cuidar a su familia.

- Mantengan sus hijos enfermos en casa. No los manden a la escuela si están enfermos.
- Si alguien es su hogar está enfermo con síntomas parecidos a los de la gripe, incluyendo fiebre con tos, dolor de garganta, dolor de cabeza o dolores musculares, por favor, comuníquense con su proveedor de atención médica.
- Las personas que están enfermas deben quedarse en casa y no ir a trabajar ni a la escuela y alejarse de las demás personas hasta que se sientan mejor.
- Enséñenles a sus hijos a lavarse las manos frecuentemente con bastante jabón y agua durante 20 segundos. Cerciórense de ponerles el ejemplo lavándose las manos ustedes mismos.
- Enséñenles a sus hijos que cuando tosan o estornuden, se cubran la boca y la nariz con un pañuelo desechable o si no tienen uno al alcance traten de toser o estornudar cubriéndose la boca con todo el brazo.
- Cerciórense de ponerles el buen ejemplo haciéndolo ustedes mismos.
- Enséñenles a sus hijos a que se alejen por lo menos 3 pies de distancia de las personas que están enfermas.
- Recuérdenles a sus hijos que no se toquen los ojos, la nariz o la boca ya que los microbios con frecuencia se propagan de esta manera.

A continuación les presentamos una lista de consejos que pueden seguir dentro de casa para prevenir y evitar el contagio de la gripe porcina:

- Usen toallas de papel desechables o toallitas húmedas desinfectantes para limpiar los artículos del hogar. No dejen que los microbios se queden rondando indefinidamente en trapos de limpieza ni en toallas.
- Limpie y desinfecte las mesas y superficies de la cocina con regularidad; especialmente antes y después de cada comida.
- Limpie con regularidad el lavabo y la taza del excusado de su baño.
- Limpie y desinfecte los aparatos electrónicos del hogar incluyendo: el ratón de la computadora, los teléfonos, los teléfonos celulares, el control remoto de la televisión, etc.
- Limpie con toallitas húmedas desinfectantes los picaportes y manijas de las puertas y ventanas con regularidad.
- Cerciórense de que cada miembro de la familia use exclusivamente su propio cepillo de dientes.
- Reemplacen los cepillos de dientes de los miembros de la familia que hayan estado enfermos de catarro, resfriado o gripe.
- Instruyan a todos los miembros de su familia que se laven las manos muy bien. Todos debemos lavarnos las manos durante un período aproximado al que lleva cantar la canción “Feliz Cumpleaños” DOS VECES.
- Instruyan a los miembros a su familia para que NO usen los mismos vasos, tenedores ni cucharas para compartir la comida.

El Distrito Escolar Unificado de San José continúa colaborando con nuestra Secretaría de Salud Pública con el fin de estar bien preparados en caso de un brote potencial de gripe porcina. Si trabajamos unidos podremos minimizar la propagación y el contagio de esta enfermedad, así como el impacto que ejerza sobre nuestras familias.

Por favor comuníquense con el Departamento de Servicios de Salud de nuestro Distrito al 408-535-6377 si tienen cualquier otra pregunta al respecto.

Sr. Don Iglesias, Superintendente
Sra. Melinda Landau, Administradora de Servicios de Salud