

DE PARTE DE LA ENFERMERA:

Regla de las 24 Horas

Las guías del CDC (Centro de Control de Enfermedades) dictan que los alumnos que muestren síntomas similares a los de la gripe deben quedarse en casa un mínimo de 24 horas después de dejar de tener fiebre o señales de fiebre. Además, el Reglamento Administrativo FFAD del Distrito Escolar de Katy asegura la salud y el bienestar de todos los alumnos y declara que los alumnos que muestren vómitos, diarrea, o una fiebre de más de 100.4 grados Fahrenheit, deberán quedarse en casa. **Pueden volver a la escuela cuando suceda lo siguiente:**

- **La fiebre del niño baje a menos de 100.4 por lo menos 24 horas sin usar medicamentos que reduzcan la fiebre tales como acetaminofena o ibuprofeno. Los productos comunes que contienen estos medicamentos incluyen, pero no se limitan a Tylenol, Motrin, y Advil. Se deberán evitar todos los productos que contengan aspirina.**
- **El niño ha tolerado alimentos y líquidos por un período mínimo de 24 horas sin vómitos y/o diarrea, y sin usar medicamentos para aliviar los síntomas.**
- **Los alumnos que hayan sido diagnosticados una enfermedad contagiosa cuyo tratamiento es un medicamento recetado, deberán completar un mínimo de 24 horas de la dosis recetada antes de volver a la escuela.**
- **La nota de un doctor no sobresee la regla de las 24 horas.**

Lo que usted puede hacer

Como usted sabe, la gripe se puede contaminar fácilmente de persona a persona. Por lo tanto, estamos tomando pasos para reducir la contaminación de la gripe en el Distrito Escolar de Katy. Queremos mantener abiertas nuestras escuelas a los alumnos para que sigan funcionando de manera normal durante esta temporada de gripe, **pero necesitamos su ayuda para lograrlo.**

Estas son algunas cosas que usted puede hacer para ayudar.

- **Enseñe a sus hijos a lavarse las manos** seguido con agua y jabón o con una solución a base de alcohol. Ponga el ejemplo haciéndolo usted mismo.
- **Enseñe a sus hijos a no compartir artículos personales** tales como bebidas, alimentos o utensilios sin lavar, y de cubrirse la boca con un pañuelo desechable cuando tosan o estornuden. Que se cubran la tos o los estornudos con el codo, el brazo o la manga en lugar de la mano cuando no tengan un pañuelo desechable.
- **Conozca las señales y síntomas de la gripe.** Los síntomas de la gripe incluyen fiebre (100 grados Fahrenheit, 37.8 grados centígrados o más), tos, garganta irritada, nariz tapada o que gotea, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, y cansancio. Algunas personas también pueden sufrir vómitos o diarrea.
- **Mantenga a los niños enfermos en casa** por lo menos 24 horas *después* de ya no tener fiebre o señales de fiebre, sin usar medicamentos para reducir la fiebre. Si mantiene a los niños con fiebre en casa, se reducirá la cantidad de personas que puedan ser infectadas.
- **No mande a los niños a la escuela si están enfermos.** Los niños que están enfermos y en la escuela *serán enviados a casa.*