



NOTAS DE LA ENFERMERA

Padres,

La temporada de gripe ha llegado. Es la semana nacional de la influenza. De acuerdo con el Departamento de Salud Pública de Illinois y el Centro de Control de Enfermedades, la gripe o influenza es una enfermedad respiratoria causada por un virus. Los síntomas más comunes son:

Fiebre de 100 o más
Escalofríos
Dolor de cabeza
Dolores musculares
Cansancio extremo
Tos seca
Garganta irritada
Congestión nasal

Los niños pueden tener síntomas estomacales tales como náuseas, vómitos y diarreas, pero estos síntomas no son muy comunes en adultos. La gastroenteritis puede causar los mismos síntomas estomacales pero no son causados por la influenza.

La influenza tiene un período de incubación de 1 a 4 días.

Por lo regular, una persona es contagiosa de 3 a 7 días, pero los niños pueden ser contagiosos por un tiempo más largo.

Si su niño tiene alguno de estos síntomas, por favor déjelo en casa.

Los niños deben estar libres de fiebre sin uso de medicamentos tales como acetaminofén o ibuprofeno por 24 horas antes de regresar a la escuela.

Los estudiantes que regresan a la escuela antes del tiempo debido, pueden infectar a otros niños, lo que puede causar que la enfermedad se continúe propagando.

Una de las mejores maneras de protegerse y proteger a su familia es lavándose las manos frecuentemente, evitando multitudes y vacunándose contra la gripe.

Para más información acerca de la influenza y como protegernos, hágale clic al siguiente enlace.
<http://www.cdc.gov/features/fighttheflu/>

Con su cooperación, esperamos que podamos aminorar la frecuencia de enfermedades este invierno.

Donna Zenger RN, BSN, ILCSN, M.Ed
Enfermera del Distrito 62