



Inspiring Today's Students To Meet Tomorrow's Challenge

10501 Washburn Way • Klamath Falls, OR 97603 • 541-883-5000 • FAX 541-883-6666

LA GRIPE DE CERDO: Qué puede hacer para permanecer Sano

A la luz de preocupaciones recientes con respecto a la presencia de la Gripe de Cerdo en Estados Unidos, El Distrito Escolar del Condado de Klamath esta implementando medidas preventivas. Estas medidas son para asegurar la salud y el bienestar de ambos, los estudiantes y personal escolar.

Los funcionarios de la salud publica en Oregon están aumentando la vigilancia contra un nuevo tipo de Influenza conocida como Gripe de Cerdo, después de que se confirmaron casos en diez estados de Estados Unidos, inclusive en California y Nevada. **Actualmente, no hay casos conocidos, ni confirmados de sospecha de este virus en Oregon y tampoco hay ningún caso conocido en los Estados Unidos, donde los humanos se hayan contagiado a través de cerdos.**

La enfermedad causada por esta nueva descendencia de gripe tiene los mismos síntomas como cualquier otra enfermedad de gripe incluyendo la fiebre, el letargo, la falta de apetito, la tos, mucosidad, dolor de garganta, y puede incluir náusea, vomito y diarrea.

El Distrito Escolar tiene procedimientos existentes con respecto a excluir a estudiantes que pueden tener una enfermedad transmisible. Referente a síntomas similares de la gripe, por favor mantenga en casa y fuera de la escuela a su hijo/a, si el/ella tiene una fiebre de más de 100.5 grados y uno o más de los siguientes síntomas:

- dolor de garganta
- tos
- dolor del cuerpo
- vomito
- diarrea

Hay acciones diarias las cuales las personas deben de tomar para permanecer sanas.

- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable cuando usted tose o estornuda. Tirar el pañuelo en la basura después de que usted lo utilice. Tosa hacia la parte de arriba de su codo si usted no tiene un pañuelo.
- Lavar las manos a menudo con jabón y agua tibia por 20 segundos, especialmente después de que usted tosa o estornude. Los desinfectantes de mano que contienen alcohol al igual son efectivos.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca. Ya que los microbios se puede regar fácilmente en esta forma.
- Evitar compartir bebidas, las botellas de agua, instrumentos para comer o útiles de escritura.

Trate de evitar contacto cercano con personas enfermas.

- Se cree que la gripe se puede contagiar de persona en persona con tan solo el toser o estornudar de las personas infectadas.
- Si usted se enferma, CDC recomienda que usted se quede en casa, sin trabajar o ir a la escuela y límite el contacto con otros para mantenerlos fuera de contagio. El proteger contra las enfermedades es la responsabilidad de toda la comunidad. Sean Respetuosos y Sanos.

Si usted tiene preguntas acerca de la salud de su hijo, contacte a su proveedor de salud médica.

Reference: www.cdc.gov/swineflu

4/29/09