



ESTADO DE WASHINGTON
Olympia, Washington 98504

Agosto de 2009

**El Superintendente de Enseñanza Pública y el Secretario de Salud
animan a las familias a ayudar a prevenir la propagación de la Gripe Porcina**

La salud de nuestros niños es muy importante para todos nosotros. Usted habrá oído del virus H1N1 (gripe porcina) que apareció por vez primera en la primavera pasada. Se trata de una amenaza a la salud pública que nos estamos tomando muy en serio. El Departamento de Salud del Estado de Washington, la Oficina del Superintendente de Enseñanza Pública, agencias locales de salud y los distritos alrededor del estado están trabajando conjuntamente para prepararse para el posible impacto de esta nueva gripe en las familias y en las escuelas.

Estamos siguiendo y monitoreando este nuevo virus muy de cerca para estar preparados a hacer todo lo posible para mantener sana a la gente. Ante el comienzo del año escolar, queremos cerciorarnos que padres y tutores cuentan con la información necesaria para entender y prepararse para afrontar esta próxima temporada de gripe.

Una de las cosas más importantes que usted puede hacer para detener la propagación de los gérmenes, es mantener a sus niños en la casa cuando están enfermos. Los niños deberían quedarse en la casa y alejados de la escuela por lo menos por 24 horas después de que la fiebre le haya bajado (sin que se les haya dado medicina que baja la temperatura).

Cosas que puede hacer prevenir la gripe

Lávese sus manos: Lávese sus manos frecuentemente con jabón y agua, especialmente después de haber tosido o estornudado. Los desinfectantes para manos a base de alcohol también son eficaces.

Cúbrase su tos: Cúbrase su boca y nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Si no tiene a mano un pañuelo, tosa o estornude en su codo u hombro, pero no en sus manos.

Vacunas contra la gripe: Vacune a su familia contra ambas gripes, tanto la de la temporada como la gripe H1N1 (cuando se encuentren disponibles las vacunas).

Establezca un plan

Organice un plan para el cuidado de sus niños en la casa si su niño se enferma o salga antes de lo normal de la escuela. Muchas familias en el país forman "cooperativas para el cuidado de niños" con amigos y vecinos. Estos amigos y familiares de confianza colaboran todos juntos al compartir la responsabilidad de cuidar a niños enfermos.

Si sus niños sufren de asma u otras condiciones médicas que los exponen a un riesgo mayor de contraer la gripe, hable con su proveedor de servicios a la salud sobre un plan de protección durante la temporada de la gripe.

Más información

Oficina del Superintendente de Enseñanza Pública (Office of Superintendent of Public Instruction):

Esfuerzos para la planificación escolar e información actualizada para salidas tempranas de escuelas –
<http://www.k12.wa.us/HealthServices/H1N1Flu.aspx>

Washington State Department of Health: Información sanitaria sobre el virus H1N1, inclusive información actualizada, más sobre síntomas y otros recursos en inglés y otros idiomas.

<http://www.doh.wa.gov/swineflu/>

Salud Pública Local: Para encontrar información de la agencia de salud pública local –

<http://www.doh.wa.gov/LHJMap/LHJMap.htm>

¡Esperamos que estos consejos le ayudarán a mantenerle a usted y a su familia sanos este año!



Randy I. Dorn Mary C. Selecky, Secretary
State Superintendent of Public Instruction Washington State Department of Health

