

## **Reglas Generales A Seguir Cuando Están Enfermos: ¡Tomando la decisión correcta!**

Estimados Padres:

Para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad, nos gustaría darle algunas pautas para ayudar a tomar una decisión sobre si debe o no mandar a su hijo(a) a la escuela. Le pedimos que mantenga a su hijo(a) en casa si él o ella:

- Tiene una fiebre de 100 grados (oral) o más
- Tiene calambres y/o vómitos
- Tiene dolor de garganta con fiebre (véase más adelante)
- Tiene una tos persistente (seca o productiva)
- Tiene diarrea (tres o más episodios en 24 horas)
- Tiene un sarpullido o llagas abiertas o úlceras
- Tiene síntomas que le impiden participar en la escuela, tales como:
  - Cansancio excesivo o falta de apetito
  - Dolores de cabeza, dolores en el cuerpo, dolor de oídos
  - Severo dolor de garganta (*faringitis estreptocócica, podría ser incluso faringitis estreptocócica sin fiebre. Otros síntomas de la faringitis estreptocócica en niños son dolor de cabeza y malestar estomacal. Póngase en contacto con su pediatra para evaluar o diagnosticar la faringitis estreptocócica*).

Si su hijo(a) ha estado recientemente enfermo(a), tenga en cuenta las siguientes directrices antes de mandar a su hijo(a) de regreso a la escuela, atletismo o actividades sociales:

- Deben sentirse en buena condición durante al menos 24 horas.
- Estar libre de fiebre por lo menos 24 horas (**sin medicamento**)
- Estar libre de vómitos y/o diarrea durante al menos 24 horas.
- Si tuvieron faringitis estreptocócica, deben estar tomando el antibiótico apropiado durante al menos 24 horas.
- Si tuvieron conjuntivitis, deben estar usando gotas apropiadas para los ojos durante al menos 24 horas o ser dado de alta por un médico.
- Enfermedades de la piel (ronchas) deben ser evaluadas por un médico. Si se sospecha de Varicela, mantenga a su hijo(a) en casa durante al menos 5 días después de la aparición de la erupción o hasta que todas las ampollas hayan formado costras.

Para mantener a los niños sanos, se debe asegurar de que tengan mucho descanso y una dieta nutritiva. Muéstrole a su hijo(a) la manera correcta de lavarse las manos y hacerlo con frecuencia durante el día. Asegúrese de usar agua y jabón y frotar las manos durante al menos 20 segundos. Limitar tocar las áreas tales como los ojos, nariz o boca. Enseñe a su hijo(a) a taparse la tos y los estornudos con un pañuelo o con el brazo. Minimizar el tiempo que su hijo(a) pasa con otros que están enfermos. Evitar compartir artículos personales tales como sombreros, peines, cepillos, bálsamos labiales o toallas.

Por favor notifique a la escuela si su hijo(a) ha sido diagnosticado con una enfermedad infecciosa como la faringitis estreptocócica, varicela, fiebre escarlatina, tos ferina, mononucleosis, etc.

Gracias por su cooperación.