

## **Recomendaciones Para Maestras y Personal de Escuelas**

### **Como se si un estudiante puede estar contagiado con la gripe porcina (o swine flu)?**

Una persona puede contagiar la gripe porcina (o swine flu) antes de que los síntomas comiencen. Una persona puede infectar a otra un día antes de que los síntomas aparezcan y hasta siete o más días después de estar enfermo. Personas con la gripe porcina (o swine flu) deberán de ser consideradas contagiados mientras muestren síntomas. Niños, especialmente de edad joven pueden ser contagiosos por un periodo más largo.

Síntomas de gripe porcina (o swine flu) son similares a los de una gripe común.

- o Fiebre y escalofríos
- o Dolor de garganta
- o Tos
- o Dolor de cabeza, dolor muscular, y fatiga (cansancio)
- o Vomito y diarrea pueden estar presente

Revisa por estos **síntomas en niños**:

- o Fiebre con irritaciones
- o Deshidratación
- o Respiración rápida
- o Coloración de piel azulosa
- o Lento en despertar o en interactuar
- o Síntomas de gripe mejoran, pero después regresan y la tos empeora
- o Irritación severa

Si un niño es su clase muestra algunos de estos síntomas, llévalo a la enfermería de la escuela o a la oficina inmediatamente. La enfermera de la escuela debe referir a el estudiante a tratamiento médico con su doctor familiar o a el cuarto de emergencias.

### **Como puedo yo ayudar a prevenir contagiar la gripe porcina (o swine flu) en el salón?**

Para prevenir contagiar la gripe porcina (o swine flu) en el salón, ensena las mismas precauciones que son para prevenir la gripe común:

- o Enseñe a sus niños a taparse la boca y la nariz cuando tosan, estornuden y se suenen la nariz. Cuando se suene la nariz hágalo en un pañuelo de papel y tírelo a la basura.

Cuando tosa o estornude tápese la boca con el codo o la manga de su camisa, ¡no con la mano!

- o Enseñe a sus niños a lavarse las manos con frecuencia. Las manos se deben lavar con agua caliente y jabón al menos por 20 segundos (más o menos el tiempo que se tarda en cantar la canción de "feliz cumpleaños" dos veces)
- o Enseñe a sus niños el uso adecuado de desinfectante de manos (hand sanitizer). También pueden usarse geles, espumas, y toallitas, siempre y cuando contengan al menos un 60% de alcohol. Siempre lea y siga las instrucciones antes de usar el desinfectante de manos.
- o Recordar a los padres que si sus hijos se sienten enfermos, deberían de dejarlos en casa.

**Otros Recursos:**

Para más información, visite [www.health.utah.gov/swineflu](http://www.health.utah.gov/swineflu)