



### **Mesa directiva**

Aliza Flores Oliveros  
President  
District 3

Ramiro Veliz, III  
Vice-President  
District 4

Juan Roberto Ramirez  
Secretary  
District 6

Ricardo Molina, Sr.  
Parliamentarian  
District 1

Judd Gilpin  
Member  
District 7

Javier Montemayor, Jr.  
Member  
District 5

Ricardo "Rick" Rodriguez  
Member  
District 2

**Roberto J. Santos**  
Superintendente

201 Lindenwood Drive  
Laredo, Texas 78045  
Teléfono: (956) 473-6219  
Fax: (956) 728-8691

# UNITED INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT

Estimados padres,

Debido a la alta incidencia de síntomas similares a la gripe, United Independent School District y el departamento de Servicios de Salud solicitan que practiquen estos consejos preventivos para disminuir la propagación de gérmenes:

- Revisen a sus hijos para detectar síntomas de influenza (principalmente fiebre de 100 grados acompañada de tos o dolor de garganta, incluyendo náusea/vómito y diarrea)
- **Mantengan a los niños y personas enfermas en casa.** No los envíen a la escuela, guardería o trabajo. Los estudiantes deben regresar a clases hasta que ya no sufran temperatura por un periodo de 24 horas sin ingerir ningún medicamento para reducir la fiebre, aún si se sienten mejor.
- **Lávense las manos.** Enseñen a sus hijos a lavarse regularmente las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos. Si no hay disponibles agua y jabón, que utilicen un desinfectante para las manos con base de alcohol.
- **Cubran su boca y nariz.** Enseñen a sus hijos a cubrirse cuando tosan o estornuden con un pañuelo desechable o a toser en el antebrazo.
- **Eviten el contacto cercano.** Eviten el contacto cercano con gente enferma y cuando ustedes se enfermen aléjense de los demás para evitar el contagio.
- **Practiquen otros buenos hábitos para la salud.** Duerman lo suficiente, manténganse activos, controlen el estrés, tomen suficientes líquidos e ingieran alimentos nutritivos.
- Vacúense y vacunen a sus hijos con la vacuna contra la gripe estacional.

**Si un estudiante es enviado a casa por la enfermera escolar, se requerirá de una nota de un médico de los E.U. para regresar a clases. Por favor asegúrense de que un médico examine a sus hijos si la enfermera los envía a casa. Acatamos las pautas estatales y nacionales para prevenir la propagación de la enfermedad.**

El distrito y el departamento de Servicios de Salud, así como el departamento de Salud de la ciudad de Laredo, exhortan a la comunidad a vacunarse contra la gripe. La vacuna protege contra el virus de la influenza estacional; sin embargo, tarda dos semanas para crear inmunidad. Entre más pronto se vacune estará mejor protegido contra esta enfermedad.

Información obtenida del portal de internet CDC:  
<http://www.cdc.gov/flu/keyfacts.htm700>

Atentamente,

*Irene Rosales MSN, RN*

Irene Rosales MSN, RN  
Directora de Servicios de Salud

700 E. Del Mar Blvd. (rear) - Laredo, Texas 78045 - (956)473-6264 - (956)473-6407