

# NOTICIAS DE LA ENFERMERA DE BORGER ISD

A medida que continuamos con nuestro año escolar 2023/2024, un recordatorio rápido para tener en cuenta la temporada de resfriados y gripe. Lo es importante que trabajemos juntos para mantener saludables a nuestros niños y a la comunidad escolar mediante la prevención de la propagación de la Enfermedades. A veces puede ser difícil para los padres decidir si enviar a su hijo(a) a la escuela cuando El estudiante está experimentando síntomas de una enfermedad.

## ¿Cuándo debo mantener a mi hijo en casa y no ir a la escuela debido a una enfermedad?

- **Fiebre:** *temperatura de 100.4 grados Fahrenheit o más.*

Los estudiantes deben quedarse en casa durante 24 horas después de su temperatura ha vuelto a la normalidad sin ningún medicamento para bajar la fiebre, como el ibuprofeno o el paracetamol.

- **Diarrea:** *tres o más heces blandas o acuosas en un Período de 24 horas, especialmente si su hijo(a) se siente enfermo.*

- **Vómitos:** *dos o más veces durante las últimas 24 horas, especialmente si su hijo(a) se siente enfermo(a).*

- **Tos persistente:** *puede ser causada por muchas enfermedades.*

Un niño(a) con tos "leve", pero que por lo demás se siente bien, puede Ve a la escuela. Un niño(a) con tos "fuerte" o tos profunda/seca que les impida participar en todas las actividades de la escuela Quédense en casa hasta que se recupere o haya consultado a su proveedor de atención primaria.

- **Fatiga:** *los síntomas incluyen cansancio persistente, palidez, falta de apetito, dificultad para despertarse, confusión e irritabilidad.*

Los estudiantes deben quedarse en casa hasta que estén bien o hayan visto a su hijo(a) proveedor de atención primaria.

- **Amigdalitis estreptocócica o conjuntivitis bacteriana (conjuntivitis):** *enfermedades para los cuales los proveedores de atención primaria han diagnosticado y tratamiento prescrito.* Debe quedarse en casa 24 horas después de la primera dosis de antibióticos.

### -Pero si no se diagnostica

**Ojos:** el estudiante tiene síntomas de *enrojecimiento, hinchazón, color amarillo/verde secreción y costra o enredo de los ojos* Su hijo(a) debe permanecer en casa hasta que haya visto a su proveedor de atención primaria o superior Los síntomas se han resuelto.

**Garganta:** Si tiene síntomas de dolor de garganta *que comienza rápidamente, Dolor de garganta acompañado de fiebre o dolor al tragar.* Le recomiendo a que se ponga en contacto con su proveedor de atención primaria.

## Enseñar a los pequeños buenos hábitos ayuda a prevenir la gripe y los resfriados.

- Lávese las manos con frecuencia
- NO se toque los ojos, la nariz ni la boca. (Zona T)
- Cúbrase la boca y la nariz al estornudar o toser.  
- ¡Enseñar a toser y estornudar con el codo es útil!
- Después de usar un pañuelo de papel, deséchelo y lávese las manos.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas con síntomas de resfriado y gripe.

## Gripe vs. Resfrio

|                   | Gripe                    | vs. | Resfrio                 |
|-------------------|--------------------------|-----|-------------------------|
| Inicio :          | Repentino                |     | Gradual                 |
| Fiebre :          | Alta                     |     | Ninguna                 |
| Fatiga :          | Severa                   |     | Leve                    |
| Tos :             | Severa                   |     | Leve                    |
| Garganta :        | Dolor leve               |     | Fuerte dolor            |
| Dolor de cabeza : | Dolor                    |     | Ninguno                 |
| Apetito:          | Sin                      |     | Sin                     |
| Músculos :        | Dolor                    |     | Sin dolores             |
| Escalofríos :     | Sí                       |     | Ninguno                 |
| Prevención:       | Chequeo anual<br>Vacunas |     | Lavar bien<br>las manos |

[www.cdc.gov/flu/ga/coldflu.htm](http://www.cdc.gov/flu/ga/coldflu.htm)

## 8 pasos para adelantarse a los piojos

1. Esté atento a los signos de piojos, como rascarse la cabeza.
2. Revise a todos los miembros de la familia en busca de piojos y liendres (huevos de piojos) al menos una vez a la semana. Es útil usar luz natural y lupa.
3. Trate solo a aquellos miembros de la familia que tienen piojos. Consulte con su médico para obtener una recomendación de un producto para piojos que se encuentra en su farmacia.
4. Retire todas las liendres (que permanecerán en el cabello) después del tratamiento. ¡Esto es esencial! El peine metálico para piojos puede ser útil.
5. Lave las sábanas y la ropa recién usada en agua caliente y en una secadora caliente. Peines y Los cepillos se pueden remojar en caliente (no hirviendo) agua o 10 minutos.
6. Pasar la aspiradora es la forma más segura y mejor de retirar los piojos en colchones, alfombras, muebles, y peluches.
7. Continúe revisando la cabeza con frecuencia durante 2-3 semanas para asegurarse de que los piojos hayan desaparecido. Revisar con frecuencia es la mejor prevención (sabemos que es un trabajo tedioso, pero es la mejor manera de controlar los piojos).
8. Cuando encuentre un caso de piojos, dígaselo a los demás. Por favor, llame a la escuela de su hijo(a). Para notificar Padres que su hijo(a) ha estado cerca recientemente.

Comuníquese con la enfermera de la escuela o el proveedor de atención médica si no está seguro de si debe faltar a la escuela debido a condiciones de salud. Recuerde informar las razones por las que su hijo está ausente al personal de recepción.