

Abril 28, 2009

Estimados padres de familia:

Nuevo México está vigilando cuidadosamente la situación con el virus de la gripe porcina que ha enfermado a las personas en varios estados y también en México y otros países. Hasta ahorita no ha habido casos confirmados en Nuevo México y solamente casos leves de la enfermedad en los Estados Unidos. Nosotros reconocemos que muchas personas están preocupadas y esperamos que esta carta les ayude a aliviar sus preocupaciones. Nosotros creemos que los estudiantes pueden asistir con toda seguridad a sus clases, y las escuelas van a permanecer abiertas hasta ahora.

Hasta este momento, el Departamento de Salud de Nuevo México nos aconseja que los estudiantes pueden ir a la escuela, siempre y cuando no estén enfermos.

La gripe se propaga muy fácilmente. Los síntomas de la gripe incluyen: fiebre (de más de 100 grados Fahrenheit), acalenturamiento, tos, dolor de garganta, la nariz puede correrles o pueden sentirse que están constipados. Si usted sospecha que su niño está enfermándose de la gripe, es importante que ella o él no asista a la escuela y que no vaya a ninguna parte, - tal como una guardería, el centro de compras o un evento deportivo-, donde otra gente pueda ser expuesta al virus de la gripe. También es importante que les enseñe a sus niños cómo reducir los riesgos de enfermarse de la gripe y a proteger a otros de esta infección.

- Enseñe a sus niños a lavarse las manos muy seguido. Lavarse con jabón y agua por cuando menos 20 segundos es ideal (ésto es lo que toma cantar la canción "Feliz Cumpleaños" dos veces.
- Enséñeles a sus niños el modo apropiado de usar el líquido para limpiarse las manos. Gels, líquido para usarse frotándose las manos y toallitas húmedas trabajan bien, siempre y que contengan al menos el 60% de alcohol y si las manos no están visiblemente sucias. Las toallitas húmedas deben de tirarse a la basura de manera apropiada. Siempre lea y siga las instrucciones de la etiqueta cuando use el producto para limpiar las manos.
- Enseñe a sus niños a que no se toquen la cara, especialmente la boca, la nariz o los ojos.
- Enseñe a sus niños a cubrirse la boca o la nariz con pañuelos desechables cuando tosan o estornuden, o a que tosan dirigiendo la tos hacia la parte de adentro de su codo. También pueden toser o estornudar en su manga, - ¡no en sus manos! Si se usa un pañuelo desechable, éste debe de tirarse inmediatamente.
- Ayude a sus niños a aprender estos hábitos sanos poniendo un buen ejemplo y siempre haciéndolo usted.

Si todos practicamos una higiene buena los oficiales de salud creen que podemos limitar la propagación de la gripe porcina en nuestras escuelas esta vez.

No necesitamos cerrar las escuelas en este momento; sin embargo, si la gripe porcina continúa propagándose, quizás será necesario cerrarlas por un tiempo. Nosotros avisaremos a los padres de familia inmediatamente si la situación cambia y se hace necesario cerrar las escuelas.

Si se cierran las escuelas, por favor no haga arreglos –como mandar a sus niños a la casa de un amigo o a una guardería – esto los pondra en contacto cercano con otros niños. Es importante planear por adelantado; Tenga una discusión familiar ahora para considerar las opciones para cuidar a sus niños, en caso de que se cierren las escuelas

Usted puede obtener información en www.cdc.gov/swineflu, <http://nmhealth.org/> , o en la línea telefónica de ayuda para la gripe porcina, en el número **1-866-850-5893.**

Muchas gracias por su ayuda en conservar a nuestros niños y a nuestras escuelas sanos.