

EN LA ESCUELA...NO BAJEMOS LA GUARDIA CONTRA LA INFLUENZA



La influenza es una enfermedad aguda de las vías respiratorias. Se transmite de persona a persona. El virus de la influenza viaja a través de las gotitas de saliva que se expulsan al hablar, toser o estornudar hasta un metro de distancia. También se contagia por tocar superficies contaminadas con este virus, por ejemplo: manijas, juguetes, teléfonos, barandales, etc.

SÍNTOMAS: Inicio súbito, fiebre superior a 38°, dolor de cabeza, dolor muscular y de articulaciones, ataque al estado general y decaimiento, tos, escurrimiento nasal, ojos irritados, dolor de garganta. Ante cualquiera de estos síntomas debe acudir a consultar con el médico, es importante no automedicarse.



MEDIDAS PARA EVITAR EL CONTAGIO:

Evitar el contacto con personas enfermas, lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, evitar saludar de beso y de mano, no acudir a lugares muy concurridos, etc.

RECOMENDACIONES PARA LA PROTECCIÓN DE LOS ESCOLARES Y EL PERSONAL:

- 1** Observar e identificar síntomas de infección respiratoria en los niños, tales como:
Fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular y/o de articulaciones, tos, estornudos, congestión nasal o catarro, dolor de garganta.
- 2** Si se identifica a un niño con estos síntomas, avisarle al padre de familia, pedirle que lo lleve a consultar y recomendarle que no lo lleve a la escuela hasta que mejore.
- 3** Reforzar con los alumnos las medidas básicas de prevención: lavarse frecuente de las manos, usar gel antibacterial, taparse con un papel higiénico la boca y la nariz al toser o estornudar.
- 4** Prever la disponibilidad de agua y jabón en los planteles.
- 5** Mantener limpias las cubiertas de escritorios y mesabancos; cuidar la higiene en la cocina y los baños, manijas y barandales, así como en el material didáctico, teléfonos, equipos de cómputo y objetos de uso común.
- 6** Ventilar y permitir de manera permanente la entrada del sol a los salones y espacios cerrados, evitando corrientes de aire.
- 7** Llevar un monitoreo permanente de la limpieza de la escuela.

