



**Putnam City Schools**  
Superintendent's Office

5401 N.W. 40th  
Oklahoma City, OK 73122-3398  
405.495.5200  
Fax 405.491.7513  
[www.putnamcityschools.org](http://www.putnamcityschools.org)

10 de setiembre de 2009

Estimadas Familias de Putnam City:

Si han estado siguiendo las noticias, ustedes sabrán que aún hay gran preocupación acerca del virus de la influenza H1N1. A pesar de que cualquiera puede contraer este virus, la proporción más alta de casos de infectados con el virus de la influenza H1N1 se encuentra entre los niños en edad escolar.

Siendo que la influenza puede ser fácilmente transmitida de persona a persona, necesitamos su ayuda para mantener saludables a los estudiantes de Putnam City. Aquí encontrará algunas acciones diarias que puede tomar para ayudar a prevenir la propagación de los gérmenes que causan enfermedades respiratorias como la influenza H1N1 y otras gripes estacionales:

- **Conozca los signos y síntomas de la influenza.** Los síntomas de la influenza pueden incluir fiebre (100 grados o más), tos, dolor de garganta, goteo de la nariz o nariz congestionada, dolor de cuerpo, dolor de cabeza y una sensación de mucho cansancio. Algunas personas pueden también vomitar o sufrir de diarrea.
- **Enseñe a sus niños o niñas a lavarse las manos** seguido con agua y jabón, especialmente después de haber tosido o estornudado. Lavarse las manos por unos 20 segundos es lo ideal. Los desinfectantes de manos a base de alcohol son efectivos también.
- **Enseñe a sus niños o niñas a cubrirse cuando estornudan o tosen.** Ellos no deben toser o estornudar cubriéndose con las manos sino usar pañuelos de papel (que debe ser tirado a la basura de inmediato) o inclusive con la parte superior de la manga de su camisa o abrigo.
- **Mantenga en la casa a los niños o niñas que estén enfermos** de esta manera no transmitirán sus virus a otros. Los niños y niñas enfermos deberán permanecer en casa por lo menos por 24 horas después de que ya no presenten fiebre y que ya no necesiten tomar medicina para reducir la fiebre.

Si usted tiene niños o niñas que tienen condiciones crónicas como asma o diabetes, enfermedades neuromusculares o del sistema inmunológico que los hacen más vulnerables a enfermedades serias, este es un buen momento para consultar con sus proveedores de servicios médicos acerca de cuál es la mejor manera de proteger su salud tanto de la influenza H1N1 como de la gripe estacional.

Por favor, comprenda que en este momento las escuelas están operando normalmente y no existe razón para alarmarse. Estamos simplemente tratando de estar preparados. Esta es la razón por la cual las enfermeras de las escuelas, las asistentes de salud y los directores y directoras de las escuelas han recibido información acerca del H1N1 para estar seguros que saben qué síntomas deben buscar y qué acciones deben tomar. Este es el motivo por el que tenemos desinfectante de manos disponible en cada salón de las escuelas del distrito. Esta es la razón por la que estamos recordando a los estudiantes en la escuela que practiquen buenos hábitos de higiene. Esta es la razón por la que, como precaución adicional para el beneficio de todos los estudiantes y las estudiantes, solicitaremos a los estudiantes y las estudiantes que presenten síntomas de influenza que utilicen una máscara mientras esperan en la enfermería para ser recogidos por sus padres.

Si tiene usted alguna pregunta, por favor contacte a su proveedor de servicios médicos, director o directora, enfermera o asistente de salud de la escuela, o visite el sitio [www.flu.gov](http://www.flu.gov) o [www.putnamcityschools.org/flu](http://www.putnamcityschools.org/flu).

Atentamente,

Paul Hurst, Superintendente

Georgene Westendorf, Enfermera Registrada, Coordinadora de Servicios de Salud