



18 de Septiembre del 2009

Board of Trustees

Area 1

Janis Green

Area 2

Michelle Rivas

Area 3

Alecia Eugene Chasten

Area 4

Bob Bastian

Area 5

Cortez Quinn

Area 6

Roger Westrup

Area 7

Linda Fowler

Superintendent

Frank Porter

*To inspire each student to
extraordinary achievement
every day*

Queridas Familias de Twin Rivers,

Esperamos que hayan disfrutado el comienzo del año escolar 2009-2010. Como ustedes sabrán, los oficiales locales de salubridad esperan que los virus que causan la gripe comun y H1N1 afectarán nuestra comunidad esta temporada de otoño. Para que podamos mantener a nuestras escuelas funcionando normalmente, hemos tomado pasos para reducir la propagación de la gripe, algunos incluyen:

- Instalación de desinfectantes para las manos en cada escuela.
- Plan comprensivo a nivel distrital por cada nivel de brote de gripe.
- Personal entrenado y equipo de limpieza para actuar donde haya mas reportes de gripe.
- Tendremos cubrebocas disponibles para los niños que se enfermen en la escuela, mientras los padres los recogen.
- Una sección especial en nuestro sitio de la internet para proveerles con la más reciente información para las familias y el personal.

Aquí les tenemos alguna información que les ayudará a prevenir la propagación del virus de la gripe incluyendo H1N1:

- **Haga tiempo y vacunese.** CDC o Centro de Control de Enfermedades les recomienda vacunarse contra la gripe cada año, es el primer paso y el más importante para protegerse contra la temporada de gripe. Además la vacuna contra H1N1 esta siendo producida y estará disponible pronto. Una lista de clinicas que administrán la vacuna está disponible en nuestro sitio de internet o preguntele a su doctor.
- **Aconsejele a sus hijos que se laven las manos** con jabón y agua seguido o que usen desinfectante de manos cuando no haya lavamanos disponible.
- **Aconsejele a sus hijos que no compartan cosas personales** como bebidas, comida y utensilios.
- **Enseñeles a sus hijos cómo cubrirse la boca** con la parte interna del codo o con un pañuelo cuando estornuden o tosan.
- **Reconózcan los sintomas de la gripe** y reporte a la escuela cuando su hijo este ausente con gripe. Los sintomas incluyen fiebre alta con mas de 100 grados Fahrenheit ó 38 Centigrados, tos, dolor de garganta, nariz tapada, nariz mucosa, dolor de cuerpo, dolor de cabeza y sentir mucho cansancio. Algunas personas podrían presentar diarrea y vómito.
- **Asegurece de que la información de emergencia en la escuela esta actualizada** de modo que usted pueda ser contactada en caso que su hijo se ponga enfermo en clase o tengamos información importante para compartirle.
- **Si su hijo está enfermo, dejelo en casa** por lo menos hasta que no haya tenido fiebre por 24 horas y no le haya dado medicina para bajarle la fiebre. Por favor si tiene hijos adolescentes no se les debe dar aspirina ya que ésta puede causar una seria enfermedad llamada el síndrome de Reye's.

Si la gripe es severa, podríamos tomar pasos adicionales para prevenir la propagación. Podríamos posponer paseos escolares y examinar a los que presenten sintomas de gripe. Para más información acerca de lo que están haciendo nuestras escuelas y la comunidad acerca de la gripe, visite nuestra pagina de internet www.twinriversusd.org. Estamos trabajando muy de cerca con el Departamento de Salud Pública de Sacramento y el Departamento de Control de Enfermedades para monitorear las condiciones de la gripe.

Sinceramente,

Bonita Mallory, RN, PHN

Coordinador de Bienestar, Prevención, y Salud de Estudiantes
916-566-1600, ext 1173

*Para preguntas y preocupaciones que no son emergencia acerca de la gripe lláme al 2-1-1.
Este recurso en Sacramento ofrece información en varios idiomas en forma gratuita y confidencial*