



STATE OF WASHINGTON
Olympia, Washington 98504

Agosto 2009

**Superintendente de Instrucción Pública y Secretaria de Salud
Animan a Familias en ayudar con la Prevención de Diseminación del Virus
H1N1**

La salud de nuestros niños(as) es muy importante para todos nosotros. Ustedes probablemente han escuchado del virus H1N1 que apareció en la primavera pasada. Es una preocupación de salud pública cual estamos tomando muy serio. El Departamento de Salud del Estado de Washington, y la Oficina del Superintendente de Instrucción Pública, agencias de salud locales, y distritos escolares sobre el estado están trabajando juntos para preparar para el impacto potencial de esta nueva enfermedad del flu en las familias y escuelas.

Nosotros estamos siguiendo y estudiando este nuevo virus muy cerca, así estamos preparados para hacer todo lo posible y mantener a la gente saludable. Así como comienza el año escolar nuevo, nosotros queremos estar seguros que los padres o guardián tienen la información que ustedes necesitan para entender y estar preparados para este periodo del flu.

Una de las cosas mas importantes que ustedes pueden hacer para detener el paso de gérmenes es de mantener a sus hijos(as) en casa si están enfermos. Niños(as) deben de quedarse en casa de la escuela por lo menos 24 horas después de que se pase la calentura (sin el uso de medicinas para cortar la fiebre).

Cosas que pueden hacer para prevenir el flu

Lavarse las manos: lávense las manos seguido con jabón y agua, especialmente depuse de toser o estornudar. También efectivos son los lavados de manos basados con alcohol.

Taparse la tos: taparse su boca y nariz con una toalla de papel cuando tose o estornude. Si usted no tiene una toalla de papel, tose o estornuda en tu codo u hombro, pero en tus manos.

Vacunas para el flu: vacuna a tu familia para las **dos, flu** del tiempo y la flu del H1N1 (cuando las vacunas estén disponibles).

Hagan un plan:

Hagan un plan para el cuidado de niños en la casa si ellos se enferman o si la escuela es cancelada. Muchas familias sobre el país están creando “cuidado de niños” entre amigos y vecinos. Estos amigos y familiares de confianza trabajan juntos para compartir la responsabilidad de cuidar a los niños enfermos.

Si ustedes tienen niños con asma u otras condiciones medicales cuales los ponen en un riesgo más alto para el flu, hablen con su proveedor de salud ahora tocante un plan para protegerlos durante este tiempo del flu.

Mas informacion:

Oficina del superintendente de Instrucción Publica: Esfuerzos de planes escolares e información al corriente tocante despedidas-

<http://www.k12.wa.us/HealthServices/H1N1Flu.aspx>

Estado de Washington Departamento de Salud: Información de salud tocante H1N1 incluyendo información al corriente, o más síntomas, y otros recursos en Ingles y otros idiomas-

<http://www.doh.wa.gov/swineflu/>

Salud Pública Local: Para encontrar información de su agencia local publica de salud-<http://www.doh.wa.gov/LHJMap/LHJMap.htm>

Nosotros esperamos que estas recomendaciones le ayuden a usted en mantener a su familia saludable!



Randy I. Dorn Mary C. Selecky, Secretary

Superintendente del Estado de Instrucción Pública Estado de Washington Departamento de Salud

