

Due to increased concern in the community about the spread of the 2019 Novel Coronavirus (COVID-19), Rockland BOCES has developed this guide so that parents and guardians have accurate information regarding the illness, how to protect your child and what to do if you suspect a possible case.

Coronavirus is a new respiratory illness that originated in Wuhan, China. It is being closely monitored by the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

Reported illnesses of COVID-19 have ranged from infected individuals with little or no symptoms to individuals who are critically ill.

## ■ WHAT YOU SHOULD KNOW ABOUT CORONAVIRUS:

The symptoms include mild to severe respiratory illness with:

- Fever
- Cough
- Difficulty breathing

Having these symptoms alone does not mean that someone has the virus. Symptoms may appear in as few as two days or as many as 14 days following exposure. According to the CDC, the greatest risk of infection is to individuals who may have traveled to China.

There are currently no specific treatments for COVID-19. However, preventive measures are similar to other respiratory viruses, such as seasonal flu.

## ■ WHAT ARE SEASONAL FLU SYMPTOMS?

Seasonal flu symptoms may include a cough, sore throat, fever, runny or stuffy nose, body aches, headaches, chills, feeling tired and may include vomiting and diarrhea. Some people with the flu may not experience all these symptoms.

## ■ WHAT IF MY CHILD HAS THESE SYMPTOMS?

- Contact your pediatrician or medical professional
- Don't wait for symptoms to worsen!
- Parents/guardians are advised to keep children home when sick. **Do not return to school until your child is fever free for 24 hours without using fever-reducing medication.**

## ■ HOW CAN I PROTECT MY CHILD?

- According to the CDC, proper handwashing with soap and water is one of the best ways to prevent illness.
- Demonstrate proper handwashing for 20 seconds. Visit [cdc.gov/handwashing/index.html](https://www.cdc.gov/handwashing/index.html) to watch a video on proper handwashing.
- Demonstrate to your children how to cover their nose and mouth with a tissue when coughing or sneezing. They should throw away the tissue after each use and wash hands. If a tissue is not available, **THEY SHOULD NOT USE THEIR HANDS.** They should cover their mouth and nose with their sleeve.
- Children should avoid touching their eyes, nose or mouth. Germs spread this way.
- If possible, avoid people who are sick.
- Clean and disinfect frequently touched surfaces and objects.

## ■ TIPS ON FRAMING THE “CORONAVIRUS CHAT” WITH YOUR CHILD

- Monitor the information your child is receiving
- Explain what's going on at their developmental level
- Put the outbreak in perspective
- Give children a sense of personal action (i.e. teaching children how to wash hands regularly and sneeze into tissue/elbow provides a sense of control over their bodies)
- Use the opportunity to explain why it's important to stay home if you feel sick

**VISIT [CDC.GOV](https://www.cdc.gov) FOR THE LATEST CORONAVIRUS INFORMATION.**

Debido a una preocupación ampliada en la comunidad acerca de la transmisión del Nuevo Coronavirus (COVID-19), Rockland BOCES han desarrollado esta guía para que los padres de familia/tutores tengan la información correcta acerca de qué es el virus, cómo protegerse usted y sus hijos, y qué hacer si sospecha un posible caso.

El COVID-19 es un nuevo virus respiratorio originado en Wuhan, Provincia Hubel de China. El virus se está monitoreando de cerca por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC).

Las enfermedades reportadas del COVID-19 son diversas, desde individuos infectados con pocos o ningún síntoma, hasta individuos gravemente enfermos y moribundos. Los funcionarios de salud pública no tienen claro cómo es que se propaga el COVID-19 de persona a persona.

## ■ LO QUE DEBE SABER:

Los síntomas incluyen enfermedad respiratoria leve a severa con:

- Fiebre
- Tos
- Respiración dificultosa

Tener estos síntomas por sí solos no significa que alguien tenga el virus. Los síntomas pueden aparecer en tan solo 2 (dos) días o hasta 14 días después de haber sido expuestos. De acuerdo con los CDC, el mayor riesgo de contracción lo tienen las personas que han viajado a Wuhan China.

Estos síntomas imitan los síntomas de la gripe y actualmente no hay tratamientos específicos para el COVID-19. Sin embargo, las medidas preventivas para el COVID-19 son similares a las de otros virus respiratorios como la gripe.

## ■ ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA GRIPE?

Los síntomas de la gripe pueden incluir tos, dolor de garganta, fiebre, secreción nasal o congestión nasal, dolores corporales, dolores de cabeza, escalofríos, sentirse cansado y pueden incluir vómitos y diarrea. Algunas personas con gripe pueden no experimentar todos estos síntomas.

## ■ ¿QUÉ PASA SI MIS HIJOS TIENEN ESTOS SÍNTOMAS?

- Debe comunicarse con su proveedor de atención médica de inmediato. ¡No espere a que los síntomas empeoren!
- Se alienta a los padres de familia/tutores que mantengan a los niños en casa cuando estén enfermos.

## ■ ¿DE QUÉ MANERA PUEDO PROTEGER A MIS HIJOS?

- Según los CDC, el lavado de manos adecuado con agua y jabón es una de las mejores formas de prevenir enfermedades.
- Demuestren el lavado de manos adecuado durante 20 segundos. Haga que sus hijos visiten [cdc.gov/handwashing/index.html](https://www.cdc.gov/handwashing/index.html) para ver un video sobre el lavado de manos adecuado.
- Demuéstrenles a sus hijos cómo cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo de papel desechable al toser o estornudar. Deben tirar el pañuelo de papel desechable después de usarlo y lavarse las manos. Si no hay un pañuelo de papel desechable disponible, NO DEBEN USAR SUS MANOS. Deben cubrirse la boca y la nariz con la manga.
- Los niños deben evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca. Los gérmenes se propagan de esta manera.
- Si es posible, eviten a las personas que están enfermas.
- Limpien y desinfecten las superficies u objetos que se tocan con frecuencia.

## ■ CONSEJOS PARA ENMARCAR EL “CHAT DE CORONAVIRUS” CON SU HIJO

- Monitoree la información que su hijo está recibiendo
- Explique lo que está sucediendo en el nivel de desarrollo de su hijo
- Poner el brote de la enfermedad en perspectiva
- Brinde a los niños una sensación de acción personal (es decir, enseñarles a los niños cómo lavarse las manos regularmente y estornudar en el tejido / codo proporciona una sensación de control sobre sus cuerpos)
- Aproveche la oportunidad para explicar por qué es importante quedarse en casa si se siente enfermo

**VISITE [CDC.GOV](https://www.cdc.gov) PARA OBTENER LA INFORMACIÓN MÁS RECIENTE SOBRE CORONAVIRUS.**