



**CITY SCHOOL DISTRICT OF NEW ROCHELLE**  
515 NORTH AVENUE  
NEW ROCHELLE, NEW YORK 10801-3416

**BRIAN G. OSBORNE, ED.D.**  
SUPERINTENDENT OF SCHOOLS

**BROOKE BALCHAN DO, FAAP**  
MEDICAL DIRECTOR

TEL: (914)576-4264  
FAX: (914)632-

12 de febrero de 2018

Estimada Comunidad Escolar de New Rochelle,

La temporada anual de gripe está aquí y varias de nuestras escuelas han confirmado casos de influenza. A veces puede haber confusión sobre lo que realmente significa la "gripe". Algunos pueden usar este término para describir el resfriado común, vómitos y diarrea (gripe estomacal), o más exactamente, la infección respiratoria viral causada por el virus de la influenza.

Una infección con influenza puede tener complicaciones muy serias. La mejor protección contra la gripe es vacunarse contra la gripe anualmente. Comuníquese con su farmacia local o con su doctor para recibir una cita vacuna contra la gripe si aún no la ha recibido esta temporada.

Tenga la seguridad de que nuestras escuelas han implementado un riguroso programa de limpieza en cada edificio y hay desinfectantes para las manos y toallitas desinfectantes disponibles para todos los salones de clase y oficinas.

Pedimos que nuestros estudiantes, familiares y empleados supervisen su estado de salud y se queden en casa y/o que busquen atención médica si se sienten enfermos.

Si su hijo/a no se siente bien:

1. Verifique su temperatura antes de tomar cualquier medicamento para bajar la fiebre
2. Manténgalo en casa si la temperatura es de 100° F o más
3. Si hay vómitos o diarrea, manténgalo en casa hasta que desaparezcan los síntomas
4. Informe a la escuela de la ausencia de su hijo y avise a la enfermera sobre cualquier diagnóstico específico
5. Mantenga su hijo/a en casa hasta que la fiebre haya desaparecido por 24 horas sin el uso de un medicamento que baje la fiebre

Practique una buena higiene de manos:

1. Lávese las manos meticulosamente o use desinfectante para las manos, especialmente después de toser o Estornudar, antes de comer, y después de estar en lugares públicos o usar el baño
2. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca
3. Cuando tosa o estornude cúbrase la boca con un pañuelo desechable o con su codo

Recupérese y manténgase saludable:

1. Comiendo alimentos nutritivos
2. Bebiendo muchos líquidos
3. Durmiendo adecuadamente por la noche
4. Manteniéndose físicamente activo
5. Controlando su estrés

Juntos podemos ayudar a reducir el impacto de la enfermedad en nuestra comunidad escolar. Para cualquier pregunta o inquietud, comuníquese con sus escuelas o con el Departamento de Servicios de Salud.

Atentamente,

El Distrito Escolar de la Ciudad de New Rochelle