

18 de Enero, 2013

Padres de hijos de las escuelas del Condado de Jackson:

Muchas de las escuelas en el Condado de Jackson han notado un aumento en el número de faltas recientemente. Hay una variedad de enfermedades “virales” que se han reportado en la comunidad, hasta el momento, la mayoría de estas son las típicas para este tiempo del año.

Hay una confusión con relación al termino “flu”. La gripe (flu) viral respiratoria y el virus gastrointestinal, frecuentemente son llamados virus estomacal (stomach flu), comparten muchos síntomas similares, pero son causados por diferentes virus.

Ambos incluyen los siguientes síntomas:

- Tos
- Dolor de garganta
- Dolor de cuerpo
- Dolor de cabeza
- Escalofríos y fatiga
- Rinitis (fluido nasal)

El virus gastrointestinal ó virus estomacal no es debido al virus de la influenza mismo que también puede causar fiebre, vomito, diarrea, debilidad y puede conducir a la deshidratación

La contención de cualquiera y todos los virus depende de las precauciones y estas incluyen:

- Cúbrase - Cuando tose o cuando estornuda con sus brazos ó pañuelos, no con las manos
- Apártese – Si está enfermo, permanezca en casa y lejos de los demás
- Limpie – Las superficies comunes que son tocadas por otras personas como las perillas de las puertas, superficies, grifos, teléfonos, y teclados de las computadoras, necesitan ser limpiadas con toallitas con cloro. Debe de lavarse las manos frecuentemente con agua tibia y un buen jabón. Desinfectantes de manos deben ser usados en caso que no haya agua y jabón disponible.

Estas enfermedades pueden ser leves, moderadas o severas y pueden causar complicaciones con el cerebro, pulmones y/o infecciones en el corazón. Las personas mayores y las personas con problemas en el sistema inmunológico son las que están con mayor riesgo. Medicamentos que puede adquirir sin receta médica pueden ayudar a aliviar los síntomas. No todas las enfermedades respiratorias son por el virus de la gripe (flu), pero a causa de la actual epidemia las personas posiblemente necesitan contactar a su proveedor de servicios de salud para más información o para solicitar medicamentos recetados.

Vacunarse regularmente y una buena higiene personal, junto con las recomendaciones mencionadas arriba, pueden asistirle a usted y a su familia a evitar la “temporada de gripa” normal de Indiana.

**Jackson County Health Department**

801 W. 2<sup>nd</sup> Street, Seymour, IN 47274-8125 522-6474 (ofc) 812 522-2916 (fax)

[www.jacksoncountyhealth-in.com](http://www.jacksoncountyhealth-in.com)

Usted puede encontrar información adicional en: <http://www.in.gov/flu/>