



Reconociendo los síntomas de la influenza-gripa

Debido a que todos los virus de la influenza pueden propagarse fácilmente de persona a persona, el Distrito Escolar Unificado de Poway les pide su ayuda para reducir la propagación de la influenza en nuestras escuelas.

Esto es lo que padres pueden hacer para ayudar:

- **Reconozca los síntomas de la gripa.** Los síntomas incluyen fiebre (100 grados Fahrenheit ó 37.8 grados Celsius o más alta), tos, dolor de garganta, congestión o goteo de la nariz, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, y sentirse muy cansado. Algunas personas vomitan y tienen diarrea.
- **No mande los niños a la escuela si ellos están enfermos.** Si el niño está enfermo en la escuela será mandado a la casa. Esto incluye los programas de antes y después de la escuela.
- **Haga planes de antemano para los cuidados en la casa.** Planee quien va a cuidar los niños en su casa en caso de que tengan que irse de regreso a la casa porque están enfermos.
- **Mantenga los niños en la casa** por lo menos por 24 horas después de no tener fiebre sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre. Al mantener en casa los niños que tienen fiebre reducimos el número de personas que puede contaminarse.
- **Para más información, visite el website del PUSD al <http://www.powayusd.com/schools/Safety/>.**