



Al: personal de la escuela y a los padres

Del: Tri-County Health Department, TCHD - Enfermedades contagiosas

Fecha: 30 de enero de 2020

En muchas escuelas de nuestra jurisdicción (condados de Adams, Arapahoe y Douglas) ha habido un aumento de enfermedades como **gastroenteritis viral** o **gripe/enfermedades de las vías respiratorias superiores**. Esta carta explica cómo prevenir la transmisión de enfermedades en la escuela y en la casa.

La causa habitual de la **gastroenteritis viral**, a veces denominada “gripe estomacal” (aunque no tiene relación con la gripe) es un virus llamado norovirus. Los síntomas del norovirus suelen durar de 1 a 3 días e incluyen vómitos, diarrea, dolores musculares, fiebre baja y náuseas. El comienzo de los síntomas puede ser repentino e intenso. El norovirus se transmite fácilmente de una persona a otra, a través del contacto con las heces o el vómito de personas infectadas o con superficies contaminadas. Las siguientes son medidas importantes de control de enfermedades para la prevención y el control del norovirus:

- **Lavado de manos** frecuente y cuidadoso, con agua y jabón
- Más **limpieza y desinfección** de los picaportes, los baños y las superficies que se tocan con frecuencia
- **Desinfección** de cualquier superficie contaminada con diarrea o vómito con una solución de cloro (1 taza de lejía por cada 16 tazas de agua) u otro desinfectante aprobado
- Mantener a los niños y al personal enfermo en casa durante 24 horas después del último episodio de vómitos o diarrea. Si hay un brote en la escuela, el TCHD puede exigir que esta exclusión se aumente a 48 horas.

La **gripe** o influenza es una enfermedad contagiosa causada por el virus de la influenza. Los síntomas de la gripe pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, cansancio, tos seca, dolor de garganta, congestión nasal y dolor de cuerpo. La mayoría de las personas que se contagian la gripe se recuperan en una o dos semanas. Las siguientes son medidas importantes de control de enfermedades para la prevención y el control de las enfermedades respiratorias:

- Ponerse la **vacuna antigripal** anualmente
- **Lavarse las manos** frecuentemente y con cuidado, con agua y jabón
- **Cubrirse la boca** al toser o estornudar con el brazo y no con las manos
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca
- Más **limpieza y desinfección** de las superficies que se tocan con frecuencia usando el desinfectante habitual de la escuela
- Mantener a los niños y al personal enfermos en casa durante al menos 24 horas después de que dejen de tener fiebre o señales de fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles

Agradecemos su cooperación con estas medidas de control de enfermedades. Para hacer preguntas o para reportar un brote, póngase en contacto con Tri-County Health Department, al 303-220-9200, y pida hablar con alguien de Enfermedades contagiosas.