



Dear Parent or Guardian:

We have entered the time of year when we see influenza (flu) and other respiratory viruses at school. We want to let you know what steps we are taking to keep our school community healthy and how you can help.

Respiratory infections, such as the flu and common colds (colds), are spread when people come in close contact with sick people and inhale airborne droplets, or come in contact with contaminated surfaces. Flu and colds symptoms can sometimes be difficult to tell them apart, but consider this:

	FLU	COMMON COLD
<b>How it begins</b>	Sudden	Gradual
<b>Cough</b>	Severe	Mild to moderate
<b>Muscles</b>	Achy	None to mild aches
<b>Stuffy, runny nose</b>	Sometimes	Common
<b>Tiredness</b>	Severe	Mild
<b>Fever</b>	None to high grade	None to low grade
<b>Complications</b>	Bronchitis/Pneumonia	Earache/Sinus infection

If symptoms persist or worsen, make an appointment with your healthcare provider to be evaluated. The flu can be serious for children of all ages, causing them to miss school, activities, or even be hospitalized.

We take the health of our students seriously and work very hard to keep these viruses from spreading. We regularly clean frequently touched areas such as door knobs, stair rails, telephones, computer keyboards, and bathroom faucets and fixtures. We also instruct students and staff to follow the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) approach to fight the flu:

**Take everyday preventative actions to stop the spread of germs:**

- Wash hands often with soap and water, or use alcohol-based hand sanitizers when soap and water are not available,
- Cover coughs with a disposable tissue or cough into their sleeve,
- Avoid touching their eyes, nose, and mouth,
- Avoid close contact with sick individuals,
- Avoid sharing cups and eating utensils, and
- Stay home when sick.

Please **help us maintain a healthy school environment by keeping sick children home, especially if they have a fever above 100° F, diarrhea, vomiting, or a severe cough.**

A couple additional important points:

1. Notify your child's healthcare provider if your child develops difficulty breathing or a new onset of wheezing
2. If your child has asthma, please make sure we have a copy of your child's Asthma Action Plan.
3. When your child is absent from school, please let the office know the reason for the absence so that we can better monitor the situation.
4. Our teaching staff will be supportive in assisting students in transitioning back to school when they return from an absence.

If you have any questions, please contact your school's health coordinator. Together we can have a healthy school year!

Estimado Padre/Tutor:



**GLENVIEW 34**  
SCHOOL DISTRICT

Hemos comenzado la época del año en la que influenza(gripe) y otros virus respiratorios se hacen presentes en las escuelas. A lo cual, queremos informarle de algunos pasos que estamos tomando para mantener sana a nuestra comunidad escolar y cómo usted nos puede ayudar a que esto suceda.

Las infecciones respiratorias, como la gripe (flu) y los resfriados comunes (colds), se contagian cuando las personas están en contacto con personas enfermas o inhalan gotas en el aire, o incluso cuando están en contacto con superficies contaminadas. Los síntomas de la gripe o resfriado en ocasiones son difíciles de diferenciar, sin embargo considere lo siguiente:

	<b>GRIPE - FLU</b>	<b>RESFRIADO COMÚN</b>
<b>Cómo inicia</b>	De repente	Gradual
<b>Tos</b>	Grave	Leve a moderada
<b>Músculos</b>	Dolor	Nada a dolores leves
<b>Congestión, Secresión nasal</b>	Algunas veces	Común
<b>Cansancio</b>	Grave	Leve
<b>Fiebre</b>	Nada a grados altos	Nada a grados bajos
<b>Complicaciones</b>	Bronquitis/Neumonía	Dolor de oído/Infección de senos nasales

Si los síntomas persisten o empeoran haga una cita con su proveedor de salud - médico para ser evaluado. La gripe puede ser algo serio para los niños de todas las edades, provocando que pierdan días de escuela, actividades o incluso llegar a ser hospitalizados.

Nos preocupamos seriamente por la salud de los estudiantes y trabajamos arduamente para evitar que los virus se propaguen. Limpiamos con frecuencia las áreas que se tocan regularmente como las perillas de las puertas, los barandales de las escaleras, teléfonos, teclados de las computadoras y las llaves y accesorios de los baños. De igual manera, instruimos a los estudiantes y al personal a seguir el enfoque de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC - Centers for Disease Control and Prevention) para combatir la gripe:

**Tome las medidas preventivas todos los días para detener la propagación de los gérmenes:**

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, o use desinfectantes para manos a base de alcohol cuando el jabón y agua no estén disponibles.
- Cuando tenga tos cúbrase con un pañuelo o con la parte de la manga de su brazo.
- Evite tocar sus ojos, nariz y boca.
- Evite tener contacto con personas enfermas.,
- Evite compartir tazas y utensilios de comida
- Quédese en casa cuando éste enfermo

**Le pedimos nos ayude a mantener un ambiente escolar saludable manteniendo a los niños enfermos en casa, especialmente si ellos tienen fiebre arriba de 100° F, diarrea, vómito, o tos fuerte.**

Un par de puntos adicionales:

1. Notifique a su médico, si su niño/a tiene dificultades para respirar o le aparece un silbido al respirar.
2. Si su hijo/a tiene asma, asegúrese de que tengamos el Plan de Acción de Asma de su hijo/a.
3. Cuando se ausente de la escuela, informe a la oficina de su escuela el motivo de la ausencia para que podamos supervisar mejor la situación.
4. Nuestro personal docente apoyará a los estudiantes en la transición a su regreso a la escuela.

Si tienen alguna pregunta, por favor contacte al Coordinador de Salud de su escuela. ¡Juntos podemos tener un año escolar saludable!