



*J. ALVIN WILBANKS  
CEO/SUPERINTENDENT*

***MEADOWCREEK  
ELEMENTARY  
SCHOOL***

*Kelli McCain  
Principal*

*Clifton Alexander  
Assistant Principal*

*Erin Buckley  
Assistant Principal, Title I*

*Tonya Burnley  
Assistant Principal*

*Judith Ford  
Assistant Principal*

**THE MISSION OF  
Meadowcreek Elementary  
School,**  
*in cooperation with students,  
family and community, is to  
strive for academic excellence  
while maintaining a high  
standard of behavior to  
empower students to acquire the  
knowledge and skills to become  
contributing members of a  
diverse society.*

5025 Georgia Belle Court  
Georgia Belle Court  
Norcross, Georgia 30093  
770-931-5701  
fax: 770-931-5705

24 de agosto, 2009

Estimados padres de familia:

Sabemos que los funcionarios de salud esperan tener una temporada de influenza muy ocupada con los dos tipos de influenza, la temporal y la H1N1. Con eso dicho, estamos comprometidos a continuar la comunicación con nuestras familias para promover la educación acerca de la influenza, y ayudarlos a estar preparados y a mantenerse saludables. Quiero asegurarles que las Escuelas Públicas del Condado de Gwinnett están en constante comunicación con oficiales de Salud Pública en el Departamento de Salud (*East Metro Health District*) quienes recomiendan que sigamos las pautas y orientación de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention* o *CDC*) para prevenir la propagación de todas las enfermedades. **Esta orientación, basada en las condiciones actuales de la influenza, recomienda que los estudiantes y el personal escolar con síntomas de influenza, que hayan tenido fiebre o síntomas de fiebre, permanezcan en casa por lo menos 24 horas adicionales después de que hayan dejado de sufrir estos síntomas. Esto se debe determinar sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre (cualquier medicina que contenga ibuprofeno o acetaminofeno).**

En este momento, CDC recomienda que el mejor método para reducir la propagación de la influenza en las escuelas y guarderías o programas de cuidado infantil, es la pronta identificación de estudiantes y personal escolar enfermos, quedarse en casa al sentirse enfermo, y practicar buenos hábitos de higiene al toser y al lavarse las manos. Estas medidas de higiene incluyen cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable (*tissue*) al toser o estornudar (o toser o estornudar en la parte superior del brazo o manga cuando no tenga un pañuelo disponible), lavarse las manos frecuentemente con jabón y agua, o utilizar un desinfectante de manos, si no es posible usar agua y jabón.

La información que usted recibió a principios del año escolar debió haber incluido un boletín informativo sobre la influenza. Algunos de los consejos que se incluyeron en ese boletín también se encuentran en la parte de atrás de esta carta. Además, ese boletín está disponible en la página de Web del distrito escolar ([www.gwinnett.k12.ga.us](http://www.gwinnett.k12.ga.us)). Por favor lea esta información y compártala con su hijo/a, ya que la salud y la seguridad de nuestros estudiantes y personal escolar es una prioridad que yo se que todos compartimos. Continuaremos trabajando con los funcionarios de salud locales para asegurarnos que estamos haciendo todo lo posible por proveer un ámbito de aprendizaje sano y seguro.

Si tiene alguna otra pregunta o preocupación, por favor comuníquese con el Departamento de Salud (*East Metro Health*) al 770-339-4260. Para información adicional, por favor visite [www.EMHD.com](http://www.EMHD.com) y [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov).

Atentamente,

Directora

## **Hábitos saludables:**

### **Manteniéndose saludable durante la temporada de gripes e influenza**

- Mantenga la distancia. Evite el contacto cercano con otras personas para así evitar que se contagie con los gérmenes de otros, o que usted comparta gérmenes con ellos.
- No comparta artículos personales con otros (tales como cepillo de dientes, toallas, cubiertos, etc.)
- Si está enfermo, quédese en casa y no mande a los niños a la escuela si están enfermos.
- Lávese las manos frecuentemente.
- Estornude o tosa en la parte superior del brazo o manga, o cúbrase la boca y nariz con un pañuelo. En otras palabras, evite que los gérmenes lleguen a sus manos. Arroje los pañuelos desechables usados en la basura. Lávese las manos después de que tosa o estornude.
- No se toque los ojos, nariz o boca con las manos.
- Practique las buenas costumbres... duerma lo suficiente, aliméntese bien, manténgase activo físicamente, tome bastantes líquidos (especialmente agua), controle el estrés, y respire aire fresco...cada día.
- Asegúrese de comer una dieta balanceada con bastantes verduras, especialmente las de color verde oscuro, vegetales rojos y amarillos, y una variedad de frutas.
- Vacúnese para protegerse de la influenza estacional y de la influenza del virus H1N1. (Puede que necesite dosis múltiples contra el virus H1N1). Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention* o *CDC*) insisten que los niños y adultos reciban la vacuna de la influenza. Se espera que la vacuna esté disponible durante el otoño.
- Si es mayor de 65 o tiene una enfermedad crónica tal como la diabetes o asma, obtenga una inyección contra la neumonía para prevenir una infección secundaria.