



C I R C U L A R N° 005 - Enfermería

Estimada Comunidad:

Con el propósito de prevenir la transmisión de enfermedades respiratorias, en especial los casos de Influenza, los que ya se han presentado en el nivel de Scuola Primaria, estimamos importante recordarles algunas medidas preventivas que solicitamos reforzar con sus hijos(as) al interior de sus familias.

Debemos tener presente que este tipo de enfermedades es muy contagiosa y se transmite por vía aérea de persona a persona a través de las secreciones respiratorias al toser, estornudar o hablar y además a través de las manos o artículos contaminados con estas secreciones.

Medidas Preventivas Generales:

- Muy importante, lavar frecuentemente las manos con agua y jabón. En caso de no tener disponible estos elementos, el alcohol gel puede ser usado sólo en caso de tener las manos visiblemente limpias.
- Cubrirse la boca y la nariz con el antebrazo o un pañuelo de papel al toser o estornudar y eliminarlo.
- Ventile diariamente todos los recintos de su casa.
- Limpiar superficies y objetos de uso común con frecuencia (Ej. manillas, llaves del baño, control remoto, teléfonos, etc.)
- No envíe a su hijo enfermo al colegio.
- Cumplir con el reposo indicado por el médico. Recuerde que si su hijo tuvo fiebre el día anterior, probablemente a la mañana siguiente amanecerá sin ella, pero esto no es un indicador de que el cuadro febril haya remitido, por lo tanto sólo debe enviarlo al colegio una vez que haya permanecido **24 horas sin fiebre en su casa.**
- Evitar el contacto directo con personas que estén enfermas.
- Evitar besar en la boca a los niños.
- Evitar aglomeraciones y lugares concurridos cerrados.
- Evitar los cambios bruscos de temperatura.
- Procurar abrigar lo suficiente y evitar el abrigo excesivo de sus hijos.
- Enseñar a los niños a:
 - ✓ Aligerarse de ropa cuando estén en lugares temperados (ej. sala clases) o vayan a realizar actividad física (ej. salida a recreos) o aumente la temperatura durante el día.
 - ✓ Abrigarse si salen a lugares más fríos y no realizarán actividades físicas.

Es muy frecuente que los niños se dejen toda la ropa con que los padres los envían al colegio, realizando todas las actividades con estas y sin considerar las fluctuaciones



de temperatura de la jornada, ocasionando que transpiren y mantengan la ropa interior y poleras mojadas.

- Mantener una adecuada ingesta de agua (1.5 a 2 litros diarios)

Cordialmente,

Cara Comunità,

Al fine di prevenire la trasmissione di malattie respiratorie, in particolare i casi di Influenza, che si sono già presentati nella Scuola Primaria, riteniamo importante ricordare alcune misure preventive che Vi preghiamo di rafforzare in famiglia con i Vostri figli.

Queste malattie sono molto contagiose e si trasmettono per via aerea da persona a persona attraverso le secrezioni respiratorie al tossire, starnutire o parlare, nonché attraverso le mani o articoli contaminati con queste secrezioni.

Misure preventive generali:

- E' molto importante lavare frequentemente le mani con acqua e sapone. Nel caso che questi elementi non fossero disponibili, l'alcool gel può usarsi solo se le mani sono visibilmente pulite.
- Al tossire o starnutire, coprire la bocca ed il naso con l'avambraccio oppure un fazzoletto di carta e poi scartarlo.
- Ventilare tutti i giorni ogni ambiente di casa.
- Pulire frequentemente le superfici e oggetti di uso comune (Es.: maniglie, rubinetti, telecomandi, telefoni, ecc.)
- Non mandare a scuola il figlio malato.
- Compiere con il riposo segnalato dal medico. Se suo figlio ha avuto la febbre il giorno precedente, è probabile che il seguente mattino la stessa non si presenti, però ciò non vuol dire che la febbre sia rimessa, pertanto deve mandarlo a scuola solo quando sia rimasto a casa **24 ore senza la febbre.**
- Evitare il contatto diretto con persone che siano malate.
- Evitare di baciare sulla bocca i bambini.
- Evitare agglomerazioni e luoghi chiusi molto frequentati.
- Evitare i bruschi cambiamenti di temperatura.
- Procurare di coprire il figlio, evitando l'eccesso di abbigliamento.
- Insegnare i bambini a:



- ✓ Alleggerire l'abbigliamento quando si trovano in luoghi temperati (Es.: aula), si dispongano ad effettuare attività fisica (Es.: ricreazione), o se aumenta la temperatura durante la giornata.
- ✓ Coprirsi nel caso di uscire a luoghi più freddi se non effettueranno attività fisica.

E' molto frequente che i bambini si mantengano l'intera giornata con i vestiti con cui i genitori gli hanno mandati a scuola, effettuando tutte le attività con gli stessi e senza considerare le fluttuazioni di temperatura della giornata, causando che sudino e mantengano la biancheria intima e le camicette bagnate.

- Mantenere una adeguata ingestione d'acqua.

Cordiali saluti.

Unidad de Enfermería Scuola

Santiago, 20 marzo 2018.