

Mission:

To protect, promote & improve the health of all people in Florida through integrated state, county & community efforts.



Rick Scott
Governor

Celeste Philip, MD, MPH
Surgeon General and Secretary

Vision: To be the **Healthiest State** in the Nation

15 de Noviembre del 2018

Estimados Padre,

Esta semana ha habido un aumento en el número de estudiantes en su escuela que han reportados síntomas de la gripe (ILI) y síntomas gastrointestinales (GI). Los síntomas comunes reportados para ILI incluye fiebre, tos y o dolor de garganta. Los síntomas más comunes reportados para GI incluye vómitos y diarrea.

La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por el virus de la gripe que infectan la nariz, la garganta y a veces los pulmones. Puede causar enfermedad leve o severo, y a veces puede llevar a la muerte. La mejor manera de prevenir la gripe es recibiendo una vacuna contra la gripe cada año. **(Hoja informativa adjunta)**

Consejos de Prevención

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. Si el jabón y el agua no están disponibles utilice una frotación a base de alcohol.
- Si usted esta enfermo con gripe, CDC recomienda que usted se quede en su casa por lo menos 24 horas después de que su fiebre se ha ido, excepto para conseguir atención médica o para otras necesidades. (Su fiebre debe ser ausente por 24 horas sin el uso de medicina para la reducción de fiebre.)
- Si usted tiene síntomas gastrointestinales, quedese en su casa por lo menos 48 horas después del ultimo episodio de diarrea.
- CDC recomienda una vacuna annual contra la gripe como el primer y mas importante paso en la protección contra la influenza y sus complicaciones potencialmente graves.
- Trate de evitar contacto cercano con personas enfermas.
- Mientras éste enfermo, limite el contacto con los demás para evitar infectarlos.
- Cúbrase la nariz y la boca con servilletas cuando tosa o estornude. Después de usar servilletas, tírelos a la basura y lávese las manos.
- Evite tocarse los ojos, nariz y la boca. Los gérmenes se riegan de esta manera.
- Limpie y desinfecte superficies y objetos que puedan estar contaminados con gérmenes.

Si tiene alguna pregunta o preocupación específica, por favor, de llamarnos al 772-221-4000 opción 7.

Michele Cupid, MPH, CPH
Gerente de Servicios de Salud
Departamento de Salud de la Florida, Condado de Martin
3441 SE Willoughby Blvd, Stuart, FL 34994
www.MartinCountyHealth.com