



2500 Bates Avenue, Suite B, Concord CA 94520 | Teléfono: (925) 313-6740 | Fax: (925) 313-6465
cchealth.org

Recomendaciones para los centros escolares en caso de infecciones respiratorias

El Condado de Contra Costa colabora estrechamente con los centros escolares para mantener seguros y sanos a los estudiantes, al personal y a sus familias. Las infecciones respiratorias deben notificarse al Departamento de Salud Pública local cuando se produzcan brotes, hospitalizaciones o fallecimientos.

Síntomas:

Los síntomas pueden incluir secreción nasal, escalofríos, dolores musculares y dolor de garganta. Las personas pueden estornudar y toser y estar más cansadas de lo habitual. Es importante comprobar si hay fiebre. Los síntomas pueden durar unos 7 días y la infección es contagiosa a otras personas poco antes y durante los síntomas. Una posible complicación grave es la neumonía.

¿Qué puede hacer para prevenir las infecciones respiratorias?:

- Cúbrase la nariz y la boca al estornudar o toser. Use un pañuelo de papel o la manga. Deseche los pañuelos usados.
- Lávese las manos después de tocar cualquier cosa que pueda estar contaminada con las secreciones de la boca o la nariz. Es posible que su hijo(a) necesite ayuda para lavarse las manos.
- NO comparta recipientes y tazas de bebidas ni cubiertos. Lave todos los platos con agua caliente y jabón entre usos.
- Limpie y desinfecte cualquier cosa que entre en contacto con las secreciones de la nariz o la boca. Use un producto que mate los gérmenes.
- NO exponga a su hijo(a) al humo de tabaco de segunda mano. Fumar y vapear aumentan el riesgo de infecciones respiratorias graves e infecciones del oído medio.

¿Qué puede hacer en caso de contraer una infección respiratoria?:

Los niños deben ser excluidos de la escuela o la guardería hasta al menos 24 horas después de que ya no tengan fiebre o signos de fiebre (escalofríos, sensación de mucho calor, apariencia enrojecida o sudoración) y sin tomar medicamentos para reducir la fiebre.



Para obtener más información, comuníquese con el departamento de Salud Pública de Contra Costa (Contra Costa Public Health) al 925-313-6740 o visite el sitio web, en <https://www.cchealth.org/health-and-safety-information/communicable-disease-program>.
Para ver directrices para la escuela de CDPH, visite <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Schools/SymptomGuidance.aspx>.