



SANTIAGO CHRISTIAN SCHOOL

Apartado 62
Santiago de los Caballeros
Dominican Republic
West Indies

Tels.: (809) – 570-6140
570-6141
Fax: (809) 570-6145

October 12, 2011

Dear Parents,

Recently the nurse's office has seen an increase in students with influenza virus symptoms. Viruses spread easily among children in schools, and families with school-age children have more infections than others, with an average of one-third of these family members infected each year. By keeping our children flu-free, we benefit the community as a whole. Please know that the nurse's office is working to provide a safe, healthy learning environment for all children at Santiago Christian School.

Concern over the influenza virus is natural and can cause anxiety, however there is no cause for alarm or panic. The virus is transmitted through coughing or sneezing of people infected with the virus. People may also become infected by touching something with flu viruses on it and then touching their mouths or noses. The virus is NOT spread by eating foods.

It is important to be informed regarding the symptoms of the disease as well as ways to help prevent its spread.

Signs and symptoms may include:

- Fever, chills
- Sorethroat
- Cough
- Headache
- Fatigue
- Bodyaches
- Vomiting & diarrhea

If you or your child have symptoms of the flu virus we urge you to stay at home, and contact your doctor to arrange for evaluation and treatment options.

Ways to help prevent the transmission of the Influenza Virus include:

- **Cover mouth and nose with a tissue when coughing or sneezing. Dispose of tissue in garbage after use.**
- **Practicing good hand washing frequently with soap & water**
- **Do NOT share drinks, water bottles or food**
- **Avoid touching eyes, nose or mouth. Germs can be spread in this way.**
- **Avoid contact with anyone presenting symptoms of the flu virus**
- **If you have symptoms of the flu virus, stay home, and limit contact with others**

Thank you for your cooperation. If there is anything that I can assist you with please feel free to contact me at the school at 809-570-6140 ext. 242.

For more information on the Influenza Virus please refer to the following website links below:

<http://www.cdc.gov/flu/>

Queridos Padres,

12 de Octubre, 2011

Recientemente la enfermería ha visto un aumento de estudiantes con síntomas del virus de Influenza. Los virus se transmiten fácilmente entre los niños en la escuela, y las familias con hijos en edad escolar tienen más infecciones que otras, con un promedio de un tercio de los miembros de estas familias

infectados cada año. Al mantener a nuestros hijos libres de gripe, beneficiamos a la comunidad en su totalidad. Por favor sepa que la oficina de la enfermera trabaja para proporcionar un ambiente de aprendizaje seguro, sano para todos los niños en Santiago Christian School.

La preocupación por el virus de Influenza es natural y puede causar la ansiedad, sin embargo no hay ninguna causa para alarma o pánico. El virus es transmitido por toses o estornudos de la gente infectada por el virus. La gente también puede ser infectada tocando algo con virus de gripe en ello y luego tocando sus bocas o narices. El virus no es extendido comiendo comida.

Es importante estar informado en cuanto a los síntomas de la enfermedad así como modos de ayudar a prevenir su extensión.

Muy parecida a los síntomas de la gripe humana regular:

- Fiebre, escalofríos
- Dolor de garganta
- Tos
- Dolor de cabeza
- Fatiga
- Dolor en el cuerpo
- Vómitos y diarrea

Si usted o su niño/a tienen síntomas del Influenza le impulsamos a quedarse en casa, y ponerse en contacto con su médico para realizar evaluación y opciones de tratamiento.

Los modos de ayudar a prevenir la transmisión de la Influenza incluyen:

- **Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo cuando tosa o estornude. Tire el pañuelo a la basura después de usarlo.**
- **Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua, especialmente después de toser o estornudar. Lociones con base de alcohol para limpieza de manos también son eficientes.**
- **No compartir bebidas, botellas de agua, o alimento**
- **Evite tocar los ojos, la nariz o la boca. Los gérmenes se propagan de esa manera.**
- **Evite el contacto cercano con personas que tienen síntomas parecidos a la Influenza**
- **Si usted tiene síntomas del Influenza, se queda en casa, y limita el contacto con otros**

Gracias por su cooperación. Cualquier pregunta no dude en llamarme al colegio en 809-570-6140 ext. 242.

Para más información de la Influenza por favor refiérase a los eslabones de websites siguientes abajo:

<http://www.cdc.gov/flu/espanol/>

Sinceramente,

Licda. Linda J. Riegsecker
Enfermera Santiago Christian School