



## *The Nurse's Corner*

---

# Feliz Otoño!



Estamos muy contentos de estar de vuelta en el ritmo de las cosas este año escolar. Como ahora estamos a unos meses dentro del año escolar, hemos podido comenzar exámenes de la vista, maduración y otros exámenes y clases. Nos encanta interactuar y ver a todos los estudiantes y estamos aquí para ayudar con cualquier inquietud médica en la escuela. A medida que nos acercamos a estos meses de otoño e invierno, ya estamos viendo algunas enfermedades que se están extendiendo. Recuerde mantener a su estudiante en casa cuando esté enfermo (pautas en la última página). El siguiente artículo es un gran recordatorio para lavarse las manos, lo que ayuda a disminuir la propagación de gérmenes. ¡Les deseo a todos un feliz y saludable otoño!

### Historial y pautas de higiene de manos para todos

Ignaz Semmelweis, conocido como el padre de la higiene de manos, fue un médico húngaro que trabajó en el Hospital General de Viena. En 1846, notó que las mujeres que daban a luz en la sala de maternidad dirigida por estudiantes de medicina / médicos en su hospital estaban desarrollando fiebres y muriendo mucho más que las mujeres que daban a luz en la maternidad adyacente dirigida por parteras. Comparó todas las actividades que tuvieron lugar entre las dos salas y notó que los médicos y sus estudiantes a menudo visitaban la sala de maternidad directamente después de realizar autopsias. Después de esta observación, desarrolló una teoría de que aquellos que realizaban autopsias todavía tenían partículas de investigación en sus manos y las

llevaban desde la sala de autopsias hasta la sala de maternidad. ¡Sí! Las parteras no realizaron

Octubre/Noviembre 2022

cirugía o autopsias, por lo que no fueron expuestos a estas partículas. Debido a esto, Semmelweis impuso una nueva regla que obliga a lavarse las manos con cloro para los médicos. Las tasas de muerte en su sala de maternidad cayeron dramáticamente. Esta fue la primera prueba de que limpiarse las manos podría prevenir la infección. Hoy en día, lavarse las manos con agua y jabón o desinfectantes para manos a base de alcohol se ha convertido en una práctica más común para promover la buena salud y la nutrición (información de [globalhandwashing.org](http://globalhandwashing.org)). Aquí hay algunos consejos para lavarse las manos ya que la temporada de frío de otoño está sobre nosotros:

**Momentos importante para lavarse las manos (la siguiente información es de [cdc.gov](http://cdc.gov)):**

- Antes, durante y después de prepararlos alimentos
- Antes y después de comer alimentos
- Antes y después de cuidar a alguien en casa que está enfermo con vómitos o diarrea
- Antes y después de tratar una cortada o herida
- Después de usar el baño
- Después de cambiar pañales o limpiar a un niño que ha usado el baño
  - Después de sonarse la nariz, toser o estornudar
  - Después de tocar un animal, alimento para animales o desechos animales
  - Después de manipular alimentos para mascotas o golosinas para mascotas
  - Después de tocar basura

**5 Pasos para lavarse las manos correctamente ( la siguiente información es de [cdc.org](http://cdc.org)):**

1. Mójese las manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y aplique jabón.
2. Enjabona tus manos frotándose con el jabón. Enjabona el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
3. Frota sus manos durante al menos 20 segundos. ¿Necesitas un temporizador?

- cante la canción "Happy Birthday" de principio a fin dos veces.
4. Enjuáguese bien las manos con agua corriente limpia.
  5. Séquese las manos con una toalla limpia o séquese al aire.

October/November 2022

## Exámenes de la Vista en la Escuela

Los exámenes de la vista están en marcha este año escolar. Esté atento a un aviso de la escuela de su hijo sobre cuándo se realizará el examen de la vista de su hijo. Algunas escuelas ya los han completado, mientras que otras simplemente se están preparando para comenzar. Las pruebas de la vista ocurren anualmente ya que la ley de Utah establece que los exámenes oculares de los estudiantes ocurren en las escuelas públicas de preescolar, kinder, 1er, 3er, 5to, 7mo u 8vo, y 9no o 10mo grado.

Aprender en clase es clave, poder ver lo que se está enseñando es esencial y está disponible para todos los estudiantes. La capacidad de un niño para ver tiene un gran impacto en su capacidad de aprender. El día de la evaluación, la clase de su hijo completará una evaluación de la vista a distancia. Si su hijo no pasa su evaluación a distancia, la enfermera de su escuela le notificará generalmente a través de una referencia en la mochila de su hijo o por correo. Con esta referencia, esperamos que haga un seguimiento con un oftalmólogo lo antes posible. Si necesita ayuda para cubrir el costo de un examen o anteojos, hay programas de apoyo disponibles. Pídale detalles a la enfermera de su escuela si recibe el aviso de derivación.

Hemos visto tan buenos resultados en las escuelas cuando los niños reciben la atención oftalmológica y el apoyo que necesitan.

¡Cuanto antes se aborde una afección ocular, mejores serán los resultados a largo plazo para su hijo!

## Utah Naloxona

Las muertes por intoxicación por drogas son un problema de salud pública prevenible. Las sustancias más responsables de las muertes por envenenamiento provienen de medicamentos opioides como morfina, metadona, hidrocodona, fentanilo, oxicodona, tramadol y heroína. La sobredosis de opioides es reversible a través de la administración

oportuna del medicamento naloxona (Narcan®) y la prestación de atención de emergencia. La naloxona (Narcan®) es un antídoto para la sobredosis de opioides. Puede revertir la sobredosis y salvar una vida.

Utah se ve particularmente afectado por los opioides recetados. Son responsables por 41% de las muertes por envenenamiento por drogas no intencionales e indeterminadas de Utah. (utahnaloxone.org) Puedes aprender a administrar y acceder a Narcan gratis

aquí:<http://www.utahnaloxone.org/utah-naloxone-videos-recognizing-an-overdose-and-using-naloxone-kits/>

October/November 2022

## Pautas para días de Enfermedad

WCSD sigue las recomendaciones de la Academia Americana de Pediatría para la exclusión de la escuela.

**Mantenga a su hijo en casa si presenta alguno de los siguientes síntomas:**  
**Explicación de los síntomas:**

|            |  |
|------------|--|
| Tos        | Tos grave y sostenida, falta de aliento o dificultad para respirar.  |
| Diarrea    | Dos o más episodios inexplicables de heces acuosas o blandas en 24 horas <b>O</b> aparición repentina de heces blandas. Puede regresar <b>24 horas</b> después del último episodio.            |
| Fiebre     | Temperatura superior a 101°F [38.3°C] por cualquier método. Regrese cuando esté libre de fiebre durante <b>24 horas</b> (SIN el uso de medicamentos para reducir la fiebre).                   |
| Piojos     | por Carta Administrativa de WCSD (La exclusión no es necesaria antes del final del día escolar)  |
| Sarpullido | Cualquier erupción nueva acompañada de fiebre o cambios de comportamiento. Puede regresar después de que la erupción desaparezca o después de que un proveedor de atención médica lo autorice. |

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Llagas en la piel o boca | Drenaje de una llaga que no se puede contener dentro de un vendaje. Llagas en la boca con babeo que el niño no puede controlar a menos que el proveedor de atención médica primaria del niño o la autoridad del departamento de salud local indique que el niño no es infeccioso. |
| Vomito                   | Cualquier episodio inexplicable en las últimas 24 horas. Puede regresar <b>24 horas</b> después del último episodio.  |
| Otros                    | Síntomas que impiden que el estudiante participe activamente en las actividades escolares habituales <b>o</b> el estudiante requiere más atención de la que el personal de la escuela puede proporcionar de manera segura   |

**Asegúrese de estar disponible en todo momento:** Los padres deben asegurarse de que la escuela tenga una manera de comunicarse con usted en todo momento: asegúrese que sus números de teléfono en casa y en el trabajo estén disponibles, así como su número de teléfono celular.

Por favor, ayude a otros a no enfermarse manteniendo a su hijo en casa durante lo peor de su enfermedad. Para obtener más información, o si tiene preguntas, comuníquese con su enfermera escolar.

\*\*Estas pautas pueden cambiar en cualquier momento según las instrucciones de los CDC y/o el departamento de salud local.