



## **HOJA INFORMATIVA PARA PADRES SOBRE CORONAVIRUS (COVID-19)**

NCISD está monitoreando el Coronavirus (COVID-19) y está en contacto con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), el Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas (DSHS) y el Distrito de Salud Pública del Condado de Montgomery para seguir todas las medidas de precaución a cabo que surjan nuevos detalles. Saber información importante sobre el virus y cómo estar preparado no solo puede prevenir enfermedades sino también reducir el estrés y calmar las ansiedades.

### **¿Cuales síntomas debo estar buscando?**

Los síntomas de COVID-19 incluyen enfermedades respiratorias leves a graves que imitan síntomas similares a la gripe, que incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar

Los síntomas de la gripe también pueden incluir dolor de garganta, congestión nasal, dolores corporales, dolores de cabeza, escalofríos, fatiga y pueden incluir vómitos y diarrea. Todos los síntomas pueden no estar presentes. Tener estos síntomas por sí solos no significa que alguien tenga el virus. Los síntomas pueden aparecer en tan solo dos días o hasta 14 días después de la exposición. Según los CDC, las medidas preventivas para el COVID-19 son similares a otros virus respiratorios como la gripe.

### **¿Qué pasa si mi hija/o tiene estos síntomas?**

Comuníquese con su proveedor de atención médica de inmediato y mantenga a sus hijos fuera de la escuela cuando estén enfermos.

### **¿Cómo prevenir la propagación de COVID-19?**

- Lávese las manos a menudo durante 20 segundos cada vez.
- Si no hay agua / jabón disponible, use desinfectante para manos
- Cubra la tos y estornudos
- Quédese en casa cuando esté enfermo
- Deseche los pañuelos usados e inmediatamente lávese las manos
- Evite contacto cercano con personas que están enfermas
- Evite tocarse los ojos, la boca o la nariz para no propagar los gérmenes
- Desinfecte con mayor frecuencia superficies de alto contacto, como computadoras de escritorio, teléfonos y tabletas