



SHOWING UP TOGETHER

Health Guidance for Going to School

Showing up to school every day is critical for children's well-being, engagement and learning.

Make sure to send children to school if they are:

- Generally healthy and well.
- Participating in usual day-to-day activities.
- Children can even go to school if they:
 - Have a mild cold, which may include a runny nose and/or cough.
 - Have a mild stomachache.
 - Have a mild headache.
 - Have a mild rash with no other symptoms.
 - Have not had a fever for at least 24 hours and have not taken fever-reducing medicine during that time.

Avoid keeping children at home unless they are too sick to participate. Please see the back of this handout for details. Note that in most situations, a health-care provider's note is not needed to return.

Children may also avoid school due to anxiety (symptoms may include decreased appetite, feeling tired, stomachache, headache, etc). If you are worried that your child may be suffering from anxiety, talk with your teacher, the school health staff, social worker or other school staff to discuss the challenge and identify what can help your child stay in school.

If your child has a compromised immune system or is at high risk for complications from common illnesses, please talk to your school health staff (if available) about developing a plan with you and your child's health-care provider to keep your child healthy and safe while attending school.

Please note: This document is not meant to take the place of local health department/school district guidance including about contagious illnesses such as Covid-19 and the flu.



Reasons to keep me home from school and what needs to happen before I can return

What is my symptom?	When should I stay home and when to seek medical care?	When can I return to school?
Fever	I have a fever of 100.4°F (38°C) or higher. Seek medical care if I have fever and any of the following: ear pain, sore throat, rash, stomachache, headache or tooth pain.	If I have not had a fever for at least 24 hours without the use of fever-reducing medication and I am feeling better.
Vomiting and/or diarrhea	If I have vomited two or more times in the last 24 hours. If my stool is watery and I may not make it to the toilet in time. Seek medical care if I have stomach cramping and fever, I have bloody or black stool, or I am showing signs of dehydration (tired and sleepy, dry mouth and not urinating at least once in the last eight hours).	If I have not vomited for at least 24 hours and I am able to drink liquids without throwing up. If my diarrhea has improved.
Persistent cough or trouble breathing	Seek medical care if I have a persistent cough, difficulty breathing or trouble catching my breath or if I develop a fever with the cough. These symptoms may be signs of a respiratory infection and should be evaluated by a health-care provider.	Once I am feeling better or I have been cleared for return by my health-care provider. If my symptoms were due to asthma, please make sure that I have permission to use breathing medication at school.
Rash	Seek medical care if the rash has blisters, is draining, is painful, looks like bruises and/or if I develop a fever.	Rash has improved or I have been cleared for return by my health-care provider.
Eye irritation	Seek medical care if I have eye swelling, eye pain, eye drainage, trouble seeing or an eye injury.	Once I am feeling better. If I was prescribed an antibiotic by my health-care provider, then I can return 24 hours after the first dose.
Sore throat	Seek medical care if I have drooling, trouble swallowing or a fever and/or rash.	Once I am feeling better. If I was prescribed an antibiotic by my health-care provider, then I can return 24 hours after the first dose, if I am without fever and I am feeling better.

If you don't know whether to send your child to school or have specific concerns regarding your child's health, contact your child's health-care provider, a local urgent care or the school health office.





PRESENTARNOS
TODOS

Recomendaciones Médicas para Asistir a la Escuela

Asistir cada día a la escuela es importante para el bienestar, la participación y el aprendizaje de los niños.

Asegúrese de enviar a sus niños a la escuela si:

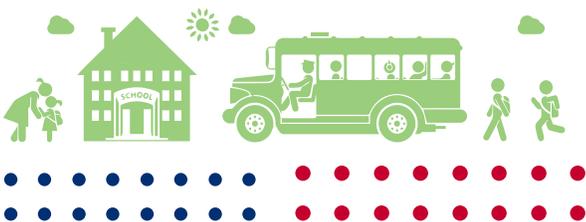
- Por lo general están bien de salud y se sienten bien.
- Están participando en sus actividades usuales.
- Los niños hasta pueden ir a la escuela si tienen los síntomas siguientes:
 - Un resfrío leve, incluso con poco goteo nasal y/o tos.
 - Les duele levemente el estómago.
 - Les duele levemente la cabeza.
 - Tienen un sarpullido leve sin ningún otro síntoma.
 - No han tenido fiebre durante al menos 24 horas ni han tomado medicamentos para reducir la fiebre durante ese tiempo.

Evite mantener a los niños en casa a menos de que estén demasiado enfermos como para participar. Favor, de ver al reverso de esta página para más detalles. Tomen en cuenta que, en la mayoría de las situaciones, no se necesita una nota del proveedor de cuidado médico para regresar a la escuela.

Los niños también pueden evitar la escuela debido a ansiedad (los síntomas pueden incluir la falta de apetito, cansancio, dolores de estómago o dolor de cabeza, etc.). Si les preocupa que sus hijos puedan estar sufriendo de ansiedad, comuníquense con el maestro, el personal de salud de la escuela, el trabajador social u otro personal de la escuela para hablar sobre el reto e identificar lo que puede ayudar a sus hijos a permanecer en la escuela.

Si sus hijos tienen un sistema inmunológico comprometido o tienen un alto riesgo de salud que pueda ser complicada por las enfermedades comunes, favor de comunicarse con su personal de salud de la escuela (si está disponible) acerca de cómo desarrollar un plan con ustedes y el proveedor de cuidado médico de sus hijos para mantener a sus hijos saludables y seguros mientras están asistiendo a la escuela.

Tomen en cuenta: Este documento no debe reemplazar las recomendaciones del departamento local de salud y del distrito escolar, incluyendo las enfermedades contagiosas como el Covid-19 y la gripe.





Razones por las cuales me debo quedar en casa y lo que debe suceder antes de que pueda regresar a la escuela

¿Cuál es mi síntoma?	¿Cuándo debo quedarme en casa y cuándo debo buscar cuidado médico?	¿Cuándo puedo regresar a la escuela?
Fiebre	Tengo una fiebre de 100.4°F (38°C) o más alta. Buscar cuidado médico si tengo fiebre y cualquiera de los siguientes síntomas: dolor de oído, dolor de garganta, sarpullido, dolor de estómago, dolor de cabeza o dolor de muelas.	Si no he tenido fiebre durante al menos 24 horas sin usar medicamentos para reducir la fiebre y me siento mejor.
Vómitos y/o diarrea	Si he vomitado 2 o más veces durante las últimas 24 horas. Si tengo heces aguadas y posiblemente no pueda llegar a tiempo al baño. Buscar cuidado médico si tengo cólicos en el estómago y fiebre, si tengo sangre en las heces o heces negras, o si muestro síntomas de deshidratación (cansancio y sueño, boca seca y si no he orinado al menos una vez durante las últimas 8 horas).	Si no he vomitado durante al menos las últimas 24 horas y puedo tomar líquidos sin vomitar. Si mi diarrea ha mejorado.
Tos persistente o dificultades para respirar	Buscar cuidado médico si tengo una tos persistente, dificultades para respirar o para recobrar el aliento, o si desarrollo fiebre con la tos. Dichos síntomas pueden ser signos de infección respiratoria y deben ser evaluados por un proveedor de cuidado médico.	Una vez que me sienta mejor o mi proveedor de cuidado médico me autorice regresar. Si mis síntomas se debían al asma, favor de asegurarse de que tenga permiso para usar medicamentos para respirar en la escuela.
Sarpullido	Buscar cuidado médico si el sarpullido tiene ampollas, está drenando, es doloroso, se ve como moretones y/o si desarrollo fiebre.	El sarpullido ha mejorado o mi proveedor de cuidado médico me autorizo a regresar.
Irritación de ojos	Buscar cuidado médico si se me están hinchando los ojos, si tengo dolores en los ojos, drenaje de ojos, dificultades con la vista o una herida en el ojo.	Una vez que me sienta mejor. Si mi proveedor de cuidado médico me recetó un antibiótico, puedo regresar 24 horas después de la primera dosis.
Dolor de garganta	Buscar cuidado médico si tengo babeo, dificultades para tragar o si desarrollo fiebre y/o sarpullido.	Una vez que me sienta mejor. Si mi proveedor de cuidado médico me recetó un antibiótico, puedo regresar 24 horas después de la primera dosis, si estoy sin fiebre y me siento mejor.

Si no saben si enviar a sus hijos a la escuela, o si tienen inquietudes específicas con respecto a la salud de sus hijos, comuníquense con el proveedor de cuidado médico, una clínica local de cuidado urgente o con la oficina de salud de la escuela.