

Estimados Padres:

A medida que entramos al tiempo del año en que resfríos y gripes son comunes, quisiera darles alguna información y recordatorios sobre buena salud e higiene. Los medios de comunicación se han enfocado recientemente en el contagio de infecciones de la piel, especialmente las causadas por (MRSA) Estafilococo áureo resistente a Meticilina. Infecciones de piel, como enfermedades respiratorias, pueden ser prevenidas y su ocurrencia reducida al practicar buena higiene personal.

El Estafilococo áureo, conocido como “estaf” es bacteria que generalmente está en la nariz de la gente saludable. Bacteria staph es una de las causas mas comunes de infección de piel en los humanos. La mayoría de estas infecciones de piel son menores y pueden ser tratadas sin antibióticos. Algunas necesitan ser tratadas con antibióticos de bajo precio. Estafilococo áureo resistente a la Meticilina es una infección de estaf que es resistente a los antibióticos. MRSA se transmite fácilmente por contacto directo con otras personas o por contacto con superficies contaminadas con MRSA. La mayoría de las infecciones ocurren cuando staff que está en la piel entra a través de una abertura o corte en la piel, o cuando la piel cortada entra en contacto con objetos contaminados con MRSA como equipos atléticos compartidos, ropa o toallas. Las manos contaminadas también pueden transferir MRSA a cortes o raspaduras de la piel. El estaf generalmente no se transmite por el aire.

De acuerdo con el Departamento de Salud Pública de California, la higiene de las manos lavándolas con jabón y agua o usando un líquido sanitario a base de alcohol, es la medida mas importante que puede tomarse para prevenir el contagio de las infecciones, resfríos y gripes. Al cubrirse la boca o nariz cuando tose o estornuda y luego lavándose las manos, puede ayudar a controlar el contagio de gérmenes. Las manos deben estar limpias antes de tocarse los ojos, la boca, la nariz o cualquier corte o raspadura en la piel. Cualquier herida en la piel debe ser cubierta con vendas limpias y secas. Artículos personales como toallas, toallitas de lavarse el cuerpo, ropa y uniformes de deporte no deben ser compartidos. Buena higiene es la mejor medicina preventiva.

Si tuviera más preguntas o quisiera más información, puede llamar la Departamento de Salud Pública del Condado de Sonoma al 565-4400 o visitar el sitio de la red de Internet del Departamento de Salud Pública de California al www.cdph.ca.gov .