



**COUNTY OF ORANGE
HEALTH CARE AGENCY**

MAILING ADDRESS:
P.O. Box 6128
Santa Ana, CA 92706-0128

TELEPHONE: (714) 834-8180
FAX: (714) 564-4050

**PUBLIC HEALTH
EPIDEMIOLOGY & ASSESSMENT**

Para personas que van acampar, acompañantes y personal de la escuela.

Previendo enfermedades cuando se va acampar.

Cuando una persona va acampar puede ser muy divertido y al mismo tiempo educativo. Sin embargo, viviendo en proximidades tan cercanas por un tiempo prolongado permite que algunas enfermedades contagiosas como la influenza y otros virus se transmitan rápidamente.

Aquí le damos algunas ideas para cuando van acampar.

Antes de ir acampar. . .

- Personas que están enfermas con fiebre, vómitos, y/o diarrea no deberían de asistir a eventos de campamento. Para las personas con otros síntomas (como “el ojo rosado”, etc.) podría pedirseles que se queden en casa siguiendo las polizas (reglas) de la escuela.
- Personas que recientemente han estado enfermas deberán estar libre de síntomas por lo menos 24 hrs. antes de asistir a un campamento. Esto significa que durante las últimas 24 hrs. no hayan tenido temperatura, vomito o diarrea sin haber usado medicamentos. Durante una situación de una enfermedad de epidemia, a esas personas se les pedirá quedarse en casa por un periodo más largo.
- Si un familiar cercano recientemente a estado enfermo, por favor notifique al personal de la escuela o campamento para que pueda ser vigilado cercanamente.
- Asegurarse que los estudiantes tengan todas las vacunas que se recomiendan incluyendo la del virus de influenza.
- Si usted tiene preguntas acerca de las polizas (reglas) del campamento, por favor contacte a la persona que esta organizando el campamento.
- Revise las recomendaciones con su hijo (a) antes de que su partida.

En el campamento . . .

- **Lave sus manos a menudo.** Esta es una de las mejores maneras de prevenir el contagio de infecciones. Asegure siempre de lavarse las manos por 15 segundos, por lo menos, con jabón y agua. Siempre lave sus manos antes, durante y después de preparar comida; antes de comer; y después de que use el baño. También, lave sus manos después de que haya tenido contacto con animales y de que los haya tocado. Los líquidos para limpiarse las manos con contenido de alcohol también son eficaces cuando las manos no están completamente sucias o contaminadas y cuando no hay agua y jabón a su alcance.
- **Cubra su nariz y boca al toser.** Cubra su nariz y boca debajo de su codo o con un pañuelo desechable (Kleenex). Tire el pañuelo (Kleenex) inmediatamente en la basura después de usarlo y lave sus manos.
- **Reporte cualquier enfermedad a el personal del campamento.** Si se llega a enfermar durante el acampamento, dejele saber a el personal inmediatamente para prevenir que otras personas se enfermen también..
- **No permita el contacto con animales salvajes.** No trate de darle de comer o de tocar animales salvajes. No moleste roedores, hoyos en la tierra o cuevas.
- **No comparta objetos personales.** No comparta botellas de agua, cepillos de dientes, toallas, utensilios para afeitarse, etc. con otras personas.

Para información acerca de la Influenza, visite www.ochealthinfo.com/epi/flu.

Para información acerca del norovirus y otros virus gastrointestinales, visite www.ochealthinfo.com/epi/noro.

Se recomienda que cualquier persona que regrese enfermo(a) a su casa tome las precauciones necesarias para que la enfermedad no se transmita a los demás miembros de la familia. Personas con síntomas de enfermedad por favor notifique a la enfermera de la escuela antes de regresar a clases.