

BOLETIN DE AGOSTO CON EL EQUIPO DE SALUD

BIENVENIDO DE REGRESO A LA ESCUELA

Requisitos de salud de VOALA para el regreso a la escuela

- Seguro de Salud
- Registro de Vacunación Actualizado
- Examen Físico
- Prueba de TB/Examen de Factores de Riesgo

La línea tiempo de requisitos de salud para los estudiantes de VOALA es el siguiente:

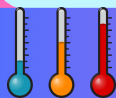
- El examen físico es requerido dentro de los 30 días de inscripción.
- El examen dental para estudiantes de secundaria es requerido dentro de los 90 días de inscripción.

Estimados padres, siéntanse libres de hacer clic en el enlace para adquirir los formularios médicos en el momento que les resulte más conveniente.

[Examen físico para niños de 0 a 30 meses](#)

[Examen físico para niños de 3 a 5 años](#)

[Examen dental para niños de 0 a 5 años](#)



Clima de Riesgo-de Calor

Según los expertos en clima, el calor extremo se refiere a temperaturas que son mucho más altas que el promedio.

Cuando las temperaturas están muy altas, los expertos sugieren:

- Beber mucha agua.
- Mantenerse fresco en interiores frescos.
- Usa ropa ligera y protector solar.
- Planifica actividades al aire libre con cuidado.
- Programe las actividades al aire libre con cuidado.
- Usa un sistema de compañeros, revisa a tus amigos y familia y haz que alguien haga lo mismo por ti!

Este atento a las guías de temperatura altas en su área local. Y reduzca el riesgo de ser impactado por los golpes de temperaturas altas. Visite este sitio web para mantenerse informado.

Categoría	Riesgo de impactos relacionados con el calor
Verde 0	Poco o ningún riesgo de calor es esperado
Amarillo 1	Menor - Este nivel de calor afecta principalmente a las personas que son extremadamente sensibles al calor, especialmente cuando están afuera sin forma alguna de enfriamiento efectivo y/o hidratación adecuada.
Naranja 2	Moderado - Este nivel de calor afecta a la mayoría de las personas sensibles al calor, especialmente aquellos que no tengan forma alguna de enfriamiento efectivo y/o hidratación adecuada. Impactos posibles en algunos sistemas de salud, industrias sensibles al calor, y la infraestructura.
Rojo 3	Mayor - Este nivel de calor afecta a cualquiera que no tenga forma alguna de enfriamiento efectivo y/o hidratación adecuada. Impactos probables en algunos sistemas de salud, industrias sensibles al calor, y la infraestructura.
Morado 4	Extremo - Este nivel de calor extremo raro y/o de larga duración con poco o ningún alivio durante la noche afecta a cualquiera que no tenga forma alguna de enfriamiento efectivo y/o hidratación adecuada. Impactos probables en la mayoría de los sistemas de salud, industrias sensibles al calor, y la infraestructura.

Deja las pantallas abajo.

1. Usa un reloj visual

Los niños en edad preescolar responden mejor cuando pueden ver el paso del tiempo. Un reloj de arena o un reloj visual de cuenta regresiva hace que las transiciones sean predecibles en lugar de abruptas. Casi siempre provocan rabietas.

2. Da un aviso previo

Prueba decir: "Cinco minutos más y terminamos". Las interrupciones repentinas casi siempre provocan rabietas.

3. Ofrece una actividad alternativa divertida.

Los niños no dejarán algo emocionante a menos que la siguiente actividad también les resulte atractiva. Piensa en opciones como plastilina, burbujas, crayones o su juguete favorito.

4. Crea zonas libres de pantallas.

Designa ciertos lugares como la mesa de la cocina, el coche o el dormitorio como "áreas sin pantallas" para que la norma se perciba como algo constante y no como algo personal.

5. Usa las pantallas como una herramienta, no como la opción por defecto.

En lugar de decir "Toma, aquí tienes la tableta", intenta ofrecerla solo en momentos específicos: después del desayuno, durante el tiempo de descanso o mientras cocinas.

Sistema de Control de Envenenamientos de California

Algunos desafíos en las redes sociales dicen a los niños y adolescentes que prueben cosas arriesgadas con alcohol, medicamentos o comida. Estos desafíos pueden ser muy peligrosos. Pueden pedirle al niño/a o adolescente que use productos de manera incorrecta, lo que puede llevarlo a exponerse a venenos, visitas al hospital o incluso a la muerte. Si una publicación le dice que beba o coma algo que no es seguro, aconsejelo que no lo haga. No vale la pena hacerse daño por 'me gusta' o vistas.

Fuente de Envenenamiento:

- Alcohol/licor
- Alimentos
- Productos domésticos como bicarbonato de sodio, limpiadores y jabón
- Medicamentos
- Productos de cuidado personal como cosméticos, champú y gel de ducha

Por favor, tómame un momento para hacer clic en el enlace y ver este video interesante que CPCS ha creado para la seguridad de tu familia.

<https://youtu.be/oQGIIv8fxU>

BOLETIN DE AGOSTO

CON EL EQUIPO DE SALUD

BIENVENIDO DE REGRESO A LA ESCUELA!

Mes de la Salud y Seguridad Ocular Infantil

Mientras niños y padres se preparan para el regreso a clases, recuerden que una visión saludable es fundamental para el éxito académico y social. A medida que un niño crece, una enfermedad o afección ocular sin tratar se vuelve más difícil de corregir. Estas pueden empeorar y provocar otros problemas graves, además de afectar la capacidad de lectura, la concentración, el comportamiento en clase y la adaptación social en la escuela.

<https://preventblindness-org.translate.google>

La Clínica Móvil de Oftalmología de UCLA visitará nuestras clases para realizar exámenes de la vista anuales durante los meses de agosto y octubre para nuestros alumnos de 3 a 5 años.



Mes Nacional de

Concientización sobre la Inmunización



El Mes Nacional de Concientización sobre la Inmunización (NIAM) se celebra anualmente en agosto para destacar la importancia de la vacunación para personas de todas las edades. Juntos, podemos ayudar a crear conciencia sobre la importancia de la vacunación y animar a las personas a consultar con un profesional de la salud de confianza para mantenerse al día con sus vacunas.

Vacunación obligatoria para VOALA

California es un estado que aplica la política de "sin vacuna, no hay escuela". Todos los niños deben tener sus vacunas lo más al día posible para asistir a centros de aprendizaje.

Niños y Coche Caliente

Nunca deje a un niño solo en un coche. La temperatura de un niño aumenta de tres a cinco veces más rápido que la de un adulto. Cuando un niño se queda en un vehículo, su temperatura puede subir rápidamente y la situación puede volverse peligrosa rápidamente. El golpe de calor comienza cuando la temperatura corporal central alcanza aproximadamente los 40 °C. La muerte se produce con una temperatura corporal central de 40 °C o superior.

<https://www.nhtsa.gov/campana-de-seguridad-de-los-ninos>



**Acostúmbrate a mirar antes de cerrar.
Revisa siempre el asiento trasero.**

Mes Nacional del Bienestar

Cada agosto, el Mes Nacional del Bienestar anima a las personas a priorizar el autocuidado, a crear rutinas saludables y a apoyar su bienestar mental, físico y emocional. Ya sea que te centres en la hidratación, el movimiento, la atención plena o simplemente en bajar el ritmo, este mes es tu recordatorio para que te priorices.

<https://leadingage-org./recursos-para-el-mes-nacional-del-bienestar>

