

ESCUELA PARTICULAR SANTA FILOMENA
RBD: 1752 – 3 / FONO: 32- 2688922
AV. VALPARAISO 1379 VIÑA DEL MAR
DIRECCION

Viña del Mar, 25 de noviembre 2026

VALOR DEL MES: HUMILDAD

Circular N°19

Estimados Padres, Apoderados y estudiantes:

Nos dirigimos a ustedes para solicitar su valiosa colaboración en el cuidado de la salud y el bienestar integral de nuestros estudiantes. Con el aumento progresivo de las temperaturas propio de esta época del año, se vuelve fundamental extremar las medidas de prevención en el hogar y en el establecimiento, tanto para evitar enfermedades estacionales como para prevenir cuadros de deshidratación o insolación.

Para lograr un entorno escolar seguro y saludable, les solicitamos cumplir y reforzar diariamente los siguientes puntos con sus hijos e hijas:

1. Resguardos frente a las altas temperaturas

Hidratación constante: Enviar diariamente una botella reutilizable, marcada con el nombre y curso del estudiante, llena de agua potable. En el colegio contamos con puntos de recarga para mantenerlos hidratados durante toda la jornada.

Protección solar: Aplicar bloqueador solar (FPS 30 o superior) antes de salir del hogar. Si el estudiante debe reaplicarlo durante el día, puede traer su propio envase marcado, procurando que sepa utilizarlo de forma autónoma o informando al docente en sala.

Vestimenta adecuada y gorro: Evitar las chaquetas, polerones de polar, bufandas y las doble poleras, se autoriza a los estudiantes a acudir con short del uniforme institucional. Es altamente recomendable que traigan un gorro para los recreos y actividades al aire libre.

Alimentación segura: Evitar enviar en las colaciones alimentos que requieran refrigeración constante o que puedan descomponerse rápidamente con el calor (lácteos sin cadena de frío, cremas, embutidos, entre otros), priorizando frutas lavadas, frutos secos o snacks saludables.

2. Cumplimiento de hábitos de higiene personal

Uniforme limpio: Los estudiantes deben acudir con el uniforme limpio, hemos notado que incluso se usa como pijama o no se realiza el cambio que corresponde al estar sucio.

Aseo diario: Cautelar el baño diario, el cepillado de dientes y el lavado frecuente de manos con agua y jabón antes de salir de casa, reforzando la importancia de mantener estas prácticas durante la jornada escolar.

Presentación y cabello: Mantener las uñas cortas y limpias. En el caso de los estudiantes con cabello largo, se solicita enviarlo tomado para mayor comodidad, frescura y prevención de pediculosis.

Útiles de aseo en la mochila: Enviar un pequeño neceser o bolsa marcada con elementos básicos de uso personal (pañuelos desechables, toallitas húmedas, cepillo y pasta dental según nivel y polera de recambio para los más pequeños o días de Educación Física).

3. Información sobre Enfermedades Infectocontagiosas:

ENFERMEDAD **BOCA – MANO – PIE**

¿Qué es?

Es una enfermedad causada por un virus, que se presenta frecuentemente en **niños menores de 5 años.**

Una persona infectada puede transmitir el virus a través de:

- **Secreciones de boca, nariz y garganta**
- **Deposiciones** (materia fecal)
- **Líquido de las ampollas**

¿Cómo se previene?

- **Lavado de manos frecuente con agua y jabón, sobre todo al momento de la alimentación, muda y recambio de pañales.**
- **Mantener higiene personal adecuada.**
- **Limpieza y desinfección de superficies** (juguetes, manillas de puerta y utensilios, entre otros).
- **Evitar contacto cercano y directo con personas enfermas.**



Recomendaciones:

- Administrar abundantes líquidos para evitar la deshidratación, según tolerancia.
- Si la fiebre sobrepasa los 38,5°C, administrar medicamento **indicado por su médico.**
- **No enviar al niño o niña al jardín durante 1 semana, o hasta la remisión total del cuadro.**

Si presenta síntomas, consulte en su establecimiento de salud más cercano, ya que si bien la enfermedad es leve puede complicarse si no se trata a tiempo.



ESCUELA PARTICULAR SANTA FILOMENA
RBD: 1752 – 3 / FONO: 32- 2688922
AV. VALPARAISO 1379 VIÑA DEL MAR
DIRECCION

Virus respiratorio sincicial (VRS)



¿Que es el VRS?

Es un virus respiratorio reconocido como una de las causas más comunes de enfermedades infantiles, y es el que más hospitalizaciones produce en los lactantes.

Síntomas



- En lactantes: irritabilidad, tos, estornudos, fiebre, apetito reducido, menor actividad y dificultad para respirar.
- En niños y niñas: moqueo, apetito reducido, fiebre y silbido leve al respirar.



¿Como se transmite?

Este virus es altamente transmisible y se esparce por medio de gotitas de la saliva de personas que tienen síntomas.

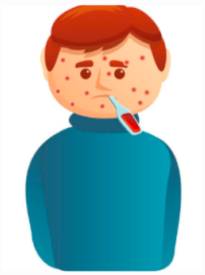
Medidas preventivas:

- Lava tus manos con frecuencia. Después de sonarte, toser o estornudar
- Evita el contacto con personas resfriadas
- Usa mascarilla si estás resfriado
- Cubre tu boca con el antebrazo al estornudar o toser.
- Ventila los espacios cerrados
- Limpia y desinfecta objetos, juguetes y superficies.



Cuidemos a nuestros niños y niñas. La prevención es la mejor protección.

VARICELA



QUE ES LA VARICELA

Enfermedad infectocontagiosa, autolimitada, causada por el virus varicela-zóster. Se puede propagar mediante el contacto directo con las lesiones en piel. También puede propagarse cuando una persona con varicela tose o estornuda y tú inhalas las gotas que se encuentran en el aire.

SINTOMAS

La erupción provocada por la varicela aparece entre los 10 y 21 días posteriores a la exposición al virus de la varicela-zóster. La erupción suele durar entre 5 a 10 días. Otros síntomas que pueden aparecer 1 a 2 días después de la erupción con los siguientes:

➢ Fiebre.
➢ Pérdida del apetito.
➢ Dolor de cabeza.
➢ Cansancio y sensación de malestar general.

Una vez que aparece la erupción de la varicela, pasa por tres fases:

➢ Protuberancias abultadas llamadas pápulas, que aparecen a los pocos días.
➢ Pequeñas ampollas llenas de líquido, llamadas vesículas, que se forman en aproximadamente un día y luego se rompen y gotean.
➢ Costras y escaras que cubren las ampollas abiertas y tardan algunos días en curarse.

MEDIDAS PREVENTIVAS



- Lavado de manos frecuente con jabón líquido.
- NO UTILIZAR cremas, ni talco sobre las lesiones.
- Mantener uñas cortas y limpias.
- Evitar rascarse.
- Baño diario en ducha con agua tibia, NO EN TINA. Secar con toallas suaves y sin
- friccionar la piel
- Uso de sábanas suaves y cambiar periódicamente.
- Tratamiento de la fiebre: Paracetamol, NO UTILIZAR Aspirina, ni Ibuprofeno.
- Reposo en casa hasta que todas las lesiones tengan costra.
- Ventilar la habitación.
- Evitar cambios bruscos de temperatura y el contacto con personas resfriadas.
- En caso de signos de alarma, solicitar atención médica.



ESCUELA PARTICULAR SANTA FILOMENA
RBD: 1752 – 3 / FONO: 32- 2688922
AV. VALPARAISO 1379 VIÑA DEL MAR
DIRECCION

IMPETIGO

¿QUE ES EL IMPETIGO?

El impétigo es una infección de la piel frecuente en la infancia. Produce granos rojos que se ampollan, supuran y luego forman costras amarillentas. Los granos de impétigo se forman generalmente en la cara, manos, codos y rodillas. Pican mucho, pero trate de no dejar que el niño y niña se rasque. Hasta que se caigan las costras, el impétigo puede diseminarse por todo el cuerpo si ellos o ellas se rascan. También otras personas pueden contagiarse si tocan los granos o utilizan las mismas sábanas o toallas.







¿QUE HACER?

- Lávese las manos y lave las de su hijo o hija con mayor frecuencia.
- Secar bien la piel después del baño, especialmente en los pliegues.
- No compartir toallas, ropa, ni artículos personales.
- Recorte las uñas del niño y niña para evitar la propagación de los granos por el rascado.
- Limpiar regularmente los objetos que comparten los niños.
- Evitar el contacto con otras personas
- Consulte en su centro de salud.

COQUELUCHE (TOS FERINA)

¿Que es?



La tos ferina o coqueluche, es una enfermedad respiratoria aguda causada por la bacteria Bordetella pertussis, el único reservorio es el ser humano. Es una enfermedad inmunoprevenible por vacunación.

casos sospechosos:

Caso sospechoso según grupo etario

- **Menor de 6 meses:** Lactante que presenta tos y coriza, afebril o febrículas acompañado de uno o más de los siguientes síntomas: estridor inspiratorio, vómitos post tos, apnea, cianosis o paroxismos de tos.
- **De 6 meses a 9 años:** Persona que presenta crisis de tos de al menos 7 días de duración, afebril o con febrículas y uno o más de los siguientes síntomas: estridor inspiratorio, apnea o vómitos posterior al acceso de tos; en ausencia de otra causa aparente.
- **Mayor de 9 años:** Persona que presenta tos intensa y repetitiva , no productiva, de al menos 14 días de duración y uno o más de los siguientes síntomas: estridor inspiratorio, apnea, sudoración entre accesos de tos, vómitos post ts o empeoramiento nocturno de la tos.

Se confirma a través de examen de laboratorio

Medidas preventivas



- Vacunar a los niños según Programa Nacional de Inmunización (PNI).
- Mantener a los lactantes, especialmente los menores de 6 meses, alejados, tanto como sea posible, de personas con tos o síntomas respiratorios.
- Educar y promover la utilización, al toser o estornudar, de pañuelos desechables que cubran boca y nariz, posteriormente botarlos en un basurero.
- Lavar frecuentemente las manos con agua y jabón, o bien, utilizar alcohol-gel.
- Evitar ambientes cerrados, ventilar cada vez que se pueda ambientes que concentren a personas por un determinado tiempo como son: hogares, salas de clases, jardines infantiles o sala cuna.
- Aplicar medidas estándar y por gotitas durante la atención clínica en los establecimientos de salud.



Agradecemos de antemano su compromiso, responsabilidad y trabajo conjunto. La formación de hábitos saludables y el autocuidado son tareas que construimos día a día entre la familia y la escuela.

Ante cualquier duda o situación particular de salud de su pupilo(a) que debamos considerar, les pedimos comunicarlo oportunamente a través de nuestro conducto regular.

EQUIPO DIRECTIVO