

Tema: SALUT ESCOLAR

Recomanacions generals de salut dirigides a les famílies de l'alumnat dels Centres d'Educació Infantil i Primària

Introducció:

L'objectiu de les recomanacions **sobre salut i higiene** és disminuir la freqüència de contagi de les malalties infeccioses i assegurar una administració correcta de medicació a l'escola.

1. Alumne amb febre:

Si el/la **nen/a té febre o no es troba bé** en llevar-se al matí, és possible que estigui iniciant un quadre infecció, cosa que fa necessària una atenció directa i un **seguiment a casa**, per part de vosaltres mateixos o d'una persona de la vostra confiança.

2. Administració de medicació al centre: quan l'alumne ha de prendre alguna **medicació**, cal que tingueu presents les següents indicacions:

- Al centre no s'administrarà cap medicació sense recepta mèdica que especifiqui la dosi i l'horari.
- Cal evitar al màxim l'administració de medicació durant el temps de permanència en el centre.
- Si l'interval de temps d'administració de la medicació és de vuit hores, cal administrar-la abans de portar el/la nen/a a l'escola i després de recollir-lo.
- Tret d'excepcions molt puntuals, no porteu medicació que calgui conservar en fred, ja que a les classes no hi ha nevera.
- Si al llarg de la jornada escolar un/a alumne/a presenta febre de més de 39°C, s'administrarà un antitèrmic (si no hi ha indicació contrària del pare, mare o tutor/a) o es traslladarà l'afectat al Servei d'Urgències del CAP.
- En cas d'urgència, es traslladarà el/la nen/a al Servei d'Urgències del CAP o al centre hospitalari més pròxim.
- En cas d'al·lèrgia o qualssevol altra característica específica relacionada amb la salut dels/de les vostres fills/es, cal comunicar-ho al centre escolar mitjançant un certificat mèdic.

3. Alimentació:

- Si el/la nen/a requereix una dieta especial, **cal una indicació mèdica per escrit**, del tipus de dieta i del temps que cal mantenir-la

4. Altres recomanacions:

- Cal que els nens/es s'acostumin a **rentar-se les dents** des dels 3 anys. Es recomana que ho facin diàriament, com a mínim al matí i abans d'anar a dormir, amb una pasta fluorada.
- L'**alimentació equilibrada** és molt important en el manteniment de la salut i el creixement adequat, en conseqüència:
 - És convenient que consulteu el menú escolar per tal de completar la dieta a l'hora de sopar.
 - És molt important que l'alumne faci un esmorzar complet abans d'anar a l'escola per tal d'assegurar el rendiment escolar durant les primeres hores del matí.

- Cal evitar les pastes i els pastissos (especialment els envasats) com a part de l'alimentació diària, ja que augmenten el colesterol sanguini i afavoreixen l'aparició de malalties vasculars en l'adult. És recomanable substituir-les per fruita.
- Cal evitar al màxim la ingesta de llaminadures, ja que el dolç afavoreix l'aparició de la càries i el sobreprès

5. Malalties transmissibles:

El següent llistat sobre les malalties transmissibles més freqüents i els criteris de no assistència a l'escola, respon a les recomanacions del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya. Si l'alumne presenta alguna d'aquestes malalties cal comunicar-ho a l'escola per tal de prendre mesures preventives amb la resta de nens/es de la classe.

MALATIA	PERÍODE NO ASSISTÈNCIA	MESURES ADICIONALS
<u>Infecció respiratòria aguda de vies altes</u>	Fins que hi hagi febre i toli l'activitat general	
<u>Faringitis estreptocòcica</u>	Fins que hagi estat 24 hores sense febre	
<u>Diarrea per Salmonella o disenteria bacil·lar</u>	Fins 48 hores després que les deposicions es normalitzin	Preescolar: obtenció de dues mostres de femta negatives
<u>Altres diarrees</u>	Fins que les deposicions es normalitzin	
<u>Oxiuriasis (cucs)</u>	Fins haver fet el tractament	
<u>Varicel·la</u>	Fins el 6è dia des de l'inici de l'exantema o quan les lesions s'hagin assecat i fet	
<u>Rubèola</u>	Fins el 7è dia des de l'inici de l'exantema	
<u>Xarampió</u>	Fins al 4t dia des de l'inici de l'exantema	Si es confirma, cal excloure totes les nens/es no vacunats fins que el risc de contagi hagi passat
<u>Impetigen contagiós</u>	Fins a 24 hores després d'iniciat el tractament	
<u>Conjuntivitis purulenta</u>	Fins a 24 hores després d'iniciat el tractament	
<u>Aftes a la boca</u>	Fins el guariment de les lesions	
<u>Galteres</u>	Fins a 9 dies des de l'inici de la inflamació de les glàndules	
<u>Hepatitis A</u>	Fins a 7 dies des de l'inici dels símptomes i fins que toli l'activitat general	
<u>Escarlatina</u>	24 hores després d'iniciat el tractament	
<u>Polls, sarna</u>	Fins haver fet una primera tanda de tractament	