



"2018. Año del Bicentenario del Natalicio de Ignacio Ramírez Calzada, El Nigromante"

Toluca, México; 14 de noviembre de 2018.

**C I R C U L A R   N °   0 0 7**

**CC. ENCARGADO DEL DESPACHO DE LA  
COORDINACIÓN ACADÉMICA Y DE OPERACIÓN  
EDUCATIVA, DIRECTORES DE NIVELES EDUCATIVOS,  
JEFES DE SECTOR, SUBDIRECTORES, JEFES DE  
DEPARTAMENTO, SUPERVISORES Y DIRECTORES ESCOLARES  
P R E S E N T E S .**

Con el descenso de temperatura, aparecen las patologías estacionales; en este sentido y con la finalidad de prevenir enfermedades respiratorias en nuestra comunidad educativa, toda vez que estas afectan sobre todo a niños y adultos mayores e incluyen resfrío, gripe, bronquitis, faringitis y neumonía, así como también intoxicaciones por monóxido de carbono, me permito solicitarles difundir con la participación conjunta del cuerpo docente, alumnado y padres de familia, las siguientes acciones preventivas en pro de la salud:

- Evitar cambios bruscos de temperatura y corrientes de aire.
- Abrigarse bien, utilizar gorro, guantes, bufanda y calcetines gruesos.
- Consumir alimentos con alto porcentaje de vitaminas C y D (frutas y verduras), así como abundantes líquidos.
- Evitar el contacto directo con personas contagiadas.
- Lavarse las manos de manera habitual con agua y jabón.
- Cubrirse la boca al toser o estornudar usando el antebrazo, no las manos.
- Utilizar siempre pañuelos desechables para no reinfectarse.

Recordemos que un enfoque preventivo en nuestros planteles y el seguimiento a estos consejos clave para evitar el contagio y propagación de gérmenes, nos permitirá reducir la exposición y transmisión de enfermedades respiratorias, que se caracterizan por tos intensa y frecuente, escurrimiento nasal, dolor de cabeza y articulaciones, enrojecimiento o puntos blancos en garganta, fiebre y secreción de oídos, entre otros.

Ante la presencia de estos síntomas, recomendar a los padres de familia acudir a la Unidad de Salud más cercana.

**ATENTAMENTE  
EL DIRECTOR GENERAL**

**GERARDO MONROY SERRANO**

GOBIERNO DEL ESTADO DE MEXICO



SERVICIOS EDUCATIVOS  
INTEGRADOS AL ESTADO DE MEXICO  
DIRECCIÓN GENERAL

C.c.p. Lic. Alejandro Fernández Campillo.- Secretario de Educación del Gobierno del Estado de México.  
Dr. Guillermo Legorreta Martínez.- Subsecretario General de Educación del Gobierno del Estado de México.

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN**  
SERVICIOS EDUCATIVOS INTEGRADOS AL ESTADO DE MÉXICO  
DIRECCIÓN GENERAL