MANUAL DEL ESTUDIANTE Y LA FAMILIA SEGURIDAD COVID-19 (Nivel 3)

Actualizado 27 de Octubre de 2020

(Efectivo el 9 de Noviembre de 2020)

[Modify to your district/program name]

Salud Pública del Condado de Marin actualizará la guía a medida que se disponga de información e investigaciones adicionales basadas en evidencia

Introducción

El objetivo de **[Modify to your district/program name]** es garantizar un regreso más seguro a la escuela para todos los estudiantes y el personal. Este manual fue desarrollado en asociación con la Organización de Enfermeras Escolares de Marin (MSNO) para apoyar un ambiente escolar más saludable durante la pandemia de COVID-19. Estamos implementando prácticas y protocolos mejorados de salud y seguridad, que incluyen intensificar la limpieza y desinfección de espacios comunes, baños y superficies que se tocan con frecuencia en todas nuestras escuelas, mantener el distanciamiento físico y los cohortes de aula estables y aumentar los comportamientos de protección personal (por ejemplo, lavarse las manos y cubrirse la cara) basado en la orientación de la Oficina de Educación del Condado de Marin (MCOE), Salud y Servicios Humanos del Condado de Marin (MCHHS), Departamento de Educación de California (CDE), Departamento de Salud Pública de California (CDPH) y los Centros para el Control de Enfermedades (CDC).

Siga estas pautas para ayudarnos a mantener un entorno de aprendizaje seguro y saludable:

- ❑ Instruya a su hijo (a) sobre la higiene de manos adecuada y la etiqueta respiratoria.
- ❑ Limite los viajes y la actividad social para reducir la posible exposición al COVID-19.
- ❑ Limite la participación en actividades grupales y no se reúna con más de 3 hogares. (Enlace: no juntes)
- ❑ Los niños no deben participar en más de tres (3) cohortes.
    - ¿Qué es un cohorte? Un cohorte es un grupo de niños que permanecen juntos para minimizar la exposición al COVID-19 limitando el cambio de grupo. Los ejemplos incluyen clase de escuela primaria, cuidado posterior, club deportivo juvenil, clase recreativa. Su grupo familiar y de transporte (por ejemplo, autobús) no se consideran cohortes.
- ❑ Mantenga la distancia física y use mascarillas.
    - o Todos los estudiantes, TK y superiores, deben cubrirse la cara.
    - Enséñele a su hijo a usar y quitarse las mascarillas de manera segura. Asegúrese de que su hijo llegue a la escuela con una mascarilla todos los días (empaque una mascarilla extra en su mochila).
- ❑ Planifique para posibles cierres de cohortes o escuelas.
- ❑ Revise el plan de protección específico del sitio de su escuela (SSSPP). Hable con su hijo sobre las precauciones que debe tomar en la escuela.
- ❑ Indique a su hijo que visite la oficina de salud de la escuela solo si se siente enfermo. Es una zona de alto riesgo.
- ❑ Chequee a los miembros de su hogar y sus hijos cada mañana para ver si hay signos de enfermedad.
    - No premedique a su hijo con medicamentos para aliviar los síntomas (por ejemplo, ibuprofeno [Motrin], acetaminofén [Tylenol], pseudoefedrina / Sudafed, difenhidramina [Benadryl]) *a menos que se trate de afecciones crónicas conocidas; por ejemplo, alergias estacionales; sinusitis*)
    - NO envíe a sus hijos a la escuela si ellos *o alguien en el hogar* (por ejemplo, cuidadores, hermanos) presentan algún síntoma de COVID-19. Según los Centros de Control de Enfermedades (CDC por sus siglas en ingles), las personas con COVID-19

han tenido una amplia gama de síntomas reportados, que van desde síntomas leves hasta enfermedades graves. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus. (Enlace: CDC)

- Comuníquese con su proveedor de atención médica de inmediato para discutir las pruebas para los miembros apropiados del hogar.

- **Prueba o 10** -
  - Si un estudiante tiene síntomas clave de COVID-19 (tos • falta de aire / dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato), debe ser examinado por COVID-19 o evaluado por un proveedor de atención médica. De lo contrario, deben quedarse en casa y aislarse durante al menos 10 días.
  - Si un estudiante tiene dos o más de los siguientes síntomas (fiebre (100.4 ° F / 38 ° C o más) o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), debe recibir la prueba de COVID-19 o ser evaluado por un proveedor de atención médica. De lo contrario, deben quedarse en casa y aislarse durante al menos 10 días.
    - Los estudiantes pueden regresar a la escuela:
      - después de que den negativo para COVID-19 con copia de una prueba negativa;
      - *o*, después de que la escuela recibe autorización de un proveedor de atención médica;
      - *y* sus síntomas están mejorando;
      - *y* no tienen fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.
  - Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta que se confirme una prueba de COVID-19 negativa o hasta que un proveedor de atención médica proporcione un diagnóstico alternativo.
- Si un estudiante solo tiene uno de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), puede volver a la escuela después de que los síntomas mejoraron y no tienen fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. Los hermanos y otros contactos del hogar no necesitan quedarse en casa. **Importante**: Una enfermera escolar puede requerir una evaluación del proveedor de atención médica si sospecha de COVID-19 en un estudiante con solo un síntoma compatible con COVID-19.

- **Notifique a la escuela** inmediatamente:
  - Si su hijo está siendo evaluado para COVID-19, puede regresar a la escuela si da negativo con copia de una prueba negativa.
  - Si un miembro del hogar está siendo evaluado para COVID-19, el miembro del hogar debe aislarse / ponerse en cuarentena según corresponda. (Enlace: aislarse / cuarentena)
    - Su hijo o hijos *deben quedarse en casa* hasta que el miembro del hogar dé negativo en la prueba de COVID-19.
    - Si el miembro del hogar da positivo en la prueba de COVID-19, su hijo o hijos deben estar en cuarentena durante 14 días a partir de su último contacto con el miembro del hogar. No pueden regresar a la escuela incluso si dan negativo en la prueba de COVID-19. Deben completar su cuarentena.

- Si un miembro del hogar tiene una exposición conocida a COVID-19, el miembro del hogar debe aislarse / ponerse en cuarentena según corresponda. (Enlace: aislarse / cuarentena)
- Si su hijo ha tenido contacto cercano con alguien que dio positivo en la prueba de COVID-19, *debe hacerse la prueba de 5 a 7 días después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19*.
    - Su hijo debe quedarse en casa y ponerse en cuarentena durante 14 días después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19. *No puede* regresar a la escuela incluso si da negativo en la prueba de COVID-19. Debe completar su cuarentena. (Enlace: cuarentena)

Se pueden encontrar más recursos en los siguientes enlaces:

Marin County Health and Human Services Coronavirus Information
Marin County Health and Human Services Coronavirus Information - Schools
CDC Back to School Planning for In-Person Classes
Marin County Office of Education (MCOE) website
MCOE Rethinking Schools

Si tiene preguntas sobre COVID-19, llame al centro de llamadas telefónicas de los Servicios Humanos y de la Salud de Marin al (415) 473-7191 [de 9:30 a.m. a mediodía y de 1 a 5 p.m. días laborables]. Hay servicios de interpretación disponibles.

Compromiso de salud comunitaria de padres o tutores

Para fomentar la seguridad de nuestros estudiantes, personal y padres en nuestra comunidad escolar, me comprometo a:

- Llevar a cabo una evaluación diaria de los síntomas en casa de mi hijo / a.
- Abstenerme de premedicar a mi hijo (a) con medicamentos para aliviar los síntomas, a menos que se trate de afecciones crónicas conocidas; por ejemplo, alergias estacionales; sinusitis.
- Mantener a mis hijos en casa cuando están enfermos o si un miembro del hogar presenta síntomas clave de COVID-19 (tos • falta de aire / dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato).
    - Programe una prueba de COVID-19 y / o visite a un proveedor de atención médica si su hijo o hijos tienen (1) alguno de los síntomas clave de COVID-19 (tos • falta de aire / dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato) o (2) dos o más de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal) [Efectivo el 9 de noviembre de 2020] .
    - Si su hijo o hijos tienen alguno de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), pueden regresar a la escuela después de que sus síntomas hayan mejorado y estén sin fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. Las pruebas de COVID-19 y / o la evaluación del proveedor de atención médica *no son* necesarias a menos que lo requiera una enfermera escolar que sospeche de COVID-19 [Efectivo el 9 de noviembre de 2020].
    - * Los estudiantes / personal que presenten estos síntomas pero hayan dado positivo por COVID-19 en los últimos 3 meses, no deben repetir la prueba de COVID-19. Deben ser evaluados por un proveedor de atención médica.
- Notificar a la escuela inmediatamente si:
    - Mi hijo / hijos o un miembro del hogar tiene una exposición conocida al COVID-19.
    - Mi hijo / hijos o un miembro del hogar se está haciendo la prueba de COVID-19.
- Seguir las órdenes de aislamiento o cuarentena de Salud Pública del Condado de Marin si está indicado. (Enlace: aislarse / cuarentena)
- Limitar los viajes y la actividad social de mi familia para reducir la posible exposición al COVID.
- Limitar la participación de mi hijo / hijos a tres (3) cohortes [a partir del 9 de noviembre].
- Abstenerme de reuniones con más de 3 hogares [A partir del 9 de noviembre de 2020]. (Enlace: gathering)
- Leer y aceptar seguir el Plan de Protección Específica del Sitio Escolar (SSSPP), este Manual de Seguridad para Estudiantes y Familias COVID-19 y otras políticas que mi escuela pueda adoptar durante el año escolar, y acepto hacer todo lo posible para que mis niños cumplan con las políticas. Entiendo que los planes y las políticas pueden actualizarse a lo largo del año a medida que se desarrolle la información de salud pública, y acepto revisar y cumplir con las actualizaciones.

_____	_____	_____
Nombre del padre o tutor	Firma del padre o tutor	Fecha

Los padres / tutores deben estar disponibles, o tener un contacto de emergencia disponible, para recoger a sus hijos dentro de los 30 minutos de la escuela si desarrollan síntomas de COVID-19 en la escuela. Si la escuela no puede comunicarse con los padres del niño dentro de los 5 minutos, se llamará al contacto de emergencia para que recoja al niño. El estudiante no puede esperar en un área de aislamiento por el resto del día escolar.

Contactos designados COVID-19

La persona designada en cada sitio escolar que se enumera en la siguiente página es responsable de:

- Mantener sistemas de comunicación que permitan al personal y las familias autoinformar los síntomas y recibir notificaciones rápidas de exposiciones y cierres, manteniendo la confidencialidad.
- Proporcionar a las personas afectadas documentos de orientación para la familia y el estudiante, incluidos materiales en español según sea necesario
- Responder a las preocupaciones de COVID-19

Escuelas primarias			
Escuela:	**Contacto:**	**Teléfono:**	**Correo electrónico:**
Escuelas intermedias			
Escuela:	**Contacto:**	**Teléfono:**	**Correo electrónico:**
Enfermera/ o de distrito			
Escuela:	**Contacto:**	**Teléfono:**	**Correo electrónico:**
Servicios Estudiantiles			
Escuela:	**Contacto:**	**Teléfono:**	**Correo electrónico:**
District Office	Jennifer Casper		covidsupport@nusd.org

Medidas preventivas en la escuela

Examen diario de síntomas en el hogar

El Departamento de Salud Pública del Condado de Marin requiere un examen diario de los síntomas en el hogar antes de enviar a su hijo o hijos a la escuela. (Enlace: Síntomas)

Los estudiantes no deben volver a hacerse la prueba de COVID-19 dentro de los 3 meses posteriores a la infección inicial por COVID-19. Si desarrollan síntomas compatibles con COVID-19, deben ser evaluados por un proveedor de atención médica.

Síntomas

- Si su hijo (a) tiene alguno de los síntomas clave del COVID-19 (tos • falta de aire / dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato), deben programar la prueba del COVID-19 y / o visitar a un proveedor de atención médica.
    - Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta que se confirme una prueba de COVID-19 negativa o un proveedor de atención médica proporcione un diagnóstico alternativo (por ejemplo, migraña, faringitis estreptocócica).
    - La persona enferma puede regresar a la escuela después de que su prueba de COVID-19 sea negativa (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluada por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con autorización del proveedor de atención médica para regresar a la escuela);
        - si los síntomas han mejorado **Y** la persona enferma no tiene fiebre durante > 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.
    - Si la persona enferma no es examinada o evaluada por un proveedor de atención médica, debe quedarse en casa y aislarse durante al menos 10 días (***prueba o 10***) [a partir del 9 de noviembre de 2020].
- Si su hijo o hijos tienen *dos o más* de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), debe programar una prueba de COVID-19 y / o visitar a un proveedor de atención médica.
    - Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta que se confirme una prueba de COVID-19 negativa o un proveedor de atención médica proporcione un diagnóstico alternativo (por ejemplo, migraña, faringitis estreptocócica).
    - La persona enferma puede regresar a la escuela después de que su prueba de COVID-19 sea negativa (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluada por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con autorización del proveedor de atención médica para regresar a la escuela);
        - si los síntomas han mejorado **Y** la persona enferma no tiene fiebre durante> 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.
    - Si la persona enferma no es examinada o evaluada por un proveedor de atención médica, debe quedarse en casa y aislarse durante al menos 10 días ***(prueba o 10).*** [Efectivo el 9 de noviembre de 2020].

- Si su hijo o hijos tienen alguno de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), pueden regresar a la escuela después de que los síntomas hayan mejorado y estén libres de fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.
    - Los hermanos y otros contactos del hogar no necesitan quedarse en casa.
    - Las pruebas de COVID-19 y / o la evaluación del proveedor de atención médica *no* son necesarias a menos que lo requiera una enfermera escolar que sospeche de COVID-19 [Efectivo el 9 de noviembre de 2020].
- Si un miembro del hogar (incluido un cuidador) tiene alguno de los síntomas clave de COVID-19 o dos o más de los síntomas de COVID-19 enumerados anteriormente.
    - Deben comunicarse con su proveedor de atención médica o programar una prueba de inmediato.
    - Los estudiantes y el personal deben quedarse en casa hasta que el miembro de su hogar dé negativo en la prueba COVID-19.
    - Si el miembro del hogar da positivo por COVID-19, su familia debe estar en cuarentena durante 14 días desde su último contacto [a partir del 9 de noviembre de 2020]. (Enlace: cuarentena)
- Los estudiantes con condiciones de salud subyacentes conocidas pueden tener un mayor riesgo de contraer enfermedades graves. Estas condiciones de salud pueden incluir diabetes (Tipo I y II), deficiencias del sistema inmunológico o afecciones respiratorias crónicas. Si su hijo tiene una enfermedad crónica, consulte con su proveedor de atención médica para determinar si es seguro asistir a la escuela y cuándo.
- Si un niño tiene una afección conocida con un síntoma crónico (por ejemplo, asma, migraña), su proveedor de atención médica puede proporcionar documentación y recomendaciones sobre cómo evaluar los síntomas en los controles diarios (por ejemplo, tos, dificultad para respirar)

Contacto cercano o exposición potencial

- Si un miembro del hogar está siendo evaluado por COVID-19 o tiene una exposición conocida al COVID-19, el miembro del hogar debe aislarse o ponerse en cuarentena según corresponda. (Enlace: aislarse / cuarentena) Su hijo o hijos deben quedarse en casa hasta que el miembro del hogar dé negativo en la prueba de COVID-19. Si el miembro del hogar da positivo por COVID-19, su hijo (a) debe estar en cuarentena durante 14 días desde su último contacto.
- Si su hijo o hijos tuvieron contacto cercano (a menos de 6 pies de una persona infectada durante al menos 15 minutos) con una persona que dio positivo en la prueba de COVID-19, deben permanecer en casa y ponerse en cuarentena durante 14 días después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19. *Su hijo o hijos deben someterse a la prueba de COVID-19 de cinco a siete días después de su última exposición.*

Llegada a la escuela y salida de la escuela

Los horarios de llegada se coordinarán estratégicamente para evitar la mezcla de grupos de aulas. Habrá áreas designadas para entrar y salir de la escuela. Su escuela proporcionará información sobre sus protocolos específicos para el proceso de dejar y recoger a los estudiantes.

{Arrival at school and departure from school is site specific by schools. Districts MODIFY AND insert YOUR version HERE]

- Los padres deberán permanecer en el automóvil cuando dejen a sus hijos.
- Los estudiantes deberán ir directamente a su salón de clases designado o lugar de reunión para el chequeo diario de salud del estudiante.
- Se seguirán los protocolos de distanciamiento físico para minimizar el contacto entre los estudiantes, las familias y el personal.

Distanciamiento físico

Salud Pública del Condado de Marin recomienda que se mantenga una distancia física de seis pies entre adultos y estudiantes; Se permite una distancia de cuatro a seis pies entre los estudiantes dentro de un salón de clases o área de instrucción. [**Modify to your district/program name]** tiene las siguientes medidas para asegurar que los estudiantes se mantengan separados por al menos 6 pies mientras están en filas, pasillos y en cualquier otro momento:

- Pegue cinta adhesiva en pisos y aceras para indicar una distancia de 6 pies
- Letreros en las paredes para recordarle que debe mantenerse a 6 pies de distancia de los demás.
- Rutas de sentido único en algunos pasillos
- Asientos o escritorios en el aula separados por 6 pies
- Utilice los spacios de aprendizaje al aire libre cuando sea posible

Reuniones, visitantes y excursiones

Generalmente, no se permitirán visitantes (incluidos los padres) en el campus. Las asambleas de estudiantes, reuniones de padres, excursiones, presentaciones especiales y asambleas de estudiantes se llevarán a cabo a través de una plataforma virtual siempre que sea posible. Las escuelas promoverán un distanciamiento de al menos 6 pies entre las personas en persona y limitarán el tamaño de los grupos.

Objetos compartidos

Se seguirán las siguientes pautas con respecto a los objetos compartidos:

- No anime a los estudiantes a compartir artículos que sean difíciles de limpiar, sanitizar o desinfectar.
- Mantenga las pertenencias de cada niño separadas de las de los demás y en contenedores, cubículos u otras áreas etiquetados individualmente.
- Limite el intercambio de suministros entre estudiantes y desinfecte entre usos si es inevitable compartirlos.

- Asegurar suministros adecuados para minimizar el intercambio de materiales de alto contacto en la medida de lo posible (*por ejemplo*, asigne a cada estudiante sus propios suministros de arte, equipo) o limite el uso de suministros y equipo por un grupo de niños a la vez y limpie y desinfecte entre usos.

Acceso al agua

Los estudiantes deben **traer de casa una botella de agua con etiqueta personal que no compartan**. Todos los bebederos estarán desactivados para reducir la transmisión de virus.

Guía para servir alimentos y servicios de comida

NUSD planea adherirse a las siguientes pautas:

- Ofreceremos desayuno y almuerzo gratuitos para todos los días para llevar a casa para los estudiantes. No se cobrarán cargos por comida en el año escolar 2020-2021.
- Los estudiantes deben traer bocadillos abundantes para sostenerlos durante el día en la escuela. Los estudiantes estarán separados de forma segura por grupos mientras se mantienen los estándares de distancia social con una desinfección adecuada después de cada uso. Se garantizará la seguridad de los niños con alergias alimentarias.
- Si se ofrece comida en algún evento, póngala en cajas pre-empaquetadas o bolsas para cada asistente en lugar de un buffet o comida familiar.
- Se requerirá que los estudiantes se laven las manos o usen desinfectante para manos antes y después de la hora de la merienda.

Prácticas de salud e higiene

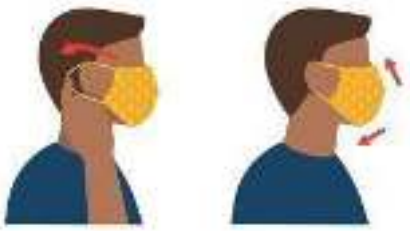
Mascarillas

California ha ordenado que todas las personas mayores de dos años deberán cubrirse la cara en interiores. Esto es parte de un esfuerzo estatal para ayudar a detener la propagación de COVID-19. Se **requiere** que todo el personal y los estudiantes (3er grado en adelante) usen mascarillas a menos que estén exentos por razones médicas, **en cuyo caso se requiere una nota del proveedor de atención médica**. Si un estudiante no tiene la cara cubierta o ha perdido su mascarilla, se le proporcionará una. Los estudiantes que se nieguen a cubrirse la cara serán enviados a casa.

Las mascarillas se pueden quitar para las comidas, los refrigerios o cuando sea necesario reemplazarlas. Cuando se quita temporalmente una mascarilla, debe colocarse en un recipiente o bolsa de plástico sellable proporcionado por los padres (claramente marcado con el nombre del estudiante).

Las mascarillas no deben colocarse en:

- Niños menores de 2 años
- Cualquiera que tenga problemas para respirar o esté inconsciente
- Cualquier persona que esté incapacitada o que no pueda quitarse la mascarilla sin ayuda. (Enlace: Mascarillas)



Coberturas faciales aceptables

Una cobertura facial significa: una mascarilla hecha de tela que cubre solo la nariz y la boca y las áreas circundantes de la parte inferior de la cara. Las primeras investigaciones muestran que un algodón de alto conteo de hilos supera a los materiales sintéticos y de bajo conteo de hilos. Los ejemplos incluyen: una cubierta facial de tela, una mascarilla de oreja hecha en casa, un protector de cuello o una mascarilla quirúrgica. (Enlace: Mascarillas aceptable)

Coberturas faciales inaceptables

- Máscaras de Halloween o de plástico, máscaras de esquí con orificios para la nariz o la boca, o máscaras que tienen una válvula unidireccional diseñada para facilitar la respiración (las válvulas suelen ser un disco de plástico elevado del tamaño de una moneda, en la parte frontal o lateral de la máscara)
- Las mascarillas usadas por los estudiantes deben ser apropiadas y cumplir con los requisitos del código de vestimenta del distrito (por ejemplo, sin patrones de tela inapropiados, sin máscaras de Halloween, sin símbolos de odio, etc.)

Usar correctamente la mascarilla

- Lávese las manos antes de cubrirse la cara.
- Colóquelo sobre su nariz y boca y asegúrelo debajo de su barbilla.
- Trate de ajustarla cómodamente a los lados de su cara.
- Asegúrese de poder respirar con facilidad
- Evite tocar la mascarilla mientras la usa. Si necesita tocar o ajustar la mascarilla, lávese las manos de inmediato.

Quitar la mascarilla correctamente

Tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz y la boca al retirar la mascarilla. Lávese las manos inmediatamente después de retirarla. CDC, "Cómo usar y quitarse con seguridad una mascarilla de tela". (Enlaces: (English) (Spanish)

- Desate las cuerdas detrás de la cabeza o estire las orejeras
- Maneje solo por las presillas o ataduras
- Doble las esquinas exteriores juntas
- Coloque la mascarilla en la lavadora (obtenga más información sobre cómo lavar las mascarillas). (Enlace: cómo guardar y lavar las mascarillas.)

Higiene de manos

La higiene de manos frecuente es una de las prácticas preventivas más importantes para ayudar a retrasar la propagación de COVID-19 y se fomentará en la escuela. Las estaciones de higiene de manos estarán accesibles en el campus.

Los estudiantes y el personal deberán lavarse o desinfectarse las manos al llegar a la escuela todos los días antes de ingresar al salón de clases. El tiempo para la higiene de manos se programará durante todo el día, incluso antes de comer y antes de regresar al aula después del recreo.

Cinco pasos para lavarse las manos correctamente

1. Mójese las manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y aplique jabón.
2. Enjabónese las manos frotándolas con el jabón. Enjabonar el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
3. Frótese las manos durante al menos 20 segundos. ¿Necesita un temporizador? Tararee la canción "Feliz cumpleaños" de principio a fin dos veces.
4. Enjuague bien sus manos con agua corriente limpia.
5. Séquese las manos con una toalla limpia o séquelas al aire.

Lavarse las manos es una actividad familiar (Enlace: Lavado de Manos: Mantenga Sana a su Familia)

Cómo usar desinfectante de manos

- Aplique el desinfectante de manos en la palma de una mano (lea la etiqueta para conocer la cantidad correcta).
- Frote el desinfectante sobre todas las superficies de sus manos y dedos hasta que sus manos estén secas. Esto debería tardar unos 20 segundos.

Etiqueta para la tos y otras prácticas importantes de higiene y salud

Ayúdenos a enseñarle a su hijo / a estas importantes medidas preventivas para reducir la propagación del COVID-19 y otras enfermedades.

- Tosa y estornude lejos de otras personas y en un pañuelo de papel o en el hueco del codo, tire el pañuelo a la basura de inmediato y lávese las manos.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Evite el contacto cercano con cualquier persona enferma.
- Mantenga una distancia física de seis (6) pies de otras personas fuera de su hogar. Mantener la distancia de los demás es especialmente importante para las personas con mayor riesgo de sufrir una enfermedad grave.
- Por favor discuta la importancia de las medidas de distanciamiento físico mientras no están en la escuela, incluyendo desalentar a los estudiantes a reunirse en otro lugar.

Anime a su hijo a hacer preguntas y expresar sus sentimientos con usted y sus maestros. Recuerde que su hijo puede tener diferentes reacciones al estrés; sea paciente y comprensivo. Prevenga el estigma utilizando hechos y recordando a los estudiantes que sean considerados unos con otros.

Inmunizaciones

Los requisitos de inmunización para la admisión a la escuela se mantienen sin cambios para el año escolar 2020-2021. Según el sitio web de Shots for School del Departamento de Salud Pública de California https://www.shotsforschool.org, "Incluso con los cierres escolares actuales, los requisitos de inmunización para la admisión a la escuela o al cuidado infantil en California para el año escolar 2019-2020 y 2020-2021 permanecer en su lugar ".

Vacuna contra la gripe

Salud Pública del Condado de Marin recomienda encarecidamente que todos los residentes del condado de Marin de 6 meses o más se vacunen contra la influenza estacional. Visite https://flu.marinhhs.org/where-get-vaccinated para saber dónde vacunarse.

Oficina de salud de la escuela

Si un niño desarrolla síntomas en la escuela, los padres o tutores serán contactados para que recojan a su niño dentro de los 30 minutos. Si la escuela no puede comunicarse con los padres del niño dentro de los 5 minutos, se llamará al contacto de emergencia para que recoja al niño. El estudiante no puede esperar en un área de aislamiento por el resto del día escolar.

Los padres o tutores, maestros y el personal deben indicar a los estudiantes que visiten la oficina de salud de la escuela solo si están enfermos o heridos. La oficina de salud de la escuela es un área de alto riesgo que solo debe usarse si se necesita asistencia médica. Si el problema de salud

no es urgente, los maestros y el personal intentarán resolver el problema con intervenciones de primeros auxilios antes de enviar al estudiante a la oficina de salud de la escuela.

Si usted o sus hijos se sienten preocupados o ansiosos, a veces pueden presentar síntomas físicos (por ejemplo, dolor de cabeza, dolor abdominal). Ayude a su hijo a aprender a lidiar con esa ansiedad de una manera saludable.

Protocolo de aislamiento: Si un estudiante presenta síntomas en la escuela

Si un estudiante desarrolla fiebre de 100.4 ° F o más y / o síntomas consistentes con COVID-19, su hijo será colocado en un área de aislamiento y observado hasta que lo recojan. Los estudiantes deben ser recogidos dentro de los 30 minutos por usted o su contacto de emergencia identificado.

- Los padres / tutores siempre deben tener un plan para recoger a su hijo. Los hermanos y / u otros miembros del hogar que asisten a la escuela también pueden necesitar que los recojan (ver más abajo).
- Si un estudiante comienza a mostrar síntomas, el personal se asegurará de que el estudiante esté usando una mascarilla. En caso contrario, se le colocará al alumno una mascarilla y se le aislará.
    - Los padres o tutores deben recoger a los estudiantes sintomáticos en un **plazo de 30 minutos** (o el contacto de emergencia si la escuela no puede comunicarse con los padres después de 5 minutos). **El estudiante no puede esperar en un área de aislamiento por el resto del día escolar.**
- Cuando el padre/madre llegue a recoger a su hijo, quédese en el automóvil, llame a la oficina y espere a que lo acompañen afuera. Los padres y otros visitantes no están permitidos en el campus durante este tiempo. **[schools add your preferred contact number here]**
- Si su hijo (a) tiene alguno de los síntomas clave del COVID-19 (tos • falta de aire / dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato), se debe programar la prueba del COVID-19 y / o visitar a un proveedor de atención médica.
    - Los hermanos y otros contactos del hogar serán enviados a casa.
    - Los estudiantes pueden regresar a la escuela después de dar negativo en la prueba de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluados por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con autorización del proveedor de atención médica para regresar a la escuela).
    - Si no son examinados o evaluados por un proveedor de atención médica, deben quedarse en casa y aislarlos durante al menos 10 días ***(prueba o 10).*** *[Efectivo el 9 de noviembre de 2020].*
- Si su hijo o hijos tienen *dos o más* de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), debe programar una prueba de COVID-19 y / o visitar a un proveedor de atención médica.
    - Los hermanos y otros contactos del hogar serán enviados a casa.
    - Los estudiantes pueden regresar a la escuela después de dar negativo en la prueba de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluados por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con autorización del proveedor de atención médica para regresar a la escuela).

    - Si no son examinados o evaluados por un proveedor de atención médica, deben quedarse en casa y aislarlos durante al menos 10 días **(prueba o 10).** *[Efectivo el 9 de noviembre de 2020].*
- Si su hijo o hijos tienen alguno de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), pueden regresar a la escuela después de que sus síntomas hayan mejorado y estén sin fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. Los hermanos y otros contactos del hogar no serán enviados a casa. Las pruebas de COVID-19 y / o la evaluación del proveedor de atención médica *no son* necesarias a menos que lo requiera una enfermera escolar que sospeche de COVID-19 *[Efectivo el 9 de noviembre de 2020].*
- Por favor ***informe al punto de contacto*** en su escuela lo antes posible si a su hijo / a se le diagnostica COVID-19.
- *Nota importante: Los niños que están aislados o en cuarentena en casa no pueden participar ni en la instrucción en persona ni en ninguna actividad extracurricular (incluidos los deportes juveniles).* (Enlace: *aislarse* or *cuarentena*)
    - Aislamiento (separarse de los demás si tiene COVID-19): las personas que están aisladas deben quedarse en casa hasta que sea seguro para ellas estar cerca de otras personas. En el hogar, cualquier persona enferma o infectada debe separarse de los demás permaneciendo en una "habitación o área para enfermos" específica y usando un baño separado (si está disponible).
    - Cuarentena (quedarse en casa si se expone al COVID-19): las personas en cuarentena deben quedarse en casa, separarse de los demás y controlar su salud.

MIS-C

Algunos niños infectados con COVID-19 desarrollan una condición extremadamente rara llamada síndrome inflamatorio multisistémico en niños (MIS-C). Los niños con MIS-C pueden tener fiebre y varios síntomas, como dolor abdominal (intestino), vómitos, diarrea, dolor de cuello, sarpullido, ojos inyectados en sangre o fatiga. Comuníquese con su proveedor de atención médica de inmediato si su hijo presenta alguno de estos síntomas. (Enlace: Para padres: síndrome inflamatorio multisistémico en niños (MIS-C) asociado al COVID-19)

Cuándo quedarse en casa y no ir a la escuela

Los estudiantes y el personal **NO** deben venir a la escuela:

- Si su hijo (a) tiene alguno de los síntomas clave de COVID-19 (tos • falta de aire / dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato), debe programar una prueba de COVID-19 y / o visitar a un proveedor de atención médica.
    - Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta que se confirme una prueba de COVID-19 negativa o un proveedor de atención médica dé un diagnóstico alternativo (por ejemplo, migraña, faringitis estreptocócica).
    - La persona enferma puede regresar a la escuela después de dar negativo en la prueba de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluada por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con autorización del proveedor de atención médica para regresar a la escuela);
        i. si los síntomas de la persona enferma han mejorado **Y** la persona no tiene fiebre durante> 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.
    - Si la persona enferma no es examinada o evaluada por un proveedor de atención médica, debe quedarse en casa y aislarse durante al menos 10 días ***(prueba o 10).*** *[Efectivo el 9 de noviembre de 2020].*
- Si su hijo / hijos tienen dos o más de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), debe programar una prueba de COVID-19 y / o visitar a un proveedor de atención médica.
    - Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta que se confirme una prueba de COVID-19 negativa o un proveedor de atención médica proporcione un diagnóstico alternativo (por ejemplo, migraña, faringitis estreptocócica).
    - La persona enferma puede regresar a la escuela después de dar negativo en la prueba de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluada por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con autorización del proveedor de atención médica para regresar a la escuela);
        i. si los síntomas mejoraron **Y** no tiene fiebre durante> 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.
    - Si la persona enferma no es examinada o evaluada por un proveedor de atención médica, debe quedarse en casa y aislarse durante al menos 10 días ***(prueba o 10).*** *[Efectivo el 9 de noviembre de 2020].*
- Si su hijo / hijos tiene alguno de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), pueden regresar a la escuela después de que los síntomas hayan mejorado y este sin fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.
    - Los hermanos y otros contactos del hogar no necesitan quedarse en casa. Las pruebas de COVID-19 y / o la evaluación del proveedor de atención médica no son necesarias a menos que lo requiera una enfermera escolar que sospeche de COVID-19 *[Efectivo el 9 de noviembre de 2020].*
- Si un miembro del hogar (incluido un cuidador) tiene alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 o dos o más de los síntomas de COVID-19 enumerados anteriormente

    - Deben comunicarse con su proveedor de atención médica o programar una prueba de inmediato.
    - Los estudiantes y el personal deben quedarse en casa hasta que el miembro de su hogar dé negativo en la prueba de COVID-19.
    - Si el miembro del hogar da positivo por COVID-19, su familia debe estar en cuarentena durante 14 días desde su último contacto *[a partir del 9 de noviembre de 2020].* (Enlace: cuarentena)
- Si tuvieron contacto cercano con una persona que dio positivo por COVID-19 (por ejemplo, un familiar, un amigo). Si su hijo ha tenido contacto cercano con alguien que dio positivo en la prueba de COVID-19, debe quedarse en casa y ponerse en cuarentena durante 14 días después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19. (Enlace: cuarentena)
- Los estudiantes con condiciones de salud subyacentes conocidas pueden tener un mayor riesgo de enfermedad grave. Estas condiciones de salud pueden incluir diabetes (tipo I y II), deficiencias del sistema inmunológico o afecciones respiratorias crónicas. Si su hijo tiene una enfermedad crónica, consulte con su proveedor de atención médica para determinar si es seguro asistir a la escuela y cuándo.

Cualquier estudiante o miembro del personal que haya dado positivo en la prueba de COVID-19 o que haya estado expuesto a COVID-19 debe quedarse en casa y no asistir a la escuela y seguir la Guía de seguridad de aislamiento y cuarentena en el hogar de Salud Pública del Condado de Marin. Los padres / tutores deben notificar a la escuela de inmediato si su hijo o miembro del hogar da positivo por COVID-19 o si un miembro del hogar puede haber estado expuesto al COVID-19. **[Enter school identified contact here]** en la Oficina del Distrito **[Modify to your district/program name]** Esta información se mantendrá confidencial. (Enlace: Cuarentena en Casa y Seguridad de Aislamiento)

Cuándo regresar a la escuela

"Mi hijo dio positivo por COVID-19 pero no tuvo síntomas".

Si su hijo sigue sin tener síntomas, puede regresar a la escuela después de que hayan pasado 10 días desde que tuvo una prueba viral positiva para COVID-19. No se requiere y no se recomienda repetir la prueba. Si su hijo presenta síntomas después de dar positivo, comuníquese con su proveedor de atención médica.

"Mi hijo dio positivo por COVID-19 y tuvo síntomas".

Un niño que dio positivo por COVID y tuvo síntomas puede regresar a la escuela 10 días después de que aparecieron los primeros síntomas y sus síntomas han ido mejorando y han estado sin fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.

"Mi hijo se quedó en casa o fue enviado a casa debido a los síntomas de COVID-19".

- Si su niño / niños tuvo (1) alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 (tos • falta de aire / dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato); o (2) dos o más de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), pueden volver a escuela *después* de que el resultado de la prueba de COVID-19 sea negativo (con copia de una prueba negativa) o *después* de ser evaluados por un proveedor de atención médica y recibir un

diagnóstico alternativo (con autorización del proveedor de atención médica para regresar a la escuela);

- Los síntomas deben mejorar **Y** los niños deben estar sin fiebre durante> 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.

- Si su hijo / hijos tiene alguno de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más] o escalofríos • dolor de garganta • dolor de cabeza • náuseas o vómitos • diarrea • fatiga • congestión / secreción nasal), pueden regresar a la escuela después de que los síntomas hayan mejorado y estén libres de fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. Las pruebas de COVID-19 y / o la evaluación del proveedor de atención médica no son necesarias a menos que lo requiera una enfermera escolar que sospeche de COVID-19 *[Efectivo el 9 de noviembre de 2020].*

"Mi hijo o un miembro del hogar estuvo expuesto al COVID-19 (en la escuela o en el hogar)".

Si su hijo o un miembro del hogar estuvo expuesto al COVID-19, debe permanecer en casa y ponerse en cuarentena durante 14 días después de su último contacto con la persona positiva al COVID. Su hijo o hijos deben someterse a la prueba de COVID-19 *de cinco a siete días después de su última exposición.* Deben completar una cuarentena de 14 días y no pueden regresar a la escuela incluso si dan negativo en la prueba de COVID-19. Comuníquese con su proveedor de atención médica para revisar las órdenes de aislamiento y cuarentena. (Enlace: cuarentena)

Si su hijo presenta síntomas durante la cuarentena, es posible que no regrese a la escuela hasta 10 días después de que aparecieron por primera vez *y* sus síntomas han ido mejorando y no ha tenido fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.

"A mi hijo le diagnosticaron otra enfermedad o enfermedad transmisible".

Dependiendo de la enfermedad, es posible que se requiera una autorización del proveedor de atención médica del estudiante para regresar a la escuela después de la enfermedad. Se enviarán avisos escolares para otras enfermedades (como se indica) de acuerdo con el Manual de Salud del Estudiante de MCOE. (Enlaces: as indicated y MCOE Student Health Manual).

Referencia: Guía de seguridad de aislamiento y cuarentena en el hogar de Salud Pública del Condado de Marin. (Enlace: En Casa Guía de Seguridad de Cuarentena y Aislamiento).

Comunicaciones

Acciones y comunicaciones escolares en caso de posible exposición en la escuela

Se notificará a las familias de los cierres de escuelas o cohortes y de cualquier restricción en vigor para evitar la exposición al COVID-19 (*por ejemplo*, horas de operación limitadas) lo antes posible.

https://www.marinschools.org/cms/lib/CA01001323/Centricity/Domain/154/Tier%203%20Exposure%20Protocols-%20En.Sp.pdf

Políticas de asistencia

Para reportar una enfermedad o ausencia, comuníquese con la oficina de su escuela.

- Los padres o tutores deben informar a la escuela de inmediato si su hijo / hijos *o miembro del hogar* (incluido un cuidador):

  1) Si está siendo evaluado para COVID-19; o,
  2) Si dan positivo por COVID-19; o,
  3) Si pudieron haber estado expuestos al COVID-19.

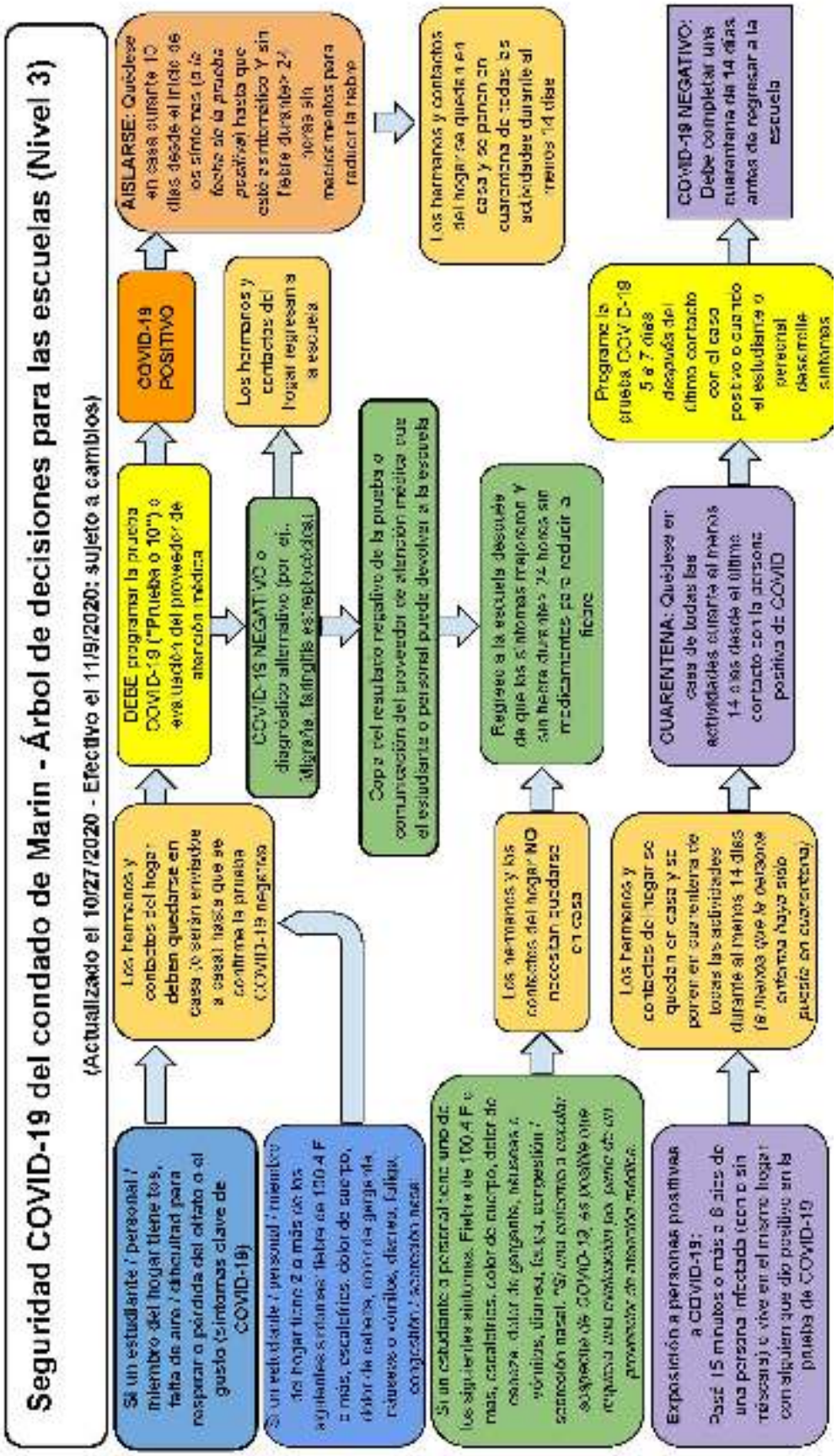
  Comuníquese con la enfermera de la escuela, el director de la escuela, el asistente administrativo o el director de servicios estudiantiles en la oficina del distrito **[modifica su programa].** Esta información se mantendrá confidencial.

- Las ausencias de los estudiantes relacionadas con enfermedades o cuarentena se consideran ausencias justificadas (Código de Educación 48205).

Clínicas comunitarias en el condado de Marin

Puede encontrar una lista de clínicas y centros de salud comunitarios en el condado de Marin en el sitio web Redwood Community Health Coalition's website. Estos centros de salud y clínicas están dedicados a brindar servicios de salud asequibles y de alta calidad a familias y niños y servirán a familias sin seguro o con seguro insuficiente.

Si tiene preguntas sobre COVID-19, llame al centro de llamadas de los Servicios Humanos y de la Salud de Marin al (415) 473-7191. El centro de llamadas está abierto de 9:30 a.m. a mediodía y de 1 a 5 p.m. de lunes a viernes. Hay servicios de interpretación disponibles.


Seguridad COVID-19 del condado de Marin - Árbol de decisiones para las escuelas (Nivel 3)
(Actualizado el 10/27/2020 - Efectivo el 11/9/2020; sujeto a cambios)
Si un estudiante / personal / miembro del hogar tiene tos, falta de aire / dificultad para respirar o pérdida del olfato o el gusto (síntomas clave de COVID-19)
Si un estudiante / personal / miembro del hogar tiene 2 o más de los siguientes síntomas: fiebre de 100.4 F o más, escalofríos, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas / vómitos, diarrea, fatiga, congestión / secreción nasal
Si un estudiante o personal tiene uno de los siguientes síntomas: Fiebre de 100.4 F o más, escalofríos, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas / vómitos, diarrea, fatiga, congestión / secreción nasal. Si una persona a cuidar sospecha de COVID-19, es posible que requiera una evaluación por parte de un proveedor de atención médica.
Exposición a personas positivas a COVID-19: Pasé 15 minutos o más a 6 pies de una persona infectada (con o sin síntomas) o vive en el mismo hogar con alguien que dio positivo en la prueba de COVID-19
Los hermanos y contactos del hogar deben quedarse en casa y se enviarán enviados a casa hasta que se confirme la prueba COVID-19 negativa
Los hermanos y contactos del hogar NO necesitan quedarse en casa
Los hermanos y contactos del hogar se quedan en casa y se ponen en cuarentena de todas las actividades durante al menos 14 días (a menos que la persona sintomática haya sido puesta en cuarentena)
DEBE programar la prueba COVID-19 ("Prueba o 10") o evaluación del proveedor de atención médica
COVID-19 POSITIVO
COVID-19 NEGATIVO o diagnóstico alternativo (por ej. Migraña, faringitis estreptocócica)
Los hermanos y contactos del hogar regresan a la escuela
Copia del resultado negativo de la prueba o comunicación del proveedor de atención médica que el estudiante o personal puede devolver a la escuela
Regresa a la escuela después de que los síntomas mejoraron y sin fiebre durante 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre
CUARENTENA: Quédese en casa de todas las actividades durante al menos 14 días desde el último contacto con la persona positiva de COVID
Programe la prueba COVID-19 5 a 7 días después del último contacto con el caso positivo o cuando el estudiante o personal desarrolle síntomas
AISLARSE: Quédese en casa durante 10 días desde el inicio de los síntomas (o la fecha de la prueba positiva) hasta que esté asintomático Y sin fiebre durante 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre
Los hermanos y contactos del hogar se quedan en casa y se ponen en cuarentena de todas las actividades durante al menos 14 días
COVID-19 NEGATIVO: Debe completar una cuarentena de 14 días antes de regresar a la escuela