

Distrito escolar unificado de



West Contra Costa

COVID-19 Guía de salud y seguridad para estudiantes y familias 2020-2021



Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa 1100 Dissell Avenue, Richmond, CA 94801-3135
Tel.: (510) 231-1110 | www.wccusd.net

Índice

Distrito escolar unificado de West Contra Costa	0
Índice	1
Generalidades	2
Asistencia a la escuela	2
Examen diario de salud en el hogar	2
Pautas de viaje:	3
Ausencias	5
Llegada y salida de la escuela	6
Visitantes, reuniones y excursiones	6
Procedimientos de limpieza	7
Calefacción y Ventilación	7
Cubiertas/mascarillas faciales	8
Higiene de manos	9
Protocolo para toser/estornudar	9
Distanciamiento físico	9
Agua	10
Procedimientos de alimentos	10
Necesidades médicas y Recepción del Consultorio médico	10
Síntomas de COVID en el plantel	11
Contacto cercano/posible exposición	12
Cuándo quedarse en casa y no ir a la escuela	12
Cuándo regresar a la escuela	14
Acciones y comunicaciones escolares en caso de posible exposición en la escuela	15
Apéndice	16

Generalidades

El plan del distrito escolar unificado de West Contra Costa para el regreso a la escuela se enfoca en la salud y seguridad de todo el personal y los estudiantes. Este manual fue desarrollado para apoyar un ambiente escolar más saludable durante la pandemia de COVID-19. Hemos implementado medidas de salud y seguridad que incluyen la limpieza y desinfección periódicas de todas las superficies de alto contacto, baños y áreas comunes. Además, hemos instalado barreras de plexiglás en las oficinas de nuestra escuela, hemos actualizado nuestros filtros de HVAC, hemos preparado las aulas y las áreas comunes para el distanciamiento físico con marcadores visuales y hemos colocado letreros en todo el plantel que recuerdan a los estudiantes y al personal que se laven las manos con frecuencia y que se cubran la cara en todo tiempo. Todas las medidas tomadas están de acuerdo con la Oficina de Educación del Condado de Contra Costa (CCCOE), los Servicios de salud del condado de Contra Costa (CCCHS), el Departamento de Educación de California (CDE), el Departamento de Salud Pública de California (CDPH) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Se mantendrá actualizado este manual y responderá a la nueva información que se vaya obteniendo de agencias locales, regionales, estatales y federales. El objetivo de este manual es ofrecer a cada miembro de la comunidad una ubicación central para acceder a la información durante esta experiencia en constante evolución. A medida que se tomen nuevas decisiones y se desarrolle contenido, se agregará a este Manual.

La implementación exitosa de nuestro plan de reapertura depende de la cooperación y el apoyo de toda nuestra comunidad escolar. Al apegarnos a las precauciones de seguridad descritas en nuestro plan, estamos seguros de que juntos podremos reabrir de manera segura y exitosa.

Asistencia a la escuela

Pedimos a todas las familias que colaboren con la escuela en apoyo de estas pautas para garantizar mejor la salud y seguridad de todos los estudiantes y el personal, y para prevenir la propagación de COVID-19. Nuestro objetivo es mantener un entorno de aprendizaje seguro y saludable para todos los estudiantes y el personal.

- ***Se les pedirá a los padres que tomen la temperatura del niño y observen a cada niño diariamente*** en busca de los síntomas relacionados con COVID-19 antes de traerlos o enviarlos a la escuela (Examen diario de salud en el hogar).
- ***NO envíe a un niño a la escuela si presenta algún síntoma de COVID-19*** (o cualquier otra enfermedad) que puede incluir fiebre, escalofríos, tos, dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares, nueva pérdida del gusto u olfato, náuseas, diarrea, dolor de garganta. Los estudiantes que presenten síntomas de COVID-19 deben informar la ausencia o enfermedad a la escuela, señalar los síntomas relacionados y llamar a su proveedor de atención médica lo antes posible para obtener orientación adicional y posibles pruebas de COVID-19. Toda la información de salud proporcionada a la escuela permanecerá confidencial.

Examen diario de salud en el hogar

Les pedimos a todos los padres que verifiquen la salud de sus hijos a diario y que completen un "examen pasivo de salud". Esto incluye verificación de temperatura y de cualquiera de los síntomas relacionados con COVID-19. Antes de acudir a la escuela todos los días, los padres deben revisar las siguientes preguntas. Si la respuesta es afirmativa, por favor llame a la oficina y mantenga a los estudiantes en casa. Si la respuesta es "no", proceda a la escuela.

1. En los últimos 10 días, ¿usted o alguien en su hogar ha tenido contacto cercano con alguien que tiene o se sospecha que tiene COVID-19?
 - a. Sí
 - b. No
2. ¿Está experimentando actualmente alguno de los siguientes síntomas: Fiebre, dolor de cabeza, tos, dolor de garganta, secreción nasal, dificultad para respirar, escalofríos, dolores musculares, nueva pérdida del gusto o del olfato, náusea, Vómito, o Diarrea
 - a. Sí
 - b. No

Pautas de viaje:

Si viaja fuera del Área de la Bahía, se recomienda encarecidamente que se ponga en autocuarentena por 10 días después de su regreso si sus actividades durante el viaje lo ponen en mayor riesgo de contraer COVID-19. Estas actividades de mayor riesgo incluyen:

- Pasar tiempo a una distancia menor a los 6 pies de personas con las que normalmente no vive, mientras usted o las personas a su alrededor no usaban una mascarilla, especialmente si estaba en interiores.
- Viajar en avión, autobús, tren, transporte público u otro vehículo compartido, si no se utilizaron mascarillas en todo momento, tanto por usted como por las otras personas en el vehículo

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

- Instruya a su/s hijo/s sobre la higiene adecuada de manos y los procedimientos de respiración.
- Limite los viajes y la actividad social para reducir la posible exposición al COVID-19.
- Limite la participación en actividades grupales y reuniones con otros hogares.
- En la medida de lo posible, los niños no deben participar en más de dos (2) cohortes.
 - ¿Qué es una cohorte? Una cohorte es un grupo de niños que participan juntos en actividades extendidas para minimizar la exposición al COVID-19 limitando el contacto con otros. Los ejemplos incluyen clase de escuela primaria, cuidado después de la escuela, club deportivo juvenil, clase recreativa. Su grupo familiar y de transporte (p. ej., autobús) no se consideran cohortes.
- Mantenga la distancia física y use cubiertas faciales.
 - Como parte de un esfuerzo estatal para ayudar a detener la propagación del coronavirus, y según la recomendación de los CDC, **se requiere que todo el personal y los estudiantes usen cubiertas faciales en todo momento**. Las cubiertas faciales deben adherirse a las pautas actuales del [Departamento de Salud Pública del Condado de Contra Costa](#)
 - Enséñele a su hijo a usar y quitarse la cubierta facial de manera segura. Asegúrese de que su hijo llegue a la escuela con la cara cubierta todos los días (empaquee una cubierta adicional en su mochila).
- Planifique posibles cierres de cohortes o escuelas.
- Indique a su hijo que visite la oficina de salud de la escuela solo si se siente enfermo. Revise su hogar y a el/los niños/as cada mañana para ver si hay signos de enfermedad.

- No dé a su hijo medicamentos para aliviar los síntomas (p. ej., Ibuprofeno [Motrin], acetaminofén [Tylenol], pseudoefedrina [Sudafed], difenhidramina [Benadryl]) *a menos que se trate de afecciones crónicas conocidas; p. ej., alergias estacionales; sinusitis*)
- NO envíe a su/s hijo/s a la escuela si él/ellos o alguien en el hogar (p. ej., cuidadores, hermanos) presentan algún síntoma de COVID-19. Según los [CDC](#), las personas con COVID-19 informan de una amplia gama de síntomas, que van desde leves hasta enfermedades graves. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus.
- Comuníquese de inmediato con su proveedor de atención médica para discutir las pruebas para los miembros apropiados del hogar.
- **Prueba o 10** - Se requiere la prueba de COVID-19 para los escenarios que se señalan a continuación, a menos que un proveedor de atención médica proporcione un diagnóstico alternativo [p. ej., migraña, faringitis estreptocócica]. Si los estudiantes o miembros del personal no son examinados o evaluados por un proveedor de atención médica, deben quedarse en casa y aislarse durante al menos 10 días. * Los estudiantes o miembros del personal que presenten estos síntomas pero que 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.
 - Si un estudiante o miembro del personal tiene tos • falta de aire o dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato.
 - Si un estudiante o miembro del personal tiene *dos o más* de los siguientes síntomas:
 - fiebre (100.4 °F/38 °C o más) o escalofríos
 - dolor de garganta
 - dolor de cabeza
 - náusea o vómito
 - diarrea
 - fatiga
 - congestión o secreción nasal
- Los estudiantes pueden regresar a la escuela:
 - después de un resultado negativo en la prueba de COVID-19 con copia de una prueba negativa (sintomático);
 - o, después de la escuela recibe comunicación de un proveedor de atención médica;
 - y, sus síntomas están mejorando;
 - y, no presenta fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre.
 - Una enfermera escolar o miembro del personal capacitado en el sitio escolar puede requerir una evaluación del proveedor de atención médica si sospechan de COVID-19 cuando un estudiante o miembro del personal presenta solo *uno* de los siguientes síntomas (fiebre [100.4 °F/38 °C o más) o escalofríos
 - dolor de garganta
 - dolor de cabeza
 - náusea o vómito
 - diarrea
 - fatiga
 - congestión o secreción nasal)

■ **Dé aviso inmediato a la escuela:**

- Si su hijo está siendo evaluado por COVID-19, puede regresar a la escuela si la prueba resulta negativa con una copia de la prueba negativa.
- Si un miembro del hogar está siendo evaluado por COVID-19, el familiar debe [aislarse o estar en cuarentena](#) según sea apropiado.
 - Su/s hijo/s *debe/n quedarse en casa* hasta que el miembro del hogar resulte negativo en la prueba de COVID-19.
 - Si el miembro del hogar resulta positivo en la prueba de COVID-19, su/s hijo/s *debe/n* estar en cuarentena durante 10 días desde su último contacto con el miembro del hogar. Ellos *no pueden* regresar a la escuela, incluso si resultan negativo para la prueba de COVID-19. Ellos deben completar su cuarentena.
- Si un miembro del hogar tiene una exposición conocida a COVID-19, el familiar debe [aislarse o estar en cuarentena](#), según sea apropiado.
- Si su hijo ha estado en contacto cercano con alguien que resultó 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 presentó COVID-19*.
 - Su hijo debe quedarse en casa y en cuarentena por 10 días después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19. Ellos *no pueden* regresar a la escuela, incluso si resultan negativo para la prueba de COVID-19. Ellos deben completar su cuarentena.

Se pueden encontrar más recursos en:

[Información sobre el coronavirus proporcionada por Servicios Humanos y de Saludo del Condado de Contra Costa](#)

[Escuelas – Información sobre el coronavirus por Servicios Humanos y de Saludo del Condado de Contra Costa](#)

[Planificación de los CDC para el regreso a clases presenciales](#)

[Sitio web de la Oficina de Educación del Condado de Contra Costa \(CCCOE\)](#)

Si tiene preguntas sobre COVID-19, llame al Centro de Llamadas de coronavirus de Servicios de salud de Contra Costa al 844-729-8410 [8 a.m. a 5 p.m. en días laborables]. Hay servicios disponibles de intérprete.

Ausencias

Para informar una enfermedad o ausencia, comuníquese con la oficina de la escuela por teléfono o correo electrónico. Si su estudiante está enfermo, asegúrese de informar todos los síntomas que su hijo está experimentando, cuando comenzaron los síntomas, y cualquier otra información médica pertinente, como el diagnóstico del médico o resultados de la prueba. Esta información se mantendrá confidencial.

- Los padres/tutores deben informar a la escuela si su hijo o miembro de la familia da positivo en la prueba de COVID-19. Póngase en contacto con los administradores del sitio, la enfermera o los asistentes de administración en la oficina principal. Esta información se mantendrá confidencial.
- Los estudiantes que hayan estado ausentes debido a una enfermedad o infección por COVID-19 deberán ausentarse del plantel hasta que la escuela reciba una autorización por escrito de un proveedor de atención médica de que el estudiante ya no es contagioso, o que se han cumplido todos los requisitos de aislamiento y cuarentena, y que el estudiante ya no tiene síntomas de enfermedad. (Código de Educación 49451; Código de Salud y Seguridad 120230; 5 CCR 202). (Ver "Autorización del Proveedor de atención médica", a continuación)

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

1. ME PROTEJO

- Verifico los síntomas de COVID-19 y no acudo al plantel si experimento alguno de los siguientes síntomas, sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre:
 - Fiebre (más de 100.4 °F),
 - Dolor de cabeza,
 - Tos,
 - Dolor de garganta,
 - Secreción o congestión nasal,
 - Dificultad para respirar,
 - Escalofríos,
 - Dolores musculares,
 - Pérdida del gusto o del olfato,
 - gastrointestinal (náuseas, vómitos o diarrea).
- Me lavo las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos o uso desinfectante para manos cuando no sea posible lavarme las manos.

2. PROTEJO A LOS DEMÁS

- Uso una cubierta facial en el plantel en todo momento, tanto en interiores como en exteriores.
- Mantengo un distanciamiento físico adecuado en todo momento.
- Me quedo en casa si me siento enfermo o después de haber estado expuesto a alguien que está enfermo o que ha resultado positivo en la prueba de COVID-19.

3. PROTEJO A LA COMUNIDAD DEL WCCUSD

- Mantengo limpias mis pertenencias, espacios personales y espacios comunes compartidos.
- Sigo todas las solicitudes y pautas de salud pública para preservar el bienestar de la comunidad.
- Leo y sigo las señales e instrucciones.
- Respeto a todos los miembros de la comunidad del WCCUSD y actúo con cortesía.

Llegada y salida de la escuela

Las familias deben consultar las instrucciones sobre los procedimientos de llegada y salida que proporciona cada sitio escolar individual y deben hacer los arreglos necesarios para llegar y salir no más de 15 minutos antes de la instrucción y después de la salida. Además, las agencias de transporte han adoptado un plan de asientos que reduce drásticamente la cantidad de estudiantes que pueden viajar en cada autobús. Las familias no deben depender solo del transporte público (AC Transit/WestCat) y deben planificar arreglos de transporte alternativo para llevar y traer a sus estudiantes a la escuela. Al mismo tiempo, habrá pases de autobús disponibles en cada sitio para estudiantes de Middle y High School.

Visitantes, reuniones y excursiones

No se permitirán visitantes (incluidos los padres) en el plantel. Se realizarán las Asambleas estudiantiles, reuniones de padres, excursiones y presentaciones especiales se realizarán por medio de una plataforma virtual siempre que sea posible. Las escuelas promoverán una distancia de por lo menos 6 pies entre personas, tanto como sea posible, y limitarán la cantidad de personas permitidas al mismo tiempo en la oficina y en los espacios interiores comunes. Cualquier visitante autorizado en el plantel debe registrarse primero en la oficina

de la escuela, completar un breve cuestionario de código QR y cumplir con todos los protocolos publicados sobre salud y seguridad.

Procedimientos de limpieza

Se limpiarán y desinfectarán con frecuencia las aulas, los baños y las áreas comunes, y todos nuestros procedimientos cumplen con las pautas del Condado de Contra Costa. Para obtener más información, consulte con el CPP de su escuela.

Calefacción y Ventilación

Como parte del Plan de Protección Específico del Distrito para el Plantel Escolar (CPP) para volver a la instrucción en persona, el distrito realizó una evaluación de todos los equipos de calefacción y ventilación (HVAC) en todos los planteles del Distrito escolar de West Contra Costa.

Se evaluaron nuestros sistemas existentes de HVAC para:

- Asegurar que nuestros sistemas actuales cumplan con los códigos locales y estatales recomendados y las recomendaciones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).
- Asegurar que se entregue la cantidad adecuada de aire del exterior a cada espacio de instrucción o de oficina.

Como resultado, confiamos en que todas las medidas que estamos tomando garantizarán la salud y seguridad de nuestros estudiantes.

- Las ventanas y puertas exteriores del edificio y del aula se abrirán tanto como sea posible para permitir la ventilación con aire del exterior. Se introducirá aire fresco al edificio por medio del sistema HVAC o se animará a los maestros a mantener todas las ventanas y puertas abiertas para maximizar el flujo de aire fresco.
- Se han instalado filtros de aire con un Valor de informe de eficiencia mínima (MERV) - 13 en todas nuestras unidades HVAC.
- Se han comprado purificadores de partículas de aire (HEPA) de alta eficiencia para las aulas que requieren ventilación complementaria.

Objetos compartidos

El intercambio de materiales se mantendrá al mínimo. En los casos en que se compartan materiales, los maestros establecerán procedimientos claros para garantizar que los materiales se limpien y desinfecten entre cada uso, o que los estudiantes tengan su conjunto personal de materiales. En general, el personal de la escuela:

- Fomentará que los estudiantes NO compartan artículos que sean difíciles de limpiar o desinfectar.
- Se asegurará de que las pertenencias de cada niño se mantengan separadas de las de los demás y estén etiquetadas individualmente en contenedores, cubículos u otras áreas.
- Limitará el intercambio de suministros entre estudiantes y desinfectará entre usos si es inevitable tener que compartir.
- Asegurará suministros adecuados para minimizar el intercambio de materiales de alto contacto en la medida de lo posible (p. ej., asignará a cada estudiante sus propios materiales de arte o, equipo) o limitará el uso de suministros y equipo por un grupo de niños a la vez y lo limpiará y desinfectará entre usos.

Cubiertas/mascarillas faciales

Como parte de un esfuerzo estatal para ayudar a detener la propagación del coronavirus, y según la recomendación de los CDC, se requiere que todo el personal y los estudiantes usen cubiertas faciales en todo momento. Las cubiertas faciales deben adherirse a las pautas actuales del [Departamento de Salud Pública de Contra Costa](#).

- Las cubiertas faciales usadas por los estudiantes deben ser apropiadas y cumplir con los requisitos del código de vestimenta del distrito (p. ej., sin patrones de tela inapropiados, sin mascarillas de Halloween, sin símbolos de odio, etc.).
 - Habrá mascarillas desechables disponibles para los estudiantes que acudan a la escuela sin mascarilla, cuya mascarilla se rompa o se ensucie en la escuela, o que use una cubierta facial inaceptable para la escuela.
 - No se requerirá que los estudiantes o al personal que se cubran la cara si existe una razón médica o de comportamiento para no usar una cubierta facial. Esto debe ser verificado por escrito por un profesional médico, miembro del equipo del IEP de la escuela o el consejero escolar.
 - Se pueden quitar las cubiertas faciales solo para las comidas, los refrigerios o cuando sea necesario reemplazarlas.
 - Si un estudiante se niega a cubrirse la cara, el maestro le indicará al estudiante que se ponga su cubierta facial y ofrecerá un descanso seguro de mascarilla si es necesario. Si el estudiante continúa negándose a usar una cubierta que cubra el rostro, se notificará al administrador del plantel. Se seguirán los pasos a continuación:
1. Se le indicará al estudiante que se mueva a un lugar seguro al aire libre.
 2. Se le recomendará un descanso de la mascarilla.
 3. Se explicarán las razones para usar una mascarilla.
 4. Si continúa la negativa a usar una mascarilla, se contactará al padre/cuidador para que recoja a su hijo.
 - Con respecto a los respiradores de mascarilla con filtro (FFR)
 - En los Estados Unidos sigue habiendo un suministro limitado de respiradores de mascarilla con filtro (FFR), como las mascarillas N95
 - Las pautas de salud pública no recomiendan los FFR en las aulas (fuera de los horarios en que se producen procedimientos de aerosolización)
 - Los usuarios pueden usar los FFR hasta 20 veces o hasta que se dañen, ensucien o generen resistencia respiratoria notablemente mayor
 - Los FFR solo deben ser reutilizados por el mismo usuario y se deben almacenar de manera que se les proteja del peligro (es decir, colgar los respiradores usados en un lugar de almacenamiento designado o guardarlos en un recipiente separado, limpio y transpirable, como una bolsa de papel entre cada uso)

Uso correcto de las cubiertas faciales:

- Lávese las manos antes de cubrirse la cara.
- Colóquela sobre su nariz y boca y asegúrela debajo de su barbilla.
- Trate de ajustarla cómodamente a los lados de su cara.
- Asegúrese de poder respirar con facilidad.
- Evite tocar la cubierta facial mientras está puesta. Si necesita tocar o ajustar la cubierta facial, lávese las manos de inmediato.

Retiro correcto de las cubiertas faciales:

- Tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca al retirarla. Lávese las manos inmediatamente después de retirarla.
- Desate las cuerdas detrás de la cabeza o estire los tirantes.

- Tómela solo por las cuerdas o los tirantes.
- Junte las esquinas exteriores.
- Lave la cubierta facial

Higiene de manos

La frecuente higiene de las manos es una de las prácticas preventivas más importantes para ayudar a reducir la propagación de COVID-19 y se fomentará en la escuela. Las estaciones de higiene de manos estarán accesibles en el plantel. Los estudiantes y el personal deberán lavarse o desinfectarse las manos al llegar a escuela todos los días antes de entrar al aula. Se programarán tiempos para la higiene de manos durante todo el día, incluso antes de comer y al 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 la llave y póngase jabón.
2. Enjabónese las manos frotándolas con el jabón. Enjabone el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
3. Frote sus manos por lo menos durante 20 segundos. ¿Necesita un reloj? Tararee la canción "Happy Birthday" de principio a fin dos veces.
4. Enjuáguese bien las manos con agua corriente limpia.
5. Séquese las manos con una toalla limpia o séquelas con aire.

Cómo usar desinfectante de manos:

- Aplique el desinfectante de manos en la palma de una mano (lea la etiqueta para aprender la cantidad).
- Frótese las manos.
- Frote el desinfectante sobre todas las superficies de sus manos y dedos hasta que sus manos estén secas. Esto debe tomar alrededor de 20 segundos.

Protocolo para toser/estornudar

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

- Tosa y estornude en un pañuelo de papel o en la curva del codo, arroje el pañuelo en la basura de inmediato y lávese las manos.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.
- Evite el contacto cercano con cualquier persona que esté enferma.
- Si su mascarilla se ensucia debido a estornudos o tos fuerte, reemplácela por una mascarilla limpia.

Distanciamiento físico

Con base en las pautas actuales del Departamento de Salud Pública de California y Salud Pública del Condado de Contra Costa, se recomienda una separación de seis pies entre estudiantes y personal para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19. WCCUSD tiene las siguientes medidas para garantizar que los estudiantes se mantengan a 6 pies de distancia cuando sea posible, y a no menos de 4 pies de distancia, mientras estén en el salón de clases, esperando en fila, en los pasillos o en cualquier otro momento:

- Marcas en pisos y aceras para indicar el distanciamiento físico.
- Señalización en las paredes y alrededor del plantel para que sirva de recordatorio para mantener la distancia física de los demás
- Señalización y flechas para indicar patrones de marcha direccionales
- Los asientos/escritorios del aula mantienen la distancia física
- Cantidad limitada de estudiantes permitidos en espacios comunes al mismo tiempo

Recuerde también practicar estas medidas fuera de la escuela:

- Mantenga una distancia de 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 enfermedad grave.
- Comente con su hijo la importancia de las medidas de distanciamiento físico en la comunidad mientras no esté en la escuela, lo que incluye disuadir a los estudiantes de reunirse en otros lugares.

Agua

Los estudiantes deben traer de casa botellas de agua llenas, etiquetadas con el nombre del niño, para usar durante el día escolar. Todos los bebederos estarán desactivados para reducir la posibilidad de transmisión del virus. Las estaciones de recarga de agua estarán disponibles para que los estudiantes y el personal recarguen botellas de agua reutilizables. Si las estaciones de recarga de agua no están disponibles, habrá agua embotellada.

Procedimientos de alimentos

Si los estudiantes comen en el plantel, comerán en las áreas asignadas al aire libre (como de costumbre y si el clima lo permite). Los estudiantes deberán lavarse las manos o usar desinfectante para manos antes de comer y deberán mantener una distancia de 6 pies y permanecer en su área asignada. Siguen estando disponibles los bocadillos para los estudiantes. Los estudiantes que no almuercen en el plantel podrán recoger su almuerzo para llevarlo a casa con ellos.

Necesidades médicas y Recepción del Consultorio médico

Los padres/tutores, maestros y personal deben indicar a los estudiantes que visiten el consultorio médico de la escuela solo si están enfermos o lesionados. El consultorio médico de la escuela es un área de alto riesgo que debe usarse únicamente 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 al Consultorio médico de la escuela. Las enfermedades y lesiones a atender en el Consultorio médico pueden incluir:

- Si su hijo necesita medicamento/s en la escuela
- Lesiones graves en la cabeza, cortadas severas o sospecha de huesos rotos
- Otra atención médica de urgencia
- En caso de emergencia médica, se llamará al 911 y a los padres.

Si sabe que su hijo tiene problemas de salud mental que se presentan como síntomas físicos (p. ej., dolor de cabeza, dolor de estómago, náuseas), informe a su maestro y trabaje con su hijo para que reconozca sus síntomas y practique técnicas para calmarse a sí mismo, tanto como sea posible. Si usted o su/s hijo/s se sienten preocupados o ansiosos, a veces pueden presentar síntomas físicos (p. ej., dolor de cabeza, dolor abdominal). Ayude a su hijo a aprender a tratar con esa ansiedad de manera saludable. Nuestros consejeros escolares también están disponibles para consultas en esta área.

Los estudiantes con afecciones subyacentes conocidas pueden tener un mayor riesgo de enfermedad grave relacionada con la infección por COVID-19. Estas afecciones pueden incluir diabetes (tipo I y II), deficiencias del sistema inmunológico y afecciones respiratorias crónicas. Si su hijo tiene una enfermedad crónica, consulte con el proveedor de atención médica de su hijo para determinar si es seguro asistir en persona a la escuela y notifique a la enfermera del distrito involucrada normalmente en el plan de atención o cuidado de su estudiante, IEP o 504. Además de esto, asegúrese de anotar cualquier afección médica en la tarjeta de emergencia de su estudiante.

Síntomas de COVID en el plantel

- Si su/s hijo/s tienen alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 (tos • dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato), debe programar una prueba de COVID-19 o visitar a un proveedor de atención médica.
 - Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta obtener una prueba de COVID-19 negativa confirmada o que su proveedor de atención médica proporcione un diagnóstico alternativo (p. ej., migraña, faringitis estreptocócica).
 - La persona enferma puede regresar a la escuela después de un resultado negativo de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluado por un proveedor de atención médica y obtener un diagnóstico alternativo (con comunicación del proveedor de atención médica a la escuela);
 - si los síntomas mejoraron **Y** no tiene fiebre durante más de 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.
 - Si la persona enferma no pasa una prueba o no es evaluada por un proveedor de atención médica, debe quedarse en casa y estar aislada durante al menos 10 días. **(Prueba o 10)**. [Actualizado el 27 de octubre de 2020].
 - Si su/s hijo/s tiene/n *dos o más* de los siguientes síntomas:
 - (fiebre [100.4 °F/38 °C o más] o escalofríos
 - dolor de garganta
 - dolor de cabeza
 - náusea o vómito
 - diarrea
 - fatiga
 - congestión/secreción nasal), debe programar una prueba de COVID-19 o visitar a un proveedor de atención médica.
 - Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta obtener una prueba de COVID-19 negativa confirmada o que su proveedor de atención médica proporcione un diagnóstico alternativo (p. ej., migraña, faringitis estreptocócica).
 - La persona enferma puede regresar a la escuela después de un resultado negativo de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluado por un proveedor de atención médica y obtener un diagnóstico alternativo (con comunicación del proveedor de atención médica a la escuela);
- si los síntomas mejoraron **Y** no tiene fiebre durante más de 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.
 - Si la persona enferma no pasa una prueba o no es evaluada por un proveedor de atención médica, debe quedarse en casa y estar aislada durante al menos 10 días. **(Prueba o 10)**. [Actualizado el 27 de octubre de 2020].
- Si su/s hijo/s tiene/n *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/n regresar a la escuela después de que los síntomas hayan mejorado y esté 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 o la evaluación del proveedor de atención médica *no* son necesarias a menos que lo requiera una enfermera escolar que sospeche un contagio con COVID-19 [Actualizado el 27 de octubre de 2020]. • Si un miembro del hogar (incluido el cuidador) tiene alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 o dos o más de los síntomas de COVID-19 señalados anteriormente.
- Debe 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 resulte negativo en la prueba de COVID-19.
- Si el miembro del hogar resulta positivo en la prueba de COVID-19, su familia debe estar en [cuarentena](#) durante 10 días desde su último contacto con el miembro del hogar [actualizado en 2020].
- Los estudiantes con afecciones subyacentes conocidas pueden tener un mayor riesgo de contraer una enfermedad grave. Estas afecciones pueden incluir diabetes (tipo I y II), deficiencias del sistema inmunológico o afecciones respiratorias crónicas. Si su hijo tiene una afección crónica, consulte con el proveedor de atención médica de su hijo para determinar si es seguro asistir a la escuela y cuándo.

Contacto cercano/posible exposición

- Si un miembro del hogar está siendo evaluado para COVID-19 o tuvo una exposición conocida a COVID-19, debe aislarse o estar en cuarentena según sea apropiado. Su/s hijo/s debe/n quedarse en casa hasta que el miembro del hogar resulte negativo en la prueba de COVID-19. Si el miembro del hogar da positivo en la prueba de COVID-19, su/s hijo/s debe/n estar en cuarentena 10 días desde su último contacto.
- Si su/s hijo/s tuvo/tuvieron contacto cercano (a menos de 6 pies durante al menos 15 minutos) con una persona que haya dado positivo por COVID-19, debe/n quedarse en casa y en cuarentena por 10 días después de su último contacto con la persona con COVID-19. *Su/s hijo/s debe/n hacerse la prueba de COVID-19 de cinco a siete días después de su última exposición.*

Cuándo quedarse en casa y no ir a la escuela

- Si su/s hijo/s tiene/n alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 (tos • falta de aliento/dificultad para respirar • pérdida del gusto u olfato), debe programar una prueba de COVID-19 o visitar a un proveedor de atención médica.
 - Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta un negativo COVID-19 la prueba está confirmada o un cuidado de la salud el proveedor da un diagnóstico alternativo (p. ej., migraña, faringitis estreptocócica).
 - La persona enferma puede regresar a la escuela después de un resultado negativo de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluado por un proveedor de atención médica y obtener un diagnóstico alternativo (con comunicación del proveedor de atención médica a la escuela);
 - si los síntomas mejoraron Y no tiene fiebre durante más de 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.
 - Si la persona enferma no pasa una prueba o no es evaluada por un proveedor de atención médica, debe quedarse en casa y estar aislada durante al menos 10 días. *(Prueba o 10).* [Actualizado el 27 de octubre de 2020].
- Si su/s hijo/s tiene/n dos o más de los siguientes síntomas
 - (fiebre [100.4 °F/38 °C o más] o escalofríos
 - dolor de garganta

- dolor de cabeza
- náusea o vómito
- diarrea
- fatiga
- congestión/secreción nasal),
debe programar una prueba de COVID-19 o visitar a un proveedor de atención médica.
- Los hermanos y otros contactos del hogar deben quedarse en casa hasta obtener un resultado negativo confirmado en la prueba de COVID-19 o el proveedor de atención médica proporciona un diagnóstico alternativo (p. ej., migraña, faringitis estreptocócica).
- La persona enferma puede regresar a la escuela después de un resultado negativo de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluado por un proveedor de atención médica y obtener un diagnóstico alternativo (con comunicación del proveedor de atención médica a la escuela);
- si los síntomas mejoraron Y no tiene fiebre durante más de 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.
- Si la persona enferma no pasa una prueba o no es evaluada por un proveedor de atención médica, debe quedarse en casa y estar aislada durante al menos 10 días. *(Prueba o 10). [Actualizado el 27 de octubre de 2020].*
- Si su/s hijo/s tiene/n *cualquiera* de los siguientes síntomas
 - (fiebre [100.4 °F/38 °C o más] o escalofríos
 - dolor de garganta
 - dolor de cabeza
 - náusea o vómito
 - diarrea • fatiga
 - congestión/secreción nasal),
puede/n regresar a la escuela después de que los síntomas mejoren y si 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. Las pruebas de COVID-19 o la evaluación del proveedor de atención médica *no* son necesarias a menos que lo requiera una enfermera escolar que sospeche de contagio con COVID-19 *[Actualizado el 27 de octubre de 2020].*
- Si un miembro del hogar (incluido el cuidador) tiene alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 o dos o más de los síntomas de COVID-19 señalados anteriormente.
 - Debe 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 resulte negativo en la prueba de COVID-19.
 - Si el miembro del hogar resulta positivo en la prueba de COVID-19, su familia debe estar en cuarentena durante 14 días desde su último contacto con el miembro del hogar *[actualizado el 27 de octubre de 2020].* ● Si tuvieron contacto cercano con una persona que obtuvo un resultado positivo de COVID-19 (p. ej., un familiar, un amigo). Si su hijo ha estado en contacto cercano con alguien que resultó positivo en la prueba de COVID-19, debe quedarse en casa y estar en cuarentena por 10 días después de su último contacto con la persona que presentó COVID-19.
- Los estudiantes con afecciones subyacentes conocidas pueden tener un mayor riesgo de contraer una enfermedad grave. Estas afecciones pueden incluir diabetes (tipo I y II), deficiencias del sistema inmunológico o afecciones respiratorias crónicas. Si su hijo

tiene una afección crónica, consulte con el proveedor de atención médica de su hijo para determinar si es seguro asistir a la escuela y cuándo.

Cualquier estudiante o miembro del personal que haya obtenido resultado 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 cuarentena y aislamiento en el hogar de Salud Pública del Condado de Contra Costa](#). Los padres/tutores deben notificar a la escuela de inmediato si su hijo o un miembro del hogar resulta positivo por COVID-19 o si un miembro del hogar puede haber estado expuesto al COVID-19. Esta información se mantendrá confidencial.

Cuándo regresar a la escuela

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

Si su hijo sigue sin tener síntomas, puede regresar a la escuela después de pasados 10 días desde que tuvo una prueba viral positiva para COVID-19. No es necesario volver a realizar la prueba y no se recomienda. Si su hijo presenta síntomas después de resultar positivo, comuníquese con su proveedor de atención médica.

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

Un niño que obtuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19 y tuvo síntomas puede regresar a la escuela 10 días después de que aparecieron los primeros síntomas y sus síntomas han ido mejorando y ha 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 que presentó síntomas de COVID-19".

Si su/s hijo/s tuvo/tuvieron (1) alguno de los síntomas más comunes de COVID-19

- Tos
- falta de aliento/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
- náusea o vómito
- diarrea
- fatiga
- congestión/secreción nasal),

puede/n regresar a la escuela después de obtener un resultado negativo en la prueba de COVID-19 (con copia de una prueba negativa) o después de ser evaluado/s por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con comunicación del proveedor de atención médica a la escuela);

- Los síntomas deben mejorar Y el/los niño/s deben estar sin fiebre durante más de 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.

● Si su/s hijo/s tiene/n *cualquiera* de los siguientes síntomas

- (fiebre [100.4 °F/38 °C o más] o escalofríos
- dolor de garganta
- dolor de cabeza
- náusea o vómito
- diarrea

- fatiga
- congestión/secreción nasal),

puede/n regresar a la escuela después de que los síntomas mejoren y no tenga/n fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. Las pruebas de COVID-19 o la evaluación del proveedor de atención médica *no* son necesarias a menos que lo requiera una enfermera escolar que sospeche de contagio con COVID-19 [Actualizado el 27 de octubre 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 miembro del hogar estuvo expuesto al COVID-19, debe quedarse en casa y estar en cuarentena por 10 días después de su último contacto con la persona con resultado positivo de COVID-19. Su/s hijo/s debe/n hacerse la prueba de COVID-19 de *cinco a siete días después de su última exposición*. Debe/n hacer una cuarentena de 10 días y *no* puede/n regresar a la escuela, incluso si resultan negativo para la prueba de COVID-19. Póngase en contacto con su proveedor de atención médica para revisar las órdenes de aislamiento y cuarentena.

Si su hijo desarrolla síntomas durante la cuarentena, no puede regresar a la escuela sino hasta 10 días después de que aparecieron los primeros síntomas y sus síntomas han ido mejorando y ha estado sin fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.

"A mi hijo le diagnosticaron otra enfermedad o una enfermedad contagiosa". 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.

Referencia:

[Guía de seguridad de cuarentena y aislamiento en el hogar de Salud Pública del Condado de Contra Costa](#)

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

Se dará aviso lo antes posible a las familias por los cierres de escuelas o cohortes y de las restricciones vigentes para prevenir la exposición al COVID-19 (*p. ej.*, horas limitadas de funcionamiento).

Si tiene preguntas sobre COVID-19, llame al Centro de llamadas de Salud y Coronavirus del Condado de Contra Costa al 844-729-8410. El centro de llamadas está abierto desde las 8 a.m. hasta las 5 p.m. entre semana. Hay servicios disponibles de intérprete.

Apéndice

Apéndice A - [Contrato COVID-19 para padres de instrucción en persona del WCCUSD](#)

Apéndice B - [Exención de actividades extracurriculares por COVID](#)

Apéndice C - [POE de transporte por COVID](#)

Apéndice D - [Exención de aprendizaje en persona por COVID](#)