

Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa



GUÍA DE SALUD Y SEGURIDAD REFERENTE A COVID-19 para estudiantes y familias 2021-2022



Tabla de contenido

Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa	0
Tabla de contenido	1
<u>Descripción general</u>	2
<u>Asistir a la escuela</u>	2
<u>Examen diario de salud realizado en el hogar</u>	3
<u>Pruebas de Covid-19 para estudiantes</u>	3
<u>Pautas para viajar</u>	4
<u>Ausencias</u>	7
<u>Entrada y salida de la escuela</u>	8
<u>Visitantes, o voluntarios</u>	9
<u>Reuniones escolares</u>	9
<u>Atletismo</u>	10
<u>Viajes de estudio</u>	10
<u>Procedimientos de limpieza</u>	12
<u>Calefacción y ventilación</u>	12
<u>Objetos compartidos</u>	13
<u>Cubiertas faciales / máscaras</u>	13
<u>Higiene de las manos</u>	15
<u>Etiqueta al toser/estornudar</u>	15
<u>Distanciamiento físico</u>	16
<u>Agua</u>	16
<u>Procedimientos de alimentación</u>	16
<u>Necesidades médicas y sala de salud de la oficina principal</u>	16
<u>Síntomas de COVID en el establecimiento</u>	17
<u>Contacto cercano / exposición potencial</u>	19
<u>Cuándo quedarse en casa y no ir a la escuela</u>	19
<u>Cuándo regresar a la escuela</u>	21
<u>Acciones y comunicaciones escolares en caso de posible exposición en la escuela</u>	23

Descripción general

El plan del Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa para regresar 100% a la instrucción en persona se enfoca en la salud y seguridad de todo el personal y los estudiantes. Este manual fue creado para apoyar un ambiente escolar más saludable durante la pandemia de COVID-19. Hemos implementado medidas de salud y seguridad que incluyen: uso universal de mascarilla en los interiores para los estudiantes y el personal independientemente del estado de vacunación, vacunarse contra Covid-19 si es elegible, recordar a los estudiantes y al personal que se laven las manos con frecuencia, quedarse en casa si los estudiantes o el personal están enfermos, limpiar y desinfectar con regularidad, mejorar nuestros filtros HVAC, preparar aulas y áreas comunes con marcadores visuales, colocar letreros en todo el establecimiento e instalar barreras de plexiglás en las oficinas escolares del Distrito (WCCUSD). 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 Prevención de Enfermedades (CDC). **Este manual seguirá cambiando y responderá a la nueva información de las agencias locales, regionales, estatales y federales.** El objetivo de este manual es ofrecer a cada miembro de la comunidad un lugar 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 del Plan de Regreso a la Instrucción en Persona al 100% depende de la cooperación y el apoyo de toda nuestra comunidad escolar. Al adherirnos a las precauciones de seguridad descritas en nuestro plan, nos aseguramos de que juntos podamos regresar de manera segura y exitosa al aprendizaje 100% en persona.

Asistir a la escuela

Pedimos a todas las familias que colaboren con el personal de la escuela en apoyo de estas pautas 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 de los niños y observen a cada niño diariamente* para ver si tienen síntomas relacionados con COVID-19 antes de traerlos/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 pueda incluir fiebre, escalofríos, tos, dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares, reciente pérdida del gusto u olfato, náuseas, diarrea, dolor de garganta. Los estudiantes que presenten síntomas de COVID-19 deben notificar la ausencia/enfermedad a la escuela, hacer una lista

de los síntomas relacionados y llamar a su proveedor de atención médica lo antes posible para obtener más orientación y posibles pruebas de COVID-19. Toda la información de salud proporcionada al personal de la escuela permanecerá confidencial.

Examen diario de salud realizado en el hogar

Les pedimos a todos los padres que revisen la salud de sus hijos a diario y que completen un "examen de salud". Esto incluye chequeos de temperatura y monitoreo de cualquier síntoma relacionado con COVID-19.

Antes de venir 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 de su hogar ha tenido contacto cercano con alguien que tiene o se sospecha que tiene COVID-19?**
 - a. Sí
 - b. No

2. **¿Tiene actualmente alguno de los siguientes síntomas: fiebre, dolor de cabeza, tos, dolor de garganta, secreción nasal, dificultad para respirar, escalofríos, dolores musculares, reciente pérdida del gusto o del olfato, náuseas, vómitos o diarrea?**
 - a. Sí
 - b. No

Prueba de COVID-19 para estudiantes:

Como parte del plan para realizar pruebas de COVID-19, el Distrito (WCCUSD) proporcionará pruebas sintomáticas y de respuesta para todo el personal y los estudiantes que participan en el aprendizaje en persona. El Distrito (WCCUSD) también proporcionará pruebas de detección para los estudiantes una vez a la semana. El Distrito (WCCUSD) recomienda encarecidamente que todos los estudiantes se realicen las pruebas durante nuestro proceso de evaluación programado en las escuelas.

El Distrito mantendrá la confidencialidad de los resultados de la prueba, cuando el Distrito notifique a los empleados que han entrado en contacto cercano con un empleado que tiene COVID-19, el Distrito no identificará al empleado que dio positivo en la prueba.

Pautas para viajar:

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

- Pasar tiempo con personas con las que normalmente no vive y mantener una distancia de menos de 6 pies mientras usted o las personas a su alrededor no usan una mascarilla, especialmente si están adentro.
- Viajar en aviones, autobuses, trenes, transporte público u otros vehículos compartidos, si tanto usted como las demás personas en el vehículo no usaron máscaras faciales en todo momento.

Por favor siga estas pautas para ayudar a mantener un entorno de aprendizaje seguro y saludable:

- Instruya a su hijo/a sobre la higiene adecuada de las manos y sobre 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 reuniones con hogares mixtos.
- *Mantenga el uso de coberturas faciales*
- Como parte de un esfuerzo estatal para ayudar a detener la propagación del coronavirus, y según lo recomendado por el Departamento CDPH, **todo el personal y los estudiantes deben usar cubiertas para la cara mientras están en el interior**. Las cubiertas faciales deben adherirse a las [Pautas del Departamento de Salud Pública de California](#).
- Indique a su hijo/a que se ponga y se quite las cubiertas faciales de forma segura.
- Asegúrese de que su hijo/a llegue a la escuela con una cubierta facial todos los días (empaque una cubierta facial extra en su mochila).
- Planee para posibles cierres de escuelas.
- Dígame a su hijo/a que visite la oficina de salud de la escuela sólo si se siente enfermo.
- Revise a sus hijos todas las mañanas en su casa para ver si tienen signos de enfermedad.
 - No premedique a su hijo/a con medicamentos para aliviar los síntomas (por ejemplo, ibuprofeno [Motrin], acetaminofeno [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, personas que los cuidan, hermanos) presentan algún síntoma de COVID-19. Según los Centros CDC, las personas con COVID-19 han tenido una amplia gama de síntomas, que van desde síntomas leves hasta enfermedades graves. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus.
- Comuníquese con su proveedor de atención médica de inmediato para hablar sobre las pruebas para los miembros apropiados del hogar.
- **Prueba o 10 días en casa-** La prueba de COVID-19 es necesaria para los escenarios que se mencionan a continuación, a menos que un proveedor de atención médica proporcione un diagnóstico alternativo [por ejemplo, migraña, faringitis estreptocócica]. Si los estudiantes/personal no son evaluados o examinados por un proveedor de atención médica, deben quedarse en casa y aislarse durante al menos 10 días. * Los estudiantes / personal que presenten estos síntomas pero hayan dado positivo a 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/miembro del personal tiene tos, falta de aire/dificultad para respirar, pérdida del gusto u olfato, o si un estudiante/miembro del personal tiene dos o más de los siguientes síntomas:
 - *Fiebre (100.4 ° F / 38 ° C o más alta) o escalofríos
 - Dolor de garganta
 - Dolor de cabeza
 - Náuseas o vómitos
 - Diarrea
 - Fatiga
 - Congestión / secreción nasal

Los estudiantes pueden volver a la escuela:

- después de que den negativo a la prueba de COVID-19 con una copia de una prueba negativa (sintomático);
- o, después de que la escuela reciba la comunicación de un proveedor de atención médica; y sus síntomas estén mejorando; y no tengan fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.

Una enfermera de la escuela o un miembro del personal capacitado en el plantel escolar puede requerir una evaluación del proveedor de atención médica si sospechan que puede haber infección de COVID-19 cuando un estudiante / miembro del personal presenta sólo uno de los siguientes síntomas:

- Fiebre (100.4 ° F / 38 ° C o más alta) o escalofríos
- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Náuseas o vómitos
- Diarrea
- Fatiga
- Congestión / secreción nasal

Notifique a la escuela inmediatamente si:

- Si su hijo/a está siendo evaluado para COVID-19, puede regresar a la escuela si da negativo con una copia de una prueba negativa.
- Si un miembro del hogar está siendo evaluado para COVID-19, los miembros del hogar deben [aislarse / hacer cuarentena](#) según sea apropiado.
- Su hijo/a debe *quedarse en casa* hasta que el miembro del hogar dé negativo a la prueba de COVID-19.
 - Si el miembro del hogar da positivo a la prueba de COVID-19, su hijo o hijos deben estar en cuarentena durante 10 días a partir de su último contacto con el miembro del hogar. Ellos no deben regresar a la escuela incluso si dan negativo en la prueba de COVID-19. Los alumnos deben completar su cuarentena.
- Si un miembro del hogar tiene una exposición conocida a COVID-19, los miembros del hogar deben aislarse / ponerse en cuarentena según corresponda.
- Si su hijo/a ha tenido contacto cercano con alguien que dio positivo a 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/a debe quedarse en casa y ponerse en cuarentena durante 10 días después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19. Ellos no deben regresar a la escuela incluso si dan negativo a la prueba de COVID-19. Los alumnos deben completar su cuarentena.

Se pueden encontrar más recursos en:

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

[Información sobre el coronavirus presentada por Servicios Humanos y de Salud del Condado de Contra Costa - Escuelas](#)

[Planificación del regreso a clases presenciales presentada por los Centros CDC](#)

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

Si tiene preguntas sobre COVID-19, llame a los Servicios de Salud de Contra Costa al Centro de llamadas referentes a Coronavirus al 844-729-8410 [de 8 am a 5 pm los días de semana]. Hay servicios de interpretación disponibles.

Ausencias

Para reportar una enfermedad o ausencia, comuníquese con el personal de la oficina de la escuela por teléfono o por correo electrónico.

- Los padres/tutores legales deben informar a la escuela si su hijo/a o miembro de la familia da positivo a la prueba de COVID-19. Comuníquese con los administradores de la escuela, la enfermera o los asistentes administrativos de la oficina principal. Esta información se mantendrá confidencial.
- Los estudiantes que hayan estado ausentes debido a una enfermedad o infección de COVID-19 serán excluidos del establecimiento hasta que la escuela reciba una autorización por escrito de un proveedor de atención médica de que el estudiante ya no es contagioso y / o se hayan cumplido todos los requisitos de aislamiento y cuarentena. y el estudiante ya no tenga síntomas de enfermedad. (Código de Educación 49451; Código de Salud y Seguridad 120230; 5 CCR 202). (Consulte la "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. PROTÉJASE A SÍ MISMO

- Monitoree los síntomas de COVID-19 y no venga a la escuela si experimenta alguno de los siguientes síntomas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre:
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos o use desinfectante de manos cuando no sea posible lavarse las manos.

2. PROTEJA A LOS DEMÁS

- Use una cubierta facial en el establecimiento mientras está adentro.
- Mantenga un distanciamiento físico adecuado en todo momento.
- Quédese en casa si se siente enfermo o después de haber estado expuesto a alguien que está enfermo o ha dado positivo a la prueba de COVID-19.

3. PROTEJA A LA COMUNIDAD DEL DISTRITO (WCCUSD)

- Mantenga limpias sus pertenencias, espacios personales y espacios comunes compartidos.
- Cumpla con todas las solicitudes y guías de salud pública para preservar el bienestar de la comunidad.
- Lea y siga las señales e indicaciones con instrucciones.
- Respete a todos los miembros de la comunidad del Distrito (WCCUSD) y actúe con cortesía.

Entrada y salida de la escuela

- Las familias deben consultar las instrucciones de los establecimientos escolares con respecto a los procedimientos de entrada y salida de la escuela.
- Haga arreglos para llegar no más de 15 minutos antes de que comiencen las clases y retirarse no más de 15 minutos después de la salida.
- Las agencias de transporte han adoptado una política que permite la capacidad total con requisitos del uso de máscaras para todos los ocupantes.
- Las familias no deben depender sólo del transporte público (AC Transit / WestCat) y deben planificar arreglos de transporte alternativo para llevar a sus estudiantes a la escuela y para recogerlos. Además, habrá pases de autobús disponibles en cada escuela para los estudiantes de enseñanza intermedia y preparatoria.

Visitantes o voluntarios

Las escuelas y las instalaciones del Distrito (WCCUSD) deben limitar el número de visitantes no esenciales, los voluntarios y las actividades que involucren a grupos u organizaciones externas con personas que no estén completamente vacunadas, particularmente en áreas donde hay una transmisión comunitaria de COVID-19 de moderada a alta. Los visitantes y voluntarios deberán adherirse a los siguientes procedimientos:

- 1) **No** se permitirán visitantes o voluntarios (incluyendo los padres) en el establecimiento escolar sin una cita con el personal de la oficina y se debe cumplir los siguientes protocolos de prevención de Covid:
 - a) Verificación de vacunación
 - b) O prueba de resultados recientes de una prueba de Covid negativa (prueba de Covid tomada dentro de las 72 horas previas al evento o cita)
 - c) Someterse al proceso de evaluación de salud del Distrito (WCCUSD)
 - d) Política del Distrito (WCCUSD) sobre el uso de mascarilla
- 2) Los voluntarios también se someterán al proceso regular de solicitud / autorización a través del Departamento de Recursos Humanos del Distrito WCCUSD ([Servicios de voluntariado](#)).
- 3) Las escuelas promoverán una distancia de al menos 3 pies cuando sea posible y limitarán la cantidad de personas permitidas en la oficina y los espacios interiores comunes al mismo tiempo.
- 4) Cualquier visitante autorizado en el establecimiento debe primero registrarse en la oficina de la escuela, completar un breve cuestionario de evaluación y cumplir con todos los protocolos de salud y seguridad publicados.

Reuniones escolares

- 1) Las asambleas de estudiantes, presentaciones especiales, bailes, ceremonias de premios, competencias académicas, eventos extracurriculares o clubes de estudiantes deben tener reuniones al aire libre si el clima lo permite y deben cumplir con los protocolos de seguridad del Distrito (WCCUSD) referentes a Covid-19. Se permiten espectadores en eventos relacionados con la escuela.
- 2) Si las reuniones de la comunidad de aprendizaje profesional o de estudiantes se llevan a cabo en el interior, los siguientes protocolos de prevención de Covid se implementarán con estricto cumplimiento:
 - a) Seguir la estrategia de los centros CDC de quedarse en casa cuando esté enfermo y hacerse la prueba.
 - b) Uso adecuado de mascarillas
 - c) Pruebas de detección
 - d) Lavado de manos y etiqueta respiratoria
 - e) Distancia física de 3 pies, si es posible
 - f) Ventilación: mantener las puertas y ventanas abiertas
- 3) **No** se permitirán organizaciones externas (CBO) en la escuela o en las instalaciones del distrito si no cumplen con los siguientes protocolos de prevención de Covid:
 - a) Verificación de vacunación
 - b) O prueba de resultados recientes negativos de la prueba Covid (resultados de la prueba semanal, si es necesario, y prueba de COVID tomada dentro

- de las 72 horas previas al evento)
- c) Someterse al proceso de evaluación de salud del Distrito (WCCUSD)
 - d) Política del Distrito (WCCUSD) sobre el uso de mascarilla

Atletismo

Ya no existen requisitos de prueba para los deportes juveniles, pero las personas deben seguir usando una máscara durante los eventos deportivos realizados en el interior. El Departamento de Salud Pública de California (CDPH) y la Federación Interescolar de California (CIF) pueden proporcionar orientación adicional sobre deportes juveniles.

Deportes:

Los deportes en interiores y exteriores continuarán utilizando el proceso de revisión del Distrito (WCCUSD) antes de las prácticas y la competencia.

Actividades al aire libre:

Los entrenadores deben usar mascarilla mientras estén en "estrecho contacto" con los estudiantes/atletas. Los participantes deben mantener la distancia física y usar máscaras cuando no estén involucrados en la actividad del deporte. Los administradores se adherirán a la guía de salud pública actual con respecto a los espectadores.

Actividades en el interior de los edificios:

Los espectadores y el personal deben usar máscaras en el interior. El personal fomentará el distanciamiento físico tanto como sea posible. El personal limitará el acceso a los baños (3 personas a la vez) durante los eventos. Los espacios para eventos en interiores deben contar una ventilación adecuada (puertas y ventanas abiertas).

Viajes de estudio

Los protocolos/procedimientos actuales de viajes de estudio continuarán implementados debido a las condiciones actuales de COVID-19 además de los siguientes procedimientos:

- Todos los maestros, acompañantes y estudiantes deben usar una máscara durante el viaje de estudio; También deben hacer todo lo posible para mantener una distancia de tres pies entre los demás y lavarse las manos con frecuencia.
- Los maestros solicitantes deben adjuntar a los formularios de solicitud de viajes de estudio una copia de las precauciones referentes a COVID-19 del lugar a visitar.
- Los formularios de viaje de estudio deben enviarse cuatro semanas antes del viaje deseado.
- El transporte debe ser confirmado antes de que el maestro siga con los planes y envíe información a los padres sobre el viaje.

- Los maestros deben considerar que cada autobús opera a plena capacidad y deben contar a los padres acompañantes en el número de asistentes.
 - El asiento detrás del conductor del autobús debe permanecer vacío.
 - Debe estar disponible un gráfico de los asientos, en caso de que sea necesario rastrear los contactos.
 - No se cobrará dinero a los estudiantes/encargados del cuidado de menores hasta que se apruebe la excursión.
 - Los estudiantes deben traer máscaras adicionales en todas las excursiones; Se dispondrá de desinfectante para manos y toallitas desinfectantes.
- El padre / encargado debe recoger al alumno inmediatamente si el estudiante se enferma y/o debe ser puesto en cuarentena.
- Si un acompañante se enferma o se le pide que se ponga en cuarentena, debe tener un adulto disponible para que lo recoja de inmediato.
Los maestros solicitantes deben asegurarse de que asistan suficientes acompañantes.
Alguien debe estar disponible para acompañar a un estudiante y/o un acompañante adulto que se enferme y debe estar aislado de los demás hasta que llegue alguien a sustituirlo.

Para viajes a otro condado, usaremos los siguientes criterios para ayudarnos a determinar si se realizará o no un viaje de estudio:

- 0 casos: está bien ir.
- 10 o más casos: cancelar el viaje.
- 1-10 casos: el administrador de la escuela llama al Departamento de Salud Pública del Condado de Contra Costa o a la ciudad de destino para recibir consejos sobre el viaje e informar al superintendente para determinar si el viaje se llevará a cabo o no.

Si los padres no quieren que su hijo/a asista a un viaje de estudios o a grandes eventos grupales fuera del establecimiento escolar, los padres pueden usar el procedimiento normal de exclusión voluntaria, por ejemplo, no firmar el formulario de permiso o comunicarse con la escuela e informar al personal sobre su deseo de optar por no participar.

Habrá supervisión e instrucción en la escuela para los estudiantes que opten por no participar.

Supervisaremos los viajes de estudio y los destinos muy de cerca y usaremos estas pautas. Sin embargo, cuando sea necesario, cancelaremos los viajes en un esfuerzo por proteger a nuestros estudiantes, personal, padres y comunidad.

Procedimientos de limpieza

Las aulas, los baños y las áreas comunes se limpiarán y desinfectarán con frecuencia, y todos nuestros procedimientos cumplirán con la [Guía de limpieza de los Centros CDC](#).

Calefacción y ventilación

Como parte del Plan de Protección Específica del Plantel Escolar (CPP) del distrito para regresar a la instrucción en persona, el distrito llevó a cabo una evaluación de todos los equipos de calefacción y ventilación (HVAC) en todos los establecimientos del Distrito Escolar de West Contra Costa.

Nuestros sistemas HVAC existentes fueron evaluados para:

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

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

- Las ventanas y puertas exteriores del edificio y del aula se abrirán tanto como sea posible para permitir la ventilación del aire exterior. Se traerá aire fresco al edificio a través del sistema HVAC y/o se alentará a los maestros a mantener todas las ventanas y puertas abiertas para maximizar el flujo de aire fresco.
- Reporte del valor de eficiencia mínima (MERV): se han instalado 13 filtros de aire en todas nuestras unidades HVAC.
- Se han comprado purificadores de aire particulado de alta eficiencia (HEPA) para los salones de clases que requieren ventilación adicional.

Objetos compartidos

El intercambio de materiales se mantendrá al mínimo. En escenarios donde se comparten los 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:

- Evitará que los estudiantes compartan artículos que sean difíciles de limpiar, desinfectar o sanitizar.
- Asegurará que las pertenencias de cada niño se mantengan separadas de las demás y en contenedores, cubículos u otras áreas etiquetadas individualmente.
- Limitará el intercambio de suministros entre estudiantes y los desinfectará entre usos si es inevitable compartirlos.

- Asegurará que haya suministros adecuados para minimizar el intercambio de materiales de alto contacto en la medida de lo posible (por ejemplo, asignar a cada estudiante sus propios materiales de arte, equipo) o limitar el uso de suministros y equipos por un grupo de niños a la vez y limpiar y desinfectar los materiales entre usos.

Cubiertas faciales/máscaras

Como parte de un esfuerzo estatal para ayudar a detener la propagación del coronavirus, y según lo ordena el Departamento CDPH, se requiere que todo el personal y los estudiantes usen cubiertas para la cara en el interior de los edificios y afuera en el campus de la escuela o las instalaciones del distrito. Las coberturas faciales deben adherirse a la [Guía del Departamento de Salud Pública de California](#).

- Las coberturas faciales que usan 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.)
- Habrá máscaras desechables disponibles para los estudiantes que vienen a la escuela sin una máscara, cuya máscara se rompa o se ensucie en la escuela, o que usan una cubierta facial inaceptable en la escuela.
- No se requerirá que los estudiantes o el personal se cubran la cara si hay una razón médica o de comportamiento para no usar una cubierta facial. Esto debe ser verificado por escrito por un profesional médico, un miembro de la escuela del equipo del IEP o el consejero escolar.
- Las cubiertas faciales se pueden quitar sólo durante las comidas, los refrigerios o cuando sea necesario reemplazar una.
- Si un estudiante se niega a cubrirse la cara, el maestro le indicará que se cubra la cara y le ofrecerá un descanso del uso de la máscara, lo cual se hará de manera segura si es necesario. Si el estudiante continúa negándose a cubrirse la cara, se notificará al administrador de la escuela. Se seguirán los siguientes pasos:
 1. Se le indicará al estudiante que se mueva a un lugar seguro al aire libre.
 2. Se recomendará un descanso del uso de la máscara.
 3. Se explicarán las razones para usar una máscara.
 4. Si continúa la negativa a usar una máscara, se contactará al padre/encargado para que recoja a su hijo/a.
 5. Los administradores deben ofrecer oportunidades educativas alternativas para los estudiantes que están excluidos del establecimiento porque no se cubren la cara.
- Respecto a las máscaras con respiradores filtrantes (FFR)
 - Sigue habiendo un suministro limitado de máscaras con respiradores

filtrantes (FFR), como las máscaras N95, en los Estados Unidos.

- Las pautas de salud pública no recomiendan las máscaras FFR en las aulas (fuera de las horas en las que ocurren los procedimientos de aerosolización).
- Los usuarios pueden usar las máscaras FFR hasta 20 veces o hasta que se dañen, se ensucien o causen un aumento notable de la resistencia respiratoria.
- Las máscaras FFR sólo deben ser reutilizadas por el mismo usuario y almacenadas de una manera que las proteja (es decir, cuelgue las máscaras usadas en un área de almacenamiento designada o manténgalas en un recipiente limpio, con circulación de aire y separado, como una bolsa de papel).

Cómo usar las cubiertas faciales correctamente:

- Lávese las manos antes de cubrirse la cara.
- Coloque la cubierta 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 la tiene puesta. Si necesita tocar o ajustar la cubierta facial, lávese las manos de inmediato.

Cómo quitar las cubiertas faciales correctamente:

- Tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca al retirar la cubierta. Lávese las manos inmediatamente después de quitarse la cubierta facial.
- Desate las cuerdas detrás de su cabeza o estire las presillas.
- Toque sólo por las presillas o ataduras para las orejas.
- Doble las esquinas exteriores juntas.
- Lave la cubierta facial

Higiene de las manos

La higiene de las manos frecuente es una de las prácticas preventivas más importantes para ayudar a frenar la propagación del COVID-19 y se fomentará en la escuela. Las estaciones de higiene de manos estarán accesibles en el establecimiento. Se requerirá que los estudiantes y el personal se laven o desinfecten las manos al llegar a la escuela todos los días antes de ingresar al salón de clases. El tiempo para la higiene de las 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 limpia (tibia o fría), cierre el grifo y aplique jabón.
2. Enjabónese las manos frotándolas con el jabón. Haga espuma con el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
3. Frótese las manos durante al menos 20 segundos. ¿Necesitas un temporizador? cante la canción "Feliz cumpleaños" de principio a fin dos veces.
4. Enjuáguese bien las manos con agua limpia.

5. Séquese las manos con una toalla limpia o séquelas al aire.

Cómo usar desinfectante de manos:

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

Etiqueta al toser/estornudar

Ayúdenos a enseñarle a sus hijos estas importantes medidas preventivas para reducir la propagación del COVID-19 y otras enfermedades.

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

Distanciamiento físico

Según las pautas actuales del Departamento de Salud Pública de California y de Salud Pública del Condado de Contra Costa, no se requiere una distancia mínima en los salones de clases. Sin embargo, las escuelas del Distrito (WCCUSD) deben maximizar la distancia física (3 pies) cuando sea posible. El uso de espacios adicionales fuera de la cafetería para sentarse a la hora de comer, como las aulas o el gimnasio, puede ayudar a facilitar el distanciamiento. Otras medidas de mitigación serán seguir las instrucciones de señalización y las flechas para indicar los patrones direccionales al caminar.

Por favor recuerde también practicar estas medidas fuera de la escuela:

- Mantenga la distancia física con las personas que no viven en su hogar. Mantener la distancia con los demás es especialmente importante para las personas con mayor riesgo de enfermedad grave.
- Hable con su hijo/a sobre la importancia de las medidas de distanciamiento físico en la comunidad cuando no esté en la escuela, lo cual incluye disuadir a los estudiantes de que se reúnan en otro lugar.

Agua

Los estudiantes deben traer botellas de agua llenas de casa, 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 llenado de agua estarán disponibles para que los estudiantes y el personal llenen botellas de agua reutilizables. Si las estaciones de agua no están disponibles, habrá agua embotellada disponible.

Procedimientos de alimentación

Si los estudiantes comen en el establecimiento, 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 mantener una distancia de 3 pies (si es posible) y permanecer en su área asignada. Los refrigerios seguirán estando disponibles para los estudiantes. Los estudiantes que no vayan a almorzar en el establecimiento podrán recoger sus bocadillos para llevarlos a casa.

Necesidades médicas y sala de salud de la oficina principal

Los padres/tutores legales, maestros y personal deben indicar a los estudiantes que visiten la oficina de salud de la escuela sólo si están enfermos o lesionados. La oficina de salud de la escuela es un área de alto riesgo que sólo 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. Las enfermedades y lesiones que se tratarán en la oficina de salud pueden incluir:

- Si su hijo/a necesita medicamentos en la escuela
- Lesiones graves en la cabeza, cortes severos o sospecha de huesos rotos
- Otra atención médica urgente
- En caso de una emergencia médica, se llamará al 911 y a los padres.

Si sabe que su hijo/a tiene problemas de salud mental que se presentan como síntomas físicos (por ejemplo, dolor de cabeza, dolor de estómago, náuseas), informe a su maestro y trabaje con su hijo para reconocer sus síntomas y practicar técnicas para calmarse a sí mismo, como sea posible. 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 a aprender a lidiar con esa ansiedad de una manera saludable. Nuestros consejeros escolares también están disponibles para consultas en esta área.

Los estudiantes con afecciones de salud preexistentes conocidas pueden tener un mayor riesgo de sufrir una enfermedad grave relacionada con la infección por COVID-19. Estas condiciones de salud pueden incluir diabetes (tipo I y II), deficiencias del sistema inmunológico y afecciones respiratorias crónicas. Si su hijo/a tiene una condición de

salud crónica, consulte con el proveedor de atención médica de su hijo para determinar si es seguro asistir a la escuela en persona y cuándo es seguro hacerlo, y notifique a la enfermera del distrito que trabaja normalmente en el plan de atención, IEP o plan 504 de su hijo/a. Además de esto, asegúrese de anotar cualquier condición médica en la tarjeta de emergencia de su hijo/a.

Síntomas de COVID en el establecimiento

Si su hijo/a tiene alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 (tos, falta de aliento/dificultad para respirar, pérdida del gusto o del olfato), debe programar una prueba de COVID-19 y/o visitar a un proveedor de atención médica.

- Los hermanos y otros miembros 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 una copia de una prueba negativa) o después de ser evaluada por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con un comunicado de un proveedor de atención médica enviado a la escuela);
- Si los síntomas mejoraron **Y** no tiene fiebre por un periodo de 24 horas sin tomar 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)**.
- Si sus hijos tienen dos o más de los siguientes síntomas:
(fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más alta] o escalofríos)
 - Dolor de garganta
 - Dolor de cabeza
 - Náuseas o vómitos
 - Diarrea
 - Fatiga
 - Congestión/secreción nasal), deben programar una prueba de COVID-19 y/o visitar a un proveedor de atención médica.
- Los hermanos y otros miembros del hogar deben quedarse en casa hasta que se confirme una prueba de COVID-19 negativa o el 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 una copia de una prueba negativa) o después de ser

evaluada por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con un comunicado de un proveedor de atención médica enviado a la escuela);

- Si los síntomas mejoraron Y no tiene fiebre por un periodo de 24 horas sin tomar 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).
- Si sus hijos tienen alguno de los siguientes síntomas: (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más alta] 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 no tengan fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.
 - Los hermanos y otras personas 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 [*Actualizado el 27 de octubre de 2020*].
- Si un miembro del hogar (incluyendo el encargado del cuidado del menor) tiene alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 o dos o más de los síntomas de COVID-19 mencionados 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 a COVID-19, su familia debe estar en cuarentena durante 10 días desde su último contacto [*Actualizado, 2020*].
- Los estudiantes con condiciones de salud preexistentes 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/a tiene una condición de salud crónica, consulte con el proveedor de atención médica de su hijo/a para determinar si es seguro asistir a la escuela y cuándo es seguro hacerlo.

Contacto cercano/exposición potencial

- Si un miembro del hogar está siendo evaluado para detectar COVID-19 o tiene una exposición conocida al COVID-19, el miembro del hogar debe aislarse / ponerse en cuarentena según corresponda. Sus 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, sus hijos deben estar en cuarentena durante 10 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 quedarse en casa y ponerse en cuarentena durante 10 días después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19. Su hijo / hijos deben someterse a 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 hijo/a tiene alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 (tos, falta de aliento/dificultad para respirar, pérdida del gusto o del olfato), debe programar una prueba de COVID-19 y/o visitar a un proveedor de atención médica.
 - Los hermanos y otros miembros 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 una copia de una prueba negativa) o después de ser evaluada por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con un comunicado de un proveedor de atención médica enviado a la escuela);
- Si los síntomas mejoraron **Y** no tiene fiebre durante 24 horas sin tomar 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).
- Si su hijo o hijos tienen dos o más de los siguientes síntomas:
 - (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más alta] o escalofríos, dolor de garganta, dolor de cabeza, náuseas o vómitos, diarrea, fatiga, congestión/secreción nasal), deben programar una prueba de COVID-19 y/o visitar a un proveedor de atención médica.
 - Los hermanos y otros miembros del hogar deben quedarse en casa hasta que se confirme una prueba de COVID-19 negativa o el 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 una copia de una prueba negativa) o después de ser evaluada por un proveedor de atención médica y recibir

- un diagnóstico alternativo (con un comunicado de un proveedor de atención médica enviado a la escuela);
- Si los síntomas mejoraron Y no tiene fiebre durante 24 horas sin tomar 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).
 - Si su hijo/a tiene alguno de los siguientes síntomas:
 - (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más alta] 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 mejoren y no tengan fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.
 - Los hermanos y otros miembros 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.
 - Si un miembro del hogar (incluyendo el encargado del cuidado del menor) tiene alguno de los síntomas más comunes de COVID-19 o dos o más de los síntomas de COVID-19 mencionados 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 a COVID-19, su familia debe estar en cuarentena durante 14 días desde su último contacto.
 - Si tuvieron contacto cercano con una persona que dio positivo a 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 10 días después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19.
 - Los estudiantes con condiciones de salud preexistentes 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 condición de salud crónica, consulte con el proveedor de atención médica de su hijo para determinar si es seguro asistir a la escuela y cuándo es seguro hacerlo.

Cualquier estudiante o miembro del personal que haya dado positivo a la prueba de COVID-19 o que haya estado expuesto a COVID-19 debe quedarse en casa y no asistir a

la escuela y cumplir con la [Guía de seguridad de cuarentena y aislamiento en el hogar](#) del Departamento de Salud Pública del Condado de Contra Costa. Los padres/ tutores legales deben notificar a la escuela inmediatamente si su hijo o miembro del hogar da positivo a 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 dio positivo a COVID-19 pero no presentó síntomas.”

Si su hijo continúa sin tener síntomas, puede regresar a la escuela después de que hayan pasado 10 días desde que tuvo una prueba viral positiva de 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 a COVID-19 y tuvo síntomas.”

Un niño que dio positivo en la prueba de COVID y tuvo síntomas puede regresar a la escuela 10 días después de que aparecieron los primeros síntomas si 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 los síntomas de COVID-19.”

- Si su hijo o hijos tuvieron (1) uno 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 alta] o escalofríos
 - dolor de garganta
 - dolor de cabeza
 - náuseas o vómitos
 - diarrea
 - fatiga
 - congestión / secreción nasal), pueden regresar a la escuela después de dar negativo en la prueba de COVID-19 (con una copia de una prueba negativa) o después de ser evaluados por un proveedor de atención médica y recibir un diagnóstico alternativo (con un comunicado de un proveedor de atención médica enviado a la escuela);
 - Los síntomas deben mejorar **Y** el niño/los niños deben estar sin fiebre durante 24 horas sin tomar medicamentos para reducir la fiebre.
- Si su hijo o hijos tienen alguno de los siguientes síntomas:

- (fiebre [100.4 ° F / 38 ° C o más alta])
- Escalofríos
- dolor de garganta
- dolor de cabeza
- náuseas o vómitos
- Diarrea
- Fatiga
- congestión / secreción nasal
- Su hijo/a puede regresar a la escuela después de que los síntomas hayan mejorado y si no tiene 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 [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 un miembro del hogar estuvo expuesto al COVID-19, debe quedarse en casa y ponerse en cuarentena durante 10 días después de su último contacto con la persona que dio positivo 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 10 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.

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/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:

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

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

Se notificará a las familias sobre los cierres de escuelas o grupos y de las restricciones

vigentes para evitar la exposición al COVID-19 (por ejemplo, horas de operación limitadas) lo antes posible.

Si tiene preguntas sobre COVID-19, por favor llame al Centro de llamadas referentes a la salud y al coronavirus del condado de Contra Costa al número 844-729-8410. El centro de llamadas está abierto de 8 a.m. a 5 p.m. de lunes a viernes. Hay servicios de interpretación disponibles.

1

¹ WCCUSD Translation by Multilingual and Multicultural Services lo 8/12/2021– Contact RAP Center if changes/additions are needed.