



#StayStrongNC

Qué pueden esperar las familias cuando vuelvan a abrirse las escuelas



NC DEPARTMENT OF
HEALTH AND
HUMAN SERVICES

La escuela será distinta cuando comience en agosto. El aprendizaje ocurrirá en el salón de clases y en forma remota, o únicamente en forma remota. Lo alentamos a leer este folleto con sus hijos para que todos sepan qué esperar cuando comience la escuela.

Todos nosotros —los estudiantes, las familias, los maestros y el personal de la escuela— podemos ayudar a evitar el contagio de COVID-19. Si trabajamos juntos mantendremos fuertes a nuestras escuelas y comunidades.

Aspectos básicos del COVID-19

En la mayoría de los casos, el COVID-19 se contagia a través de gotitas respiratorias que se liberan cuando las personas hablan, tosen, estornudan, gritan o cantan. Estas gotitas pueden caer en la boca o la nariz de las personas que están cerca o pueden inhalarse hasta los pulmones. En cualquier momento en que se reúnen muchas personas, existe el riesgo de contagio de COVID-19.

Los niños son menos propensos a contraer COVID-19 o a enfermarse gravemente de COVID-19; y es menos probable que los niños pequeños transmitan el COVID-19, que los adultos.



**Si todos TRABAJAMOS
JUNTOS, podremos
mantener nuestras
ESCUELAS y
COMUNIDADES fuertes.**



Síntomas de COVID-19

Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus. Las personas con los siguientes síntomas podrían tener COVID-19:

También es posible tener otros síntomas. Algunas personas infectadas con COVID-19 pueden presentar síntomas muy leves, o tal vez ningún síntoma; por lo tanto, puede que nunca sepan que tuvieron la enfermedad.

Las escuelas tienen la obligación de enviar a los estudiantes y al personal a su casa y/o a recibir atención médica si:

- Recientemente obtuvieron un resultado positivo en la prueba de COVID-19
- Han tenido contacto cercano con una persona que obtuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19, o
- Tienen fiebre, escalofríos, falta de aliento o dificultad para respirar, pérdida reciente del gusto y del olfato, o tos de aparición reciente.

Su escuela le indicará qué debe hacer si su hijo presenta síntomas o si ha estado expuesto a COVID-19.

Visitantes a la escuela

Debido a que la salud y la seguridad de los estudiantes y del personal es una de las principales prioridades, las escuelas limitarán las visitas de personas ajenas a la escuela. Solo aquellas personas que participen directamente en el proceso educativo tendrán permitido ingresar en el edificio. Los familiares no podrán almorzar con el estudiante, ni hacer tareas voluntarias en el salón de clases, ni tampoco asistir a eventos. Las escuelas compartirán otras maneras de participación por parte de las familias.



Fiebre o escalofríos



Tos



Falta de aliento o dificultad para respirar



Dolor de garganta



Pérdida reciente del gusto y del olfato



Dolor de cabeza



Dolor muscular



Cansancio



Congestión o goteo nasal

Mantenerse seguro todo el día

Cuando los niños permanezcan en los edificios de la escuela, el día se percibirá de manera diferente. Posiblemente, algunas cosas que se acostumbraba a hacer en la escuela ya no estarán permitidas o se harán de otro modo. Por ejemplo, tal vez su hijo coma en el salón de clases en lugar de hacerlo en la cafetería, o tal vez no pueda compartir sus suministros escolares con otros estudiantes. Estas medidas ayudarán a prevenir el contagio del virus.



Cubrebocas de tela que cubra la nariz y la boca

El uso del cubrebocas de tela es una de las mejores medidas que cada uno de nosotros puede tomar para evitar el contagio de COVID-19. Ayude a su hijo a estar preparado, practicando el uso del cubrebocas de tela en casa y afuera. Todos los estudiantes de K-12 y todo el personal tienen la obligación de usar mascarillas mientras estén en la escuela. Cada escuela proveerá cubrebocas de tela a los estudiantes y al personal. Habrá personas que no puedan usarlas debido a importantes necesidades médicas, del desarrollo o del comportamiento.

Los niños no deben usar mascarillas si están comiendo, bebiendo o realizando ejercicio físico intenso. Las escuelas ofrecerán apoyo continuo a los estudiantes y al personal sobre cómo ponerse y quitarse el cubrebocas de tela de manera segura para limitar su riesgo de infección. Recuerde: Los cubrebocas de tela deben lavarse todas las noches.



Limpieza e higiene

Los niños deben mantener las manos limpias para evitar la propagación de gérmenes que podrían enfermarlos, enfermar a otros niños o a sus maestros. Los maestros y el personal les pedirán a los niños que se laven las manos con frecuencia con agua y jabón durante 20 segundos (lo que dura cantar la canción de “Feliz cumpleaños” dos veces), o también pueden usar una gota de desinfectante de manos.



Distanciamiento social

Se les pedirá a los estudiantes que dejen mucho espacio (al menos 6 pies) entre ellos y los otros niños o el personal, y que no se toquen entre sí. Esto ayuda a evitar la propagación de gérmenes que podrían enfermar a su hijo o a su maestro.



Hablar sobre los sentimientos

Durante el día, los maestros le preguntarán a su hijo cómo se siente. Es importante alentar al niño a que hable con un adulto si comienza a sentirse enfermo durante el día, o si se siente preocupado por las nuevas precauciones de salud adoptadas en la escuela.

De Regreso a la Escuela



Llegada a la escuela

Antes de entrar a un edificio de la escuela, se les hará a todos un control de COVID-19. El control incluirá tomar la temperatura y hacer preguntas como “¿Ha estado cerca de alguna persona con COVID-19?” Este tipo de controles se está realizando en todo tipo de edificios en todo el país. Si su hijo no viaja en el autobús, considere tiempo adicional y llegue a la escuela temprano. Los controles tomarán tiempo, en especial al comienzo del año. Si el niño es pequeño, es posible que le pidan a usted que se quede para ayudar en el proceso del control.

Comidas en la escuela

A través del Programa de nutrición escolar se dispondrá de comidas nutritivas. Para las comidas y los refrigerios se aplicarán procedimientos de seguridad. Los estudiantes y el personal deberán lavarse las manos antes y después de comer. Para mantener el distanciamiento social, es posible que se le pida a su hijo que coma en el salón de clases, en lugar de hacerlo en el cafetería.



Preparación para la jornada escolar

Sepa cuáles son los síntomas de COVID-19. Esté atento a cualquier síntoma de COVID-19 en sus familiares y en las personas con las que pasa tiempo. Mantenga al niño en su casa si muestra alguna señal de enfermedad, o si ha estado en contacto cercano con cualquier persona diagnosticada con COVID-19. Todos los estudiantes, desde el jardín de infantes hasta el 12º grado, así como el personal de la escuela, tienen la obligación de usar cubrebocas de tela en la escuela. Cada estudiante recibirá 5 cubrebocas de tela. Asegúrese de que su hijo lleve un cubrebocas limpio cuando se vaya a la escuela. ¡Y recuerde usar una mascarilla usted también!

Compras y suministros



Este año las escuelas pueden solicitar que los estudiantes lleven suministros adicionales como cubrebocas de tela, desinfectante de manos, bolsas de plástico u otras bolsas para mantener sus pertenencias separadas de las de los demás. También pueden pedirles que lleven artículos extra, por ejemplo, utensilios de escritura, para evitar tener que compartir materiales.

Lavado de manos: Siga estos cinco pasos todas las veces.



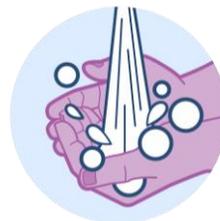
Humedezca sus manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y aplique jabón.



Enjabónese las manos, frotándolas entre sí con el jabón. Enjabónese el dorso de ambas manos, entre los dedos y debajo de las uñas.



Lávese las manos durante al menos 20 segundos. ¿Necesita un temporizador? Tararee la canción de “Feliz cumpleaños” de principio a fin, dos veces.



Enjuáguese bien las manos con agua corriente limpia.



Séquese las manos con una toalla limpia o déjelas secar al aire.

Para más información, visite www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html

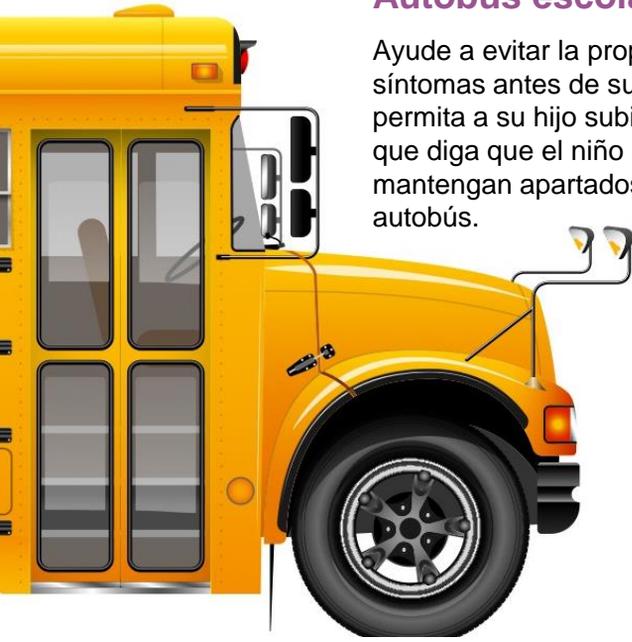
Si no puede lavarse las manos con agua y jabón, utilice desinfectante de manos

En la mayoría de los casos, el lavado de las manos con agua y jabón es la mejor manera de eliminar gérmenes. Si no hay agua y jabón, puede utilizar un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de alcohol. Lea el rótulo del producto para saber si el desinfectante contiene al menos un 60 % de alcohol.

Los desinfectantes pueden reducir rápidamente la cantidad de gérmenes en las manos en muchas situaciones. Sin embargo:

- Los desinfectantes no eliminan todos los tipos de gérmenes.
- Los desinfectantes de manos pueden no ser tan eficaces cuando las manos están visiblemente sucias o grasientas.
- Los desinfectantes podrían no eliminar de las manos productos químicos perjudiciales, como pesticidas y metales pesados.

Autobús escolar



Ayude a evitar la propagación del virus asegurándose de que su hijo no tenga síntomas antes de subir al autobús escolar. Es posible que, antes de que se le permita a su hijo subir al autobús, la escuela le pida que complete un formulario que diga que el niño no tiene síntomas. Y por favor recuérdelos a los niños que se mantengan apartados (distanciamiento social) mientras esperan en la parada del autobús.

Cuando llegue el autobús, el conductor u otro adulto revisará la temperatura del niño y le hará preguntas sobre síntomas antes de dejarlo subir. El conductor y todas las personas que viajen en el autobús estarán usando un cubrebocas de tela. Todos, incluso el conductor, deben mantener una distancia segura con respecto a las demás personas. Los niños también deben mantener una distancia segura entre ellos.

Las familias deberán tener paciencia. Debido a las nuevas precauciones de seguridad para la salud, tal vez deban cambiar las rutas del autobús, sus horas de salida y de llegada, así como los vehículos.

Deportes y actividades extracurriculares

Posiblemente se deban cambiar o cancelar los deportes y otras actividades después de la escuela. La escuela de su hijo proporcionará instrucciones sobre los deportes y las actividades después de la escuela.

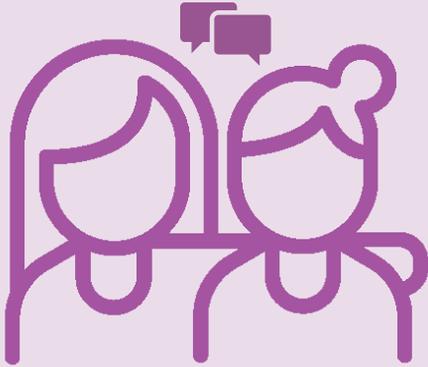


¿Qué ocurre si mi hijo se enferma, o si se enferma alguien de su salón?

Planee para que alguna persona pueda recoger a su hijo en caso de que usted no esté disponible durante el día. Se deberá recoger a los niños si:

- Desarrollan síntomas durante el día, o
- Han estado en contacto cercano con alguna persona de la escuela que haya sido diagnosticada con COVID-19.

Asegúrese de que su hijo y su escuela sepan quién recogerá al niño si usted no está disponible. Si un estudiante o un maestro tiene síntomas, obtiene un resultado positivo en una prueba de COVID-19, o si ha estado expuesto a alguien que dio resultado positivo, la escuela trabajará con el Departamento de salud de la localidad para determinar si alguna parte de la escuela debería cerrar, a quién debe contactarse y si es necesario hacer pruebas. Consulte a la escuela de su hijo sobre los planes.



Converse con su hijo

Hable con su hijo de una manera apropiada para su edad para que sepa que volver a la escuela esta vez será diferente de lo habitual. Aliéntelo para que le confiese cómo se siente. Todos estos cambios pueden causar estrés en los niños. Converse con su hijo a menudo. Dígame que es normal que se sienta así. Usted puede ayudarle a su hijo, particularmente si es pequeño, a describir cómo se siente. Por ejemplo, diciéndole en voz alta que es normal que se sienta triste o asustado, o que extraña la escuela como era antes. Comparta cualquier inquietud con el maestro de su hijo. Tal vez podría hacerle a su hijo las siguientes preguntas:

Para los niños más pequeños

- ¿Cómo están tus amigos en la escuela?
- ¿Cuál fue tu actividad favorita de hoy?
- ¿Estás contento de ver a tu maestra?
- ¿Qué te hace sentir seguro y saludable cuando estás en la escuela?
- ¿Cuál es la parte más difícil de estar en la escuela?

Dime qué te piden los maestros que hagas en la escuela para estar limpio, saludable y seguro.

- ¿Entiendes por qué tenemos que tomarnos el tiempo para estar seguros en la escuela?
- ¡Dime lo que sabes!

Para los niños mayores

Cuéntame sobre tus clases. ¿Qué ves distinto en la escuela ahora? ¿Qué ves similar a lo de antes?

¿Qué te parecen los nuevos protocolos de salud en la escuela? ¿Entiendes por qué tenemos que tomarnos el tiempo para seguir esos protocolos?

¿Cuál es la parte más difícil de los nuevos protocolos de salud en la escuela?

¿Con qué maestros te sientes más cómodo para hablar?

¿Qué necesitas para ser la mejor versión de ti mismo en la escuela? ¿De qué manera te puedo apoyar?

¿Las cosas ya empiezan a sentirse más como una rutina? ¿Tus amigos se sienten igual que tú?



Converse con la escuela de su hijo

Comuníquese con los maestros en forma abierta, honesta y rápida con respecto a la salud de su hijo y a la salud de las personas cercanas a su familia. Por favor cumpla con todos los requisitos de salud establecidos por la escuela de su hijo. Además, pregunte sobre los nuevos procesos.



Preguntas para las autoridades de la escuela

¿Adónde acudo para revisar la información más actualizada sobre la escuela?

¿En qué formato y con qué frecuencia debo esperar novedades de parte de la escuela?

¿Quién es mi punto de contacto directo en caso de que mi hijo o un familiar se enfermen?

¿Qué artículos debe llevar mi hijo a la escuela diariamente?
¿Qué artículos deben quedarse en casa?

Si es necesario que cierre la escuela, ¿cómo se comunicará esa información?

¿Las escuelas seguirán aceptando donativos?

¿Hay alguna restricción?



NC DEPARTMENT OF
**HEALTH AND
HUMAN SERVICES**

www.ncdhhs.gov • El NCDHHS es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. • 5/8/20