



### En este número

Guía para las escuelas para 21-22	2
Nueva guía de cuarentena	3
Seguridad de las vacunas	3
Pruebas de detección y recursos sobre COVID-19	4

# REGRESO SEGURO A CLASES DURANTE LA PANDEMIA DE COVID-19



## QUÉ ESPERAR CUANDO SU HIJO(A) REGRESE A LA ESCUELA

El 12 de julio de 2021, el Departamento de Salud Pública de California (CDPH) publicó una guía para escuelas actualizada para el año académico 2021-2022.

El principio básico de esta guía es que todos los estudiantes deben tener acceso a una educación segura y completamente presencial con todo el tiempo de clase que sea posible. En un esfuerzo por apoyar esta idea, muchas medidas de seguridad para las escuelas K-12 se describen [en el documento](#).

Cada una de las medidas que se indican a continuación, utilizadas de manera conjunta, puede optimizar la seguridad para el aprendizaje totalmente presencial y disminuir el riesgo de contagio de COVID-19:

- **Las mascarillas** son obligatorias en los espacios interiores y muy recomendadas al aire libre. Las personas eximidas de usar una cubierta facial por una condición médica deben usar una alternativa no restrictiva.
- Datos recientes indican que las clases presenciales pueden realizarse de manera segura sin requisitos de **distanciamiento social** mínimo cuando se implementen otras estrategias de atenuación (por ejemplo, uso de mascarilla, ventilación, higiene de manos).
- En los entornos interiores, la **ventilación** debe ser una prioridad en los campus escolares. Para leer más información sobre la **ventilación** en espacios interiores, visite [CDPH](#).

- Los niños deben quedarse en casa cuando no se sientan bien. [Las personas con los síntomas siguientes pueden tener COVID-19 y deben ser testeadas:](#)
  - Fiebre o escalofríos
  - Tos
  - Falta de aire o dificultad para respirar
  - Cansancio
  - Dolores musculares y corporales
  - Dolor de cabeza
  - Pérdida reciente del gusto o el olfato
  - Dolor de garganta
  - Congestión o goteo nasal
  - Náuseas o vómitos
  - Diarrea

Esta lista no incluye todos los síntomas posibles.

Los estudiantes con **síntomas** de infección de COVID-19 no deben regresar a las clases presenciales hasta que:

- hayan transcurrido al menos 24 horas desde que la fiebre del niño o la niña haya desaparecido sin usar medicamentos para bajar la fiebre;
- otros síntomas hayan mejorado;
- el(la) niño(a) tenga una prueba negativa de COVID-19, O un proveedor de atención médica haya proporcionado documentación sobre un diagnóstico con otro nombre (como alergias o asma, amigdalitis, faringitis);
- O hayan pasado al menos 10 días desde el inicio de los síntomas.

- Programa de pruebas de detección de COVID-19. Hay recursos de testeo gratuito disponibles para apoyar a los programas de pruebas de detección. Es importante tener **pruebas de detección de COVID-19** en las escuelas para limitar la cantidad de días de escuela perdidos. Los ejemplos incluyen la prevención de la transmisión en la escuela, evitar los brotes y detener la transmisión asintomática. Las pruebas de detección son especialmente valiosas para niños menores de 12 años que actualmente no cumplen con los requisitos para recibir una vacuna contra la COVID-19.
- Las escuelas deben **informar casos de COVID-19** al departamento de salud pública local. Esto incluye a casos en estudiantes y el personal. esto es una exigencia de [AB 86 \(2021\)](#) y el [Código de California Título 17, sección 2500](#).
- Además de las medidas de seguridad anteriores, **la cuarentena y el aislamiento** son medidas de seguridad necesarias cuando alguien se ha infectado o ha estado expuesto a la COVID-19. La definición de un contacto estrecho sigue siendo alguien que estuvo a 0-6 pies de distancia de una persona positiva para COVID-19 durante más de 15 minutos en un período de 24 horas. En la página 3 del boletín se habla con más detalle sobre diferentes recomendaciones de cuarentena. Las recomendaciones de aislamiento para personas vacunadas y no vacunadas siguen la [Guía de aislamiento](#) del CDPH para personas diagnosticadas con COVID-19.
- Es imprescindible seguir enfatizando la **higiene de manos**. Esto incluye enseñar y reforzar el lavado de manos, evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca y cubrir la tos y los estornudos entre los estudiantes y el personal.
- Las recomendaciones de **limpieza** incluyen limpiar una vez al día. Normalmente esto es suficiente para eliminar los virus que puedan estar sobre las superficies. **Desinfectar** (utilizando desinfectantes incluidos en la lista [COVID-19 de la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos](#)) elimina todos los gérmenes restantes en las superficies, y reduce aún más cualquier riesgo de propagar la infección.

- Las recomendaciones sobre el **servicio de comida** para las escuelas incluyen maximizar la distancia física todo lo posible a la hora de comer (especialmente en espacios interiores). Utilizar espacios adicionales fuera de la cafetería para sentarse a la hora de comer, como salones de clases o el gimnasio, puede ayudar a facilitar el distanciamiento para los estudiantes y los miembros del personal. Se recomienda comer en espacios al aire libre siempre que sea posible.
- **Las escuelas pueden pedir una confirmación de la vacunación** contra la COVID-19. Esto ayudará a implementar estrategias de prevención que varían según la situación de vacunación. Esto incluye pruebas de detección de COVID-19, esfuerzos de rastreo de contactos y prácticas de cuarentena y aislamiento. Visite las [recomendaciones para la confirmación de vacunas de los CDC](#) para leer más sobre el tema.
- Es una práctica recomendada para escuelas/distritos seguir brindando transparencia a la comunidad escolar sobre los planes de seguridad de la escuela. Se recomienda que, como mínimo, todos los distritos **publiquen un plan de seguridad** en su sitio web y lo tengan disponible en los campus de las escuelas y lo compartan con las familias antes del comienzo del año escolar.



Puede encontrar recursos adicionales en la [página web de SCPH Schools](#).

## LÍNEA DIRECTA SOBRE COVID

Puede comunicarse con la Línea directa sobre COVID de Sacramento County llamando al (916) 875-2400. Se reciben llamadas de lunes a viernes entre la 8 a.m. y las 5 p.m. Si prefiere usar el correo electrónico, envíe preguntas generales sobre COVID-19 a [COVID19@saccounty.net](mailto:COVID19@saccounty.net). Si tiene preguntas relacionadas con la vacuna contra la COVID-19, escriba a [COVID19vaccine@saccounty.net](mailto:COVID19vaccine@saccounty.net).



## NUEVA GUÍA DE CUARENTENA PARA ESTUDIANTES

Recomendaciones de cuarentena para **estudiantes no vacunados que estuvieron expuestos a un caso positivo en los salones de clases**, que son considerados contactos estrechos (más de 15 minutos durante un período de 24 horas a 0-6 pies de distancia en espacios interiores) cuando ambos estuvieron usando una mascarilla, según lo exigido para espacios interiores en los grados K-12:

Pueden someterse a una cuarentena modificada de 10 días de la siguiente manera. Pueden seguir asistiendo a clases presenciales en la escuela si:

- Son asintomáticos;
- Siguen utilizando la mascarilla adecuadamente, según sea necesario;
- Se realizan pruebas de detección dos veces por semana durante la cuarentena de 10 días; y
- Continúan la cuarentena para todas las actividades extracurriculares en la escuela, incluidos deportes y actividades en el entorno comunitario.

Recomendaciones de cuarentena para: **contactos estrechos no vacunados que no usaron mascarillas o que estuvieron expuestos en espacios interiores a la persona infectada que no estaba usando mascarilla:**

Para esos contactos, quienes permanezcan asintomáticos, es decir que NO han tenido ningún síntoma, pueden interrumpir la auto-cuarentena bajo las condiciones siguientes:

- La cuarentena puede finalizar después del Día 10 desde la fecha de la última exposición sin prueba de detección; O
- La cuarentena puede finalizar después del Día 7 si se toma una muestra de diagnóstico después del Día 5 desde la fecha de la última exposición y el resultado es negativo.

Los contactos estrechos asintomáticos deben:

- Continuar con el auto-monitoreo diario de los síntomas hasta el Día 14 desde la última exposición conocida; y
- Seguir todas las intervenciones recomendadas (por ejemplo, usar una mascarilla cuando haya otras personas alrededor, lavarse las manos, evitar las multitudes) hasta el Día 14 desde la última exposición conocida.

- Si alguno de los síntomas se desarrolla durante este tiempo la persona expuesta debe aislarse, realizarse una prueba de detección y consultar a su doctor.

## SEGURIDAD DE LA VACUNA PARA LOS NIÑOS

Antes de que se obtuviera una autorización de la FDA para el uso de emergencia, los ensayos clínicos demostraron que las vacunas contra la COVID-19 eran extraordinariamente seguras y eficaces para adultos y adolescentes de 16 años y más. En los ensayos participaron decenas de miles de voluntarios. Después de recibir datos de seguridad adicionales para adolescentes más jóvenes, la FDA extendió la autorización a adolescentes de 12 años de edad o más. Se están realizando ensayos clínicos para niños desde los seis meses de edad en adelante.

Las vacunas siguen siendo monitoreadas estrechamente. De hecho, los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#) (CDC) dicen que las vacunas contra la COVID-19 tendrán el "monitoreo de seguridad más intenso en la historia de los Estados Unidos".

Las vacunas contra la COVID-19 son seguras, pero hay algunos efectos secundarios a corto plazo que su hijo(a) puede tener. En los ensayos clínicos, algunos adolescentes no tuvieron efectos secundarios, mientras que otros tuvieron efectos secundarios similares a los informados por adultos:

- Dolor, enrojecimiento e inflamación en la zona de la inyección
- Fiebre
- Escalofríos
- Dolor de cabeza
- Cansancio
- Náuseas
- Dolor en los músculos

## LAS CITAS PARA LA VACUNA CONTRA LA COVID-19

se pueden pedir en <https://myturn.ca.gov/>  
Si precisa ayuda para pedir una cita, llame al 211 o al (916) 529-4519.

Visite [HealthyChildren.org](https://www.healthychildren.org/), el sitio web de la Academia Estadounidense de Pediatría para obtener más información para las familias sobre la vacuna contra la COVID-19.

## ALGUIEN DE SU FAMILIA DIO POSITIVO EN UNA PRUEBA DE COVID-19

Si su prueba de COVID-19 resulta positiva y usted siente que no se puede aislar de manera segura sin asistencia alimentaria (comestibles o comidas preparadas), Sacramento County tiene Coordinadores de Recursos para conectarlo con los recursos que precisa. Pida asistencia aun miembro del personal en su sitio de pruebas o comuníquese con: [SacCollab@shfcenter.org](mailto:SacCollab@shfcenter.org)

Los recursos que se le pueden proveer durante su período de aislamiento son: • Comidas preparadas para dos semanas • Comestibles • Cajas de alimentos • Servicios de apoyo a la salud mental • Seguro médico/inscripción en CalFresh

## PRUEBA DE DETECCIÓN DE COVID-19

Nuestros 13 Sitios de Pruebas de Detección de COVID-19 Comunitarios han agregado opciones de prueba rápida de antígenos (resultados en 15 minutos) para quienes necesiten resultados inmediatos, además de la prueba de PCR tradicional que se ofrece actualmente. Los pacientes pueden hacer un seguimiento de un resultado de antígenos positivo con una prueba de PCR para asegurar la exactitud en la misma visita (los resultados de la prueba de PCR están disponibles en 3 días).

La prueba de antígenos no es tan sensible como la prueba de PCR. La prueba de antígenos no será suficiente para viajar en avión o cuando se exija una prueba de PCR para ingresar a un evento. Sin embargo, es una gran opción para quienes no están vacunados y deben realizarse pruebas regularmente para los deportes escolares, las pruebas en el lugar de trabajo o si ha estado junto a un grupo grande de personas, o si ha tenido una exposición conocida a la COVID-19, por ejemplo.

Las citas para las pruebas de detección están disponibles para todas las personas de 2 años de edad o más (los menores deben estar acompañados por su padre/madre/tutor), sin importar si es un ciudadano de los Estados Unidos o un residente legal. Para su cita programada, debe llevar cualquier forma de identificación con su fecha de nacimiento para poder verificarla. Se deberán usar mascarillas/cubiertas faciales en todos los sitios de pruebas, y habrá algunas mascarillas disponibles.

## LICENCIA POR ENFERMEDAD COMPLEMENTARIA POR COVID-19 EN 2021

Los empleados con cobertura en el sector público o privado que trabajen para empleadores con más de 25 empleados tienen derecho a un máximo de 80 horas de licencia por enfermedad remunerada relacionada con la COVID-19 desde el 1 de enero de 2021 hasta el 30 de septiembre de 2021, inmediatamente después de solicitárselo a su empleador de manera verbal o por escrito.

Un empleado con cobertura puede tomarse licencia si no está en condiciones de trabajar o realizar teletrabajo por cualquiera de las razones siguientes:

- **Cuidarse a sí mismo:** El empleado está sometido a cuarentena o un período de aislamiento relacionado con las directrices sobre COVID-19 o un proveedor de atención médica le ha aconsejado realizar cuarentena, o bien tiene síntomas de COVID-19 y está buscando un diagnóstico médico.
- **Cuidar a un miembro de su familia:** El empleado con cobertura está cuidando a un miembro de su familia que está sometido a cuarentena o un período de aislamiento por COVID-19 o a quien un proveedor de atención médica le ha aconsejado realizar cuarentena a causa de la COVID-19, o bien está cuidando a un menor de edad cuya escuela o lugar de cuidado está cerrado o no está disponible a causa de la existencia de COVID-19 en las instalaciones.
- **Razones relacionadas con la vacuna:** El empleado con cobertura está asistiendo a una cita para vacunarse o no está en condiciones de trabajar o realizar teletrabajo a causa de síntomas relacionados con la vacuna



## LOS SITIOS DE PRUEBAS DE DETECCIÓN GRATUITAS EN SACRAMENTO COUNTY SE PUEDEN ENCONTRAR EN:

[https://www.saccounty.net/COVID-19/Pages/Symptom-Screening\\_MobileTestingSite.aspx](https://www.saccounty.net/COVID-19/Pages/Symptom-Screening_MobileTestingSite.aspx)