

Recursos de aprendizaje en persona en las escuelas públicas de Chicago para padres y cuidadores

Un recurso creado por Healthy Schools Campaign para los padres y cuidadores de las escuelas públicas de Chicago

MARZO 2021

**HEALTHY SCHOOLS
CAMPAIGN**

EVERY CHILD DESERVES TO LEARN + THRIVE

Tabla de contenido

¡Bienvenidos!	1-2
Seguimiento de COVID-19 en su comunidad	3
Transporte	4
Detección de síntomas	5
Medidas ante el contagio de una persona	6-7
Uso de la mascarilla	8-9
Procedimientos de higiene	10
Distanciamiento físico	11-12
Circulación del aire	13
Limpieza	14-15
Alimentos en la escuela	16
Enseñanza y aprendizaje al aire libre	17
Recreo y juego al aire libre	18-19
Protocolo para el uso de los baños	20
Educación física + actividades extracurriculares	21-22
Apoyo social/emocional	23-24

¡Bienvenido!

Después de casi un año del cierre de escuelas y el aprendizaje remoto debido a la pandemia global de COVID-19, las Escuelas Públicas de Chicago (CPS) reabrieron el aprendizaje en persona para estudiantes desde jardín de infantes hasta octavo grado el 1 de marzo de 2021. El Distrito ha establecido directrices generales para que las escuelas las sigan. Estas directrices permiten a las escuelas crear planes detallados basados en las condiciones, recursos y necesidades específicas. Los padres y cuidadores que han elegido enviar a sus hijos de regreso a las escuelas necesitan estar bien informados sobre las directrices de salud pública y las directrices de CPS para que puedan ser socios activos y trabajen con sus directores, maestros y otros funcionarios escolares para garantizar la seguridad en sus edificios escolares. Este documento pretende ayudarle a responder a la pregunta: ¿Está mi escuela tomando las medidas correctas para mantener a los estudiantes seguros?

Siempre habrá un riesgo asociado con el regreso a la escuela durante una pandemia, pero puede ser menor si los distritos y las escuelas adoptan estrategias diseñadas para mantener a los estudiantes y al personal seguros, fomentar el cumplimiento saludable de esas estrategias, aislar los brotes cuando ocurran y se comuniquen de manera transparente y efectiva. En este documento, encontrará las mejores prácticas de los expertos en salud pública para la reapertura de las escuelas durante el COVID-19; comparaciones entre esas prácticas y las políticas en CPS; e información que sus administradores escolares, directores y funcionarios del distrito deben proporcionar a los padres y a los Consejos Locales Escolares (LSC) para apoyar un regreso seguro a la escuela.

Los expertos en salud pública están de acuerdo en que abrir las escuelas de manera segura al aprendizaje en persona es un esfuerzo grupal que requiere la coordinación de un equipo de control de infecciones dentro de un edificio, junto con la coordinación y cooperación de maestros, personal, administradores y miembros de la comunidad. Como padres y cuidadores, ustedes son miembros importantes de ese equipo. También tiene derecho a responsabilizar a los líderes de su escuela por el cumplimiento de las medidas de seguridad y las mejores prácticas.

Sus derechos

Mientras no haya garantía de que la escuela en persona no presente un riesgo de COVID-19 en su hogar, usted tiene derecho a responsabilizar al distrito y a su escuela de mantener el más alto nivel de seguridad en el edificio escolar.

Cada escuela pública de Chicago administrada por el distrito tiene un Consejo Escolar (LSC) que actúa como el cuerpo de formulación de políticas de la escuela y toma decisiones importantes como desarrollar y monitorear el plan académico de la escuela, aprobar el presupuesto escolar y seleccionar y evaluar al principal. Mientras la mayoría de los LSC son elegidos, algunos son nombrados y tienen poderes más limitados. Dado que Chicago sigue siendo el único distrito escolar en Illinois sin una junta escolar electa, los LSC son un organismo importante de supervisión y toma de decisiones que los padres y cuidadores pueden aprovechar para responsabilizar a los líderes educativos y crear un espacio para el diálogo y la participación. Puede averiguar quién está en el LSC de su escuela visitando el [sitio web de CPS](#). En el caso de la pandemia actual, varios LSC han compartido sus preocupaciones sobre la reapertura de escuelas con los líderes escolares y del distrito.

CPS es dirigido por la Directora Ejecutiva (CEO) Dr. Janice Jackson y el Presidente de la Junta Directiva Miguel del Valle, ambos nombrados por la alcaldesa de Chicago, Lori Lightfoot. Los padres y cuidadores tienen derecho a comunicarse con el [distrito escolar](#), [la junta escolar](#) y los [líderes de la ciudad](#) si no pueden obtener las respuestas que necesitan de las escuelas locales.

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por el Camino a Cero de la Escuela de Salud Pública de Brown ([the Path to Zero from the Brown School of Public Health](#)), la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([Harvard T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la

¡Bienvenido!

Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos ([U.S. Centers for Disease Control and Prevention](https://www.cdc.gov)). A medida que los científicos aprendan más sobre la propagación del COVID-19 en las escuelas, incluidas las cepas más nuevas y más transmisibles del virus, las agencias reguladoras y los expertos en salud pública continuarán actualizando sus mejores prácticas. Este es un documento vivo que se seguirá revisando a medida que sepamos más.

Seguimiento de COVID-19 en su comunidad

La guía de salud pública ahora establece que la decisión de abrir las escuelas al aprendizaje en persona debe determinarse basado en el número de transmisión dentro de la escuela y la capacidad de usar el protocolo de control de infecciones en los edificios, y no en el número de la propagación comunitaria. (La propagación comunitaria se refiere a cuántas personas se han infectado con el virus en un área geográfica específica.)

Además, las directrices actualizadas de salud pública dan prioridad a los estudiantes más jóvenes (el los grados K-5) para el aprendizaje en persona, incluso en áreas con alta propagación comunitaria. CPS solo está abierto para el aprendizaje en persona para estudiantes en los grados K-8. Los estudiantes de secundaria permanecerán en aprendizaje remoto en este momento.

CPS está compartiendo datos sobre los casos de COVID-19 para mantener informadas a las familias, los estudiantes y el personal sobre la transmisión dentro de la escuela [en su sitio web de reapertura escolar](#). (vea los números en la parte inferior de la página en "Seguimiento de COVID-19: Casos procesables".) Estas cifras también se actualizan en una [hoja pública de cálculo](#). Los casos pueden ordenarse por edificio escolar. Los recuentos de casos se actualizan semanalmente de lunes a viernes (excepto días festivos) después de que se notifica a las personas afectadas. Los recuentos de casos representan el número de casos confirmados de COVID-19 asociados con edificios de CPS. Estos datos solo incluyen a las personas que estuvieron presentes en los edificios de CPS durante el período contagioso. A medida que las escuelas vuelvan a abrir, será importante que CPS actualice continuamente la información de transmisión dentro de la escuela cada semana.

CPS también ha [publicado un documento](#) que comparte datos sobre la preparación de cada edificio escolar para la reapertura. Los datos se actualizan periódicamente con información sobre las instalaciones, la entrega de materiales y suministros para apoyar la reapertura segura del edificio. Los padres y cuidadores pueden consultar esta hoja de cálculo para ver más específicamente qué remediaciones se han realizado en el edificio de su escuela, o para comunicarse con los líderes y administradores en el edificio de su escuela sobre salud y seguridad. Consulte este documento cuando se comunique con los administradores de su edificio sobre las medidas tomadas para promover la salud y la seguridad.

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por el Camino a Cero de la Escuela de Salud Pública de Brown ([the Path to Zero from the Brown School of Public Health](#)), la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([Harvard T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos ([U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#)).

Antes de hablar de la seguridad dentro de la escuela, debemos examinar primero cómo llegan nuestros alumnos a la escuela. El transporte hacia y desde la escuela debe ser tan seguro como el entorno del edificio para que la reapertura de las escuelas tenga éxito.

Lo que dicen los expertos

Algunas de las formas más eficaces de controlar la propagación de COVID-19 en el camino de ida y vuelta a la escuela son:

- El uso de mascarillas de todas las personas en los autobuses escolares y el transporte público, incluidos los estudiantes y los conductores.
- Las ventanas de los autobuses escolares deben estar abiertas por lo menos 3 pulgadas.
- Barreras/separadores de plexiglás entre los alumnos y el conductor cuando sea posible.
- Reducción del número de estudiantes en cada autobús escolar para permitir el distanciamiento físico.
- Asignación de asientos en el autobús sin cambios y que requieran que los hermanos se sienten juntos.
- Protocolo de limpieza y desinfección frecuente en los autobuses escolares
- Desinfectante de manos disponible en los autobuses escolares.
- Lavarse las manos inmediatamente después de salir del transporte público o el autobús escolar.

Lo que dice CPS

Los estudiantes deben usar cubiertas de tela para la cara mientras viajan en el autobús escolar. Los ayudantes del autobús escolar llevarán el EPP apropiado y ofrecerán a los estudiantes desinfectantes para las manos antes y después de subir al autobús escolar. Los estudiantes se sentarán solos o solo con un hermano (a) y estarán espaciados para asegurar una distancia física adecuada. El plan de reapertura de CPS no indica qué comunicación, de haber alguna, se compartirá si alguien en el autobús escolar contrae COVID-19.

Los padres y cuidadores deben saber

CPS ha planificado estrategias de control de infecciones para el transporte escolar que se alinean con las mejores prácticas de los expertos en salud pública. Los padres y cuidadores también deben hacer preguntas sobre el protocolo de limpieza y la circulación de aire en los autobuses y el rastreo de contactos basado en las asignaciones del autobús. Algunas de las preguntas que se pueden hacer a los responsables de la escuela sobre el tema del transporte son:

- ¿Se pondrán en contacto conmigo si alguien, incluido el conductor del autobús u otro adulto, que vaya en el autobús escolar de mi hijo contrae COVID-19?
- ¿Se requerirá que mi hijo se ponga en cuarentena durante 10 días si viaja en el mismo autobús escolar donde alguien ha dado resultado positivo?
- ¿Cómo se hará cumplir el uso de mascarillas en los autobuses escolares sin distraer al conductor del autobús?
- ¿Con qué frecuencia se limpiará el autobús escolar y qué procedimientos de limpieza se seguirán?
- ¿Los conductores llevarán todas las ventanas del autobús escolar abiertas durante todo el trayecto a lo largo del año escolar, incluso en los meses de invierno?
- ¿Cómo se asegurará CPS de que las empresas independientes de autobuses escolares sigan los protocolos?
- ¿Cómo garantizará CPS que habrá suficientes autobuses disponibles para apoyar el distanciamiento físico dentro de los autobuses?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Detección de síntomas

Su escuela debe reforzar una cultura de salud, seguridad y responsabilidad compartida entre todos los estudiantes, el personal y las familias. Una de las formas más importantes de hacerlo es fomentar que todos los miembros de la comunidad escolar sean informados sobre los síntomas de COVID-19, que sepan que deben quedarse en casa cuando estén enfermos y que se aseguren de que los síntomas se comprueben antes de entrar en el edificio escolar.

Que dicen los expertos

Es muy importante que ningún alumno, profesor o miembro del personal acuda a la escuela con síntomas de enfermedad. Las recomendaciones de detección de síntomas de expertos en salud pública incluyen:

- Se puede pedir a los padres y cuidadores que confirmen que su alumno no está enfermo antes de ir al escuela cada día, y se puede pedir a los profesores que informen de sus propios síntomas.
- Los adultos de la escuela deben estar capacitados para reconocer los síntomas de COVID-19, y las escuelas deben [tener un plan para aislar a las personas que presenten síntomas mientras estén dentro del edificio escolar](#).
- Las escuelas pueden implementar controles para tomar la temperatura u otros controles de salud para identificar posibles casos.
- Las políticas escolares con respecto a los requisitos de asistencia pueden modificarse para reflejar la gravedad de COVID-19

Lo que dice CPS

A todos los estudiantes, personal y visitantes aprobados de CPS se les pedirá que completen un cuestionario de detección de síntomas en línea cada día que planeen entrar a un edificio de CPS. Los padres o un miembro designado de la familia deben completar el cuestionario diario en nombre de cada niño. Cualquier miembro del personal o visitante que llegue a la escuela sin realizar el cuestionario será evaluado a su llegada a la escuela. Si no pasan la verificación de síntomas, serán enviados a casa. Además, se pedirá a todo el personal, a los alumnos y a los visitantes que se sometan a controles de temperatura diarios una vez que lleguen a la escuela.

Los horarios de salida se escalonarán y los alumnos entrarán en el edificio por las entradas asignadas junto a sus grupos para garantizar un distanciamiento físico adecuado. Al entrar en el edificio, los alumnos se lavarán las manos y utilizarán desinfectante para manos.

Los padres y cuidadores deben saber

CPS ha incluido políticas para detectar síntomas antes de permitir la entrada a los edificios de CPS. Usted puede hacer preguntas a la administración de su escuela relacionadas con el seguimiento de estas políticas y cómo la escuela planea tomar medidas con las personas que llegan al edificio escolar mostrando síntomas.

- ¿Cómo evitará la escuela la aglomeración de personas a su llegada mientras se verifican los síntomas y se toma la temperatura de cada estudiante?
- ¿Quién se encargará de asegurar toma de temperatura a la llegada y de asegurarse de que los controles de síntomas se lleven a cabo?
- ¿Dónde se encuentra el espacio para poner en cuarentena a los alumnos sintomáticos y quién se encarga de supervisar ese espacio?
- ¿Cuál es el plan de rastreo de contactos y cuarentena de la escuela?
- ¿Todos mis hijos tendrán la misma hora de llegada?
- ¿Cómo afecta la hora de llegada escalonada a los autobuses escolares?
- ¿Cómo va a evitar el personal de la escuela que se avergüence a los que presentan síntomas o den resultados positivos?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Medidas para cuando alguien se enferme

Dado que la propagación en la comunidad sigue siendo relativamente alta en Chicago y en el resto de los Estados Unidos, es posible que alguien en la escuela de su estudiante se enferme con COVID-19. Cuando eso suceda, su escuela debe seguir un plan claro que incluye el rastreo de contactos, la comunicación rápida y la cuarentena que se lleva a cabo en colaboración con el Departamento de Salud Pública de Chicago (CDPH)

Que dicen los expertos

Los distritos escolares deben tener planes claros en caso de que un estudiante, profesor o miembro del personal se infecte. Las recomendaciones y las medidas a seguir cuando alguien en una escuela se enferma incluyen:

- Un protocolo de rastreo de contactos puede ser desarrollado en colaboración con o por la junta local de salud. Se necesita un plan de comunicación rápida para informar a los padres, cuidadores, profesores y miembros del personal de las infecciones en la escuela.
- También puede desarrollarse un protocolo de pruebas para referir a las personas a los centros de pruebas de detección.
- Las escuelas deben tener una guía clara que indique cuándo los estudiantes y el personal deben estar en cuarentena y cuándo se les permite regresar a la escuela. Si bien los Centros para el Control de Enfermedades (CDC) han indicado que 10 días son permisibles en ciertas circunstancias, los departamentos de salud estatales y locales siguen recomendando 14 días completos.
- Las escuelas deben actualizar con frecuencia sus planes a medida que cambia el número de casos y hospitalizaciones en la comunidad circundante y estar preparadas para cerrar si es necesario.
- Las escuelas deben tener una persona de contacto o un equipo para liderar la respuesta al COVID-19. Esta persona debe tener un plan que garantice que la información se comparta de forma rápida y precisa con la administración de la escuela, los profesores, los padres, los cuidadores, los estudiantes y los miembros de la comunidad.
- Las escuelas deben proporcionar una comunicación frecuente sobre las políticas escolares a través de una variedad de medios.

Lo que dice CPS

La política de CPS establece que cualquier persona que esté presentando síntomas no debe ir a la escuela. Cualquier miembro del personal escolar, maestro o estudiante que esté enfermo no debe regresar a la escuela hasta que cumpla con los siguientes requisitos, ya sea que se le haya hecho la prueba de COVID-19 o no:

- que hayan pasado al menos 10 días desde la aparición de los síntomas de COVID-19; y
- Qué haya pasado al menos un día (24 horas) desde que la fiebre se haya resuelto (y no presenta fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles) y todos los demás síntomas estén mejorando.

Si hay un caso positivo, el personal y las familias de los estudiantes que han sido identificados como contactos cercanos serán notificados avisándoles que deben ponerse en cuarentena durante 14 días a partir de la fecha de la prueba inicial antes de regresar a la escuela, incluso si tienen una prueba negativa y están libres de síntomas.

CPS ha contratado personal dedicado a apoyar el rastreo de contactos y trabajará en coordinación con el Departamento de Salud Pública de Chicago CDPH para asegurar que aquellos identificados como contactos cercanos tengan un rastreo rápido de contactos que sean vinculados a los recursos de la ciudad tales como el monitoreo y las pruebas de detección. Aquellos que tuvieron contacto directo con alguien con COVID-19 (y estuvieron a menos de dos metros (6 pies) de la persona con COVID-19 durante 15 minutos consecutivos o más) deben permanecer en cuarentena en su casa y vigilar sus síntomas durante 14 días completos desde la última vez que tuvieron contacto directo con la persona enferma. Las personas que no tuvieron contacto directo con la persona enferma (estuvieron a dos metros de distancia de la persona con COVID-19 y pasaron menos de 15 minutos consecutivos con él/ella) pueden regresar al edificio inmediatamente después de la desinfección del espacio correspondiente. CPS ayudará a los estudiantes a obtener acceso a una prueba de detección de Covid-19 gratuita.

El distrito ofrece un [programa voluntario de pruebas de vigilancia de COVID-19](#) para el personal de las escuelas. El objetivo según indican su programa de pruebas de vigilancia es medir y controlar la prevalencia de COVID-19 entre el personal asintomático de sus escuelas. Semanalmente, el 25% del personal de será sometido a pruebas para detectar COVID-19, y todo el personal debe anticipar que sera sometido a pruebas para detectar el virus por lo menos una vez al mes. Los directores recibirán una lista del personal que se someterá a las pruebas cada semana.

Mientras que el sitio web de CPS proporciona datos agregados sobre el número de casos de COVID-19 por escuelas por semana, la información por escuela individual sólo muestra información sobre el número de casos por trimestre.

Los padres y cuidadores deben saber

CPS trabajará con el Departamento de Salud Pública de Chicago para ayudar a [reducir la propagación de COVID-19 en los edificios escolares](#). Como padre, es posible que usted quiera saber más sobre el proceso de rastreo de contactos. Esto puede incluir preguntas tal como:

- ¿Cómo se aplicarán los tiempos de cuarentena?
- ¿Se notificará a toda la escuela sobre un caso de COVID-19 en su momento o sólo a la clase que está siendo afectada? ¿Se compartirán con la comunidad escolar los datos sobre los casos de COVID-19 que se rastrean y notifican al distrito semanalmente?
- ¿Cómo seguirá aprendiendo mi estudiante si necesita estar en cuarentena debido a las preocupaciones de rastreo de contactos?
- ¿Se adaptarán las políticas de ausentismo para reflejar la necesidad de la cuarentena?
- ¿Quién impartirá la clase de mi alumno si el profesor tiene que estar en cuarentena hasta 14 días? ¿Cómo se gestiona la contratación de profesores sustitutos y cómo se reduce su contacto con otros grupos de alumnos?
- ¿Qué ocurre si el conductor del autobús de mi hijo(a) se pone enfermo?
- ¿Cómo se gestionará la cuarentena si el resultado positivo proviene de un profesor que rota entre grupos?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Uso de la mascarilla

COVID-19 se propaga principalmente a través de las gotitas respiratorias y los aerosoles más pequeños, que se transmiten por el aire cuando las personas respiran, hablan, tosen y estornudan. Las mascarillas pueden limitar la propagación de las gotitas y los aerosoles más pequeños. Esto se llama "control de la fuente". Las mascarillas también pueden ayudar a proteger a quienes las usan contra COVID-19.

Lo que dicen los expertos

Las escuelas deben exigir mascarillas a todos los alumnos y al personal, a todos los que se encuentren en el edificio escolar en todo momento. Las recomendaciones de los expertos incluyen:

- Las escuelas deben tener planes para hacer cumplir el uso de mascarillas en dentro el edificio escolar y los autobuses.
- Los alumnos, las familias y el personal deberían recibir instrucción sobre el uso y el cuidado de las mascarillas, y qué tipo de mascarillas son eficaces.
- Si hay dudas sobre la forma de obtener y cuidar una mascarilla por parte de los padres, los alumnos o los profesores, la escuela debe poner dichas mascarillas a disposición de todos.
- Los "descansos de las mascarillas" a lo largo del día pueden programarse en momentos en los que el riesgo de transmisión es relativamente menor, como el tiempo de lectura en silencio o el recreo al aire libre.
- Las mascarillas deben ser de dos o más capas de tela con tejido lavable y que permita la transpiración. Las mascarillas deben cubrir la nariz y la boca y ajustarse bien a la cara sin dejar espacios.
- Cambie la mascarilla cuando se moje (por respirar, nieve u otra precipitación). Una mascarilla húmeda es menos eficaz y más difícil de respirar. Las máscarillas reutilizables deben colocarse en una bolsa de plástico sellada hasta que se puedan lavar en casa.
- Las bufandas y pasamontañas que se usan para abrigarse o cubrirse el frío no son adecuadas para usarse como mascarilla para prevenir la propagación de COVID-19. Se pueden usar sobre una mascarilla.

Lo que dice el CPS

Cualquier persona mayor de dos años de edad está obligada a llevar un mascarilla protectora en el recinto escolar. Para apoyar este esfuerzo, el distrito ha comprado mascarillas que pueden reutilizarse para cada estudiante y el personal de la escuela. El distrito también distribuirá mascarillas desechables para uso de emergencia.

Los protectores faciales/caretas no son aceptables para los estudiantes a menos que tengan una razón médica documentada que sea aprobada por el distrito. Los padres y cuidadores pueden suministrar a los niños sus propias mascarillas de tela siempre y cuando cubran la nariz y la boca del niño y tengan al menos dos capas de tela. Los estudiantes con ciertas afecciones médicas pueden solicitar una exención del uso de la mascarilla.

Todas las escuelas dispondrán de mascarillas para todos los miembros del personal. Los miembros del personal que presten apoyo personal e individual a los alumnos recibirán un protector facial/careta. El protector facial/careta sólo debe usarse como complemento de una mascarilla.

Los padres y cuidadores deben saber

CPS tiene una política minuciosa de uso de mascarillas y planea proporcionar mascarillas para cualquier miembro del personal o estudiante que no tenga una mascarilla. Es posible que usted aún tenga preguntas sobre la implementación del uso de mascarillas, ciertas excepciones y cómo asegurarse de que la mascarilla que usted proporciona a su estudiante sea adecuada. Considere la posibilidad de formular las siguientes preguntas a los responsables de su escuela:

- ¿Cómo supervisarán los profesores el uso correcto de la mascarilla entre sus alumnos?

- ¿Se proporcionarán mascarillas en caso de que un alumno pierda su mascarilla o ésta se rompa?
- ¿Qué ocurre si un alumno de la clase de mi hijo tiene una excepción en el uso de la mascarilla? ¿Se me notificará y qué opciones tendré? ¿Se harán adaptaciones para garantizar la protección de mi hijo?
- ¿Cuál es el protocolo para el manejo de la mascarilla antes y después de las comidas, así como durante el recreo?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Higiene

Lavarse las manos con frecuencia es una de las formas más importantes para reducir la propagación de COVID-19. El lavado de manos con agua y jabón, o con el uso de un desinfectante de manos, elimina el virus de las manos.

Lo que dicen los expertos

Hay que lavarse las manos con agua y jabón durante 20 o 30 segundos frecuentemente a lo largo de la jornada escolar. Las mejores prácticas de lavado de manos de los expertos en salud pública incluyen:

- Los alumnos y el personal deben lavarse las manos al llegar y antes y después de tocar superficies compartidas, comer, tocarse la cara, en el recreo, en la educación física y en la transición entre clases.
- Mientras que lavarse las manos con agua y jabón es lo mejor, el desinfectante de manos que contiene al menos un 60% de alcohol o etanol es una alternativa eficaz cuando no se puede lavar las manos.
- Todos los alumnos y el personal deben recibir entrenamiento en los procedimientos adecuados de lavado y desinfección de manos, y deben colocarse carteles en los lavamanos para reforzar la técnica y la duración del lavado de manos.
- En toda la escuela debe haber puestos de desinfección de manos o puestos portátiles para lavarse las manos. Otras estrategias que puede implementar la escuela es la [Instalación de tecnología sin contacto](#) (como los lavamanos con sensor de agua sin contacto).

Lo que dice CPS

Se pedirá a todos los estudiantes y al personal que se laven o desinfecten las manos al entrar en el edificio, después de los descansos para ir al baño y cuando se desplacen a otra clase. Se proporcionará desinfectante de manos a todas las aulas y se instalarán estaciones de desinfección de manos cerca de todas las aulas y en áreas de mayor tráfico como las entradas y los ascensores. Además de la señalización y de las campañas de concienciación pública que ayudarán a todos los alumnos a entender cuándo y cómo lavarse las manos correctamente y utilizar el desinfectante de manos, las escuelas deben enseñar los protocolos de salud a los alumnos directamente.

Los padres y cuidadores deben saber

CPS ha hecho de la higiene una parte importante de su política de control de infecciones y está planeando proporcionar los suministros adecuados para asegurar que todos los estudiantes y el personal puedan lavarse las manos con frecuencia a lo largo del día. Sin embargo, los padres y cuidadores pueden hacer las siguientes preguntas:

- ¿Tendrá mi alumno la oportunidad de lavarse las manos antes de las comidas, o antes y después de tocar una superficie compartida? ¿Cómo se facilitará el lavado de manos para evitar las aglomeraciones?
- ¿Cómo se asegurará CPS de que las estaciones de lavado y desinfección de manos permanezcan llenas con jabón o desinfectante?
- ¿Dónde se ubicarán las estaciones de lavado y desinfección de manos?
- ¿Quién es el responsable de garantizar que todos los alumnos se laven las manos correctamente?
- ¿Cómo se llevará a cabo la clase para que no se forme una fila muy larga para lavarse las manos varias veces a lo largo del día?
- ¿Se permitirá que los alumnos lleven su propio desinfectante de manos a la escuela?
- ¿Con qué frecuencia se repondrá el jabón y los desinfectantes de manos?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Distanciamiento físico

Mantener la distancia entre los individuos reduce la transmisión de COVID-19 al disminuir la intensidad de la exposición a las gotitas infecciosas. El distanciamiento físico debe fomentarse siempre y cuando sea posible dentro del edificio escolar. El distanciamiento en grupo, en forma de grupos (cohorte o Pods) en las escuelas, significa que los alumnos de una clase se mantienen separados de los alumnos de otras clases.

Lo que dicen los expertos

Todas las escuelas deberían garantizar que se mantenga la máxima distancia física siempre que sea posible dentro y fuera del aula. La mayoría de los expertos en salud pública están de acuerdo en que al menos seis pies es lo mejor, pero que tres pies es adecuado para las poblaciones de estudiantes más jóvenes. Las mejores prácticas para lograr un distanciamiento físico constante durante el día escolar incluyen:

- Los profesores y administradores deben maximizar su distancia de los estudiantes tanto como sea posible, durante el mayor tiempo posible.
- Estrategias como la distribución de los pupitres en el aula, el escalonamiento de las pausas para ir al baño o de los tiempos de transición de la clase, y la eliminación del uso de los casilleros(lockers), pueden favorecer el distanciamiento físico.
- Las escuelas pueden retirar el exceso de muebles de las aulas.
- Las escuelas también pueden agrupar a los estudiantes por clase o en grupos más pequeños, y permitir que los estudiantes de esos grupos (a veces llamados "cohortes, o Pods)
- Los profesores especializados pueden rotar entre las aulas en lugar de que los alumnos se desplacen entre ellas.
- Si el espacio de una aula es limitado para practicar el distanciamiento físico, los alumnos de la clase pueden organizarse en grupos más pequeños que permanezcan juntos durante todo el día.

Lo que dice CPS

Los estudiantes y los profesores permanecerán en grupos fijos (pods) de aproximadamente 15 estudiantes una vez que estén en el edificio y durante todo el día. Los profesores rotarán en un número mínimo de grupos para que los estudiantes tengan acceso a todas las clases de contenido básico. Los grupos se mantendrán físicamente distanciados unos de otros en el edificio para evitar que se mezclen. Los estudiantes y los profesores permanecerán físicamente distanciados dentro de cada aula hasta donde sea posible.

Las escuelas deben garantizar una distancia física de dos metros entre los alumnos y el personal en los momentos en los que podría producirse una mezcla, como la llegada y la salida de los alumnos. Los profesores especializados (arte, música, educación física, biblioteca, tecnología) intervendrán con un máximo de 10 grupos a la vez y darán clases en sus propias aulas, limitando el tiempo que los alumnos pasan en los espacios compartidos.

Los padres y cuidadores deben saber

CPS se ha centrado en el uso de un sistema (Pods) una pequeña cantidad de estudiantes a lo largo de las actividades en la escuela para limitar exponer a los alumnos al virus. Además, CPS está utilizando una regla de seis pies de distancia física entre los pods (grupos). Algunas de las preguntas que puede considerar hacer a sus administradores escolares incluyen:

- ¿Cuál es el plan para garantizar que se mantenga la distancia física durante las pausas para ir al baño y los tiempos de transición?
- ¿Cómo será la organización de las aulas y cuánta distancia habrá entre los estudiantes dentro de un grupo(pod) en el aula?
- ¿Cómo se modificará el horario escolar para permitir el escalonamiento de las horas de llegada y salida para

acomodar los grupos? (Pods)

- Explicar cómo funcionará la cuarentena para los grupos cuando haya varios niños de la misma casa en diferentes grupos (Pods). Si un niño da positivo al virus, ¿se notificará a los compañeros de clase del hermano o hermanos de ese niño en la escuela y se les exigirá la cuarentena?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Circulación de aire

La circulación del aire, también llamada ventilación, es un componente clave del control de la infección por COVID-19. Dado que el virus se propaga a través de microgotas que pueden permanecer en el aire, es importante que todos los edificios proporcionen la mejor ventilación y el mejor nivel de circulación de aire posible. Esto filtra el aire infectado y mantiene el aire fresco y puro dentro de las aulas. Llevar más "aire fresco" a un espacio reduce el riesgo de que alguien respire una cantidad suficiente de aire contaminado con el virus para infectarse.

Lo que dicen los expertos

Para mejorar la calidad del aire interior en las escuelas, los expertos recomiendan realizar entre 4 y 6 renovación del aire por hora (por sus siglas en inglés, ACH) en las aulas mediante una combinación de estrategias:

- Inyectar más aire fresco del exterior
- Filtrar el aire interior
- Complementar la ventilación y la filtración
- Filtrar con dispositivos de limpieza del aire.

[Los expertos en salud pública ofrecen orientaciones detalladas](#) sobre el tipo de filtros de aire recomendados, qué limpiadores de aire portátiles pueden ser útiles y cómo sustituir los filtros. Todo el aire re-circulado debe pasar a través de un filtro de alta eficiencia (aquellos con clasificación MERV 13 o superior). Los filtros deben inspeccionarse para asegurarse que están instalados y se ajusten correctamente.

Las ventanas deben mantenerse abiertas siempre que sea posible y los edificios deben utilizar la ventilación mecánica para forzar la entrada de aire exterior. Las escuelas deben mantener el sistema de ventilación en funcionamiento incluso fuera del horario escolar normal (cuando está el personal de limpieza este presente, las actividades extraescolares, la llegada y la salida de alumnos). Los expertos recomiendan utilizar la tecnología ultravioleta para ayudar a desactivar el virus, sobre todo cuando las opciones para aumentar la ventilación son limitadas.

Lo que dice CPS

CPS contrató a especialistas ambientales certificados para realizar evaluaciones de la calidad del aire interior. Su política de reapertura establece que para que un aula esté lista para los estudiantes y el personal, debe tener un sistema de ventilación mecánica en funcionamiento que incluya tanto un suministro de aire como un escape o al menos una ventana en funcionamiento y un purificador de aire con filtro de aire de partículas de alta eficacia por sus siglas en inglés (HEPA), que el distrito está proporcionando para todas las aulas. Los informes públicos de CPS no muestran datos sobre la ventilación y el plan de CPS no dice si se utilizarán filtros de aire mecánicos MERV-13.(Valor de informe de eficacia mínimo (13)-de alta resistencia)

Los padres y cuidadores deben saber

Hay más información sobre las formas en que CPS está mejorando la circulación del aire en sus edificios. Algunas preguntas que usted puede hacer a los líderes de su escuela incluyen:

- ¿Puede compartir los resultados de las pruebas de ventilación que se hicieron?
- ¿Están utilizando filtros MERV13 o superiores en el sistema de Calefacción y aire acondicionado? (HVAC)
- ¿Qué tipo de purificadores de aire portátiles se utilizan específicamente en el aula de mi hijo?
- ¿Las ventanas del aula estarán y permanecerán abiertas?
- ¿Qué ocurrirá en caso de fallo mecánico de los sistemas de ventilación?
- ¿Con qué frecuencia se revisarán los sistemas de ventilación y los purificadores de aire portátiles para garantizar su buen funcionamiento? ¿Quién es el responsable de esta tarea?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Los edificios escolares tendrán que limpiarse y desinfectarse con mas frecuencia que antes. La limpieza es la eliminación de la suciedad de una superficie. La desinfección es el proceso de matar las bacterias y los virus, incluido el SARS-CoV-2 (el virus que causa COVID-19) en una superficie. Para que cualquier programa de control de infecciones sea eficaz, deberá incluir la limpieza y desinfección mas frecuente de las superficies.

Lo que dicen los expertos

Los equipos, espacios, materiales y superficies compartidos deben limpiarse y desinfectarse a lo largo de la jornada escolar. Las mejores prácticas para mejorar el protocolo de limpieza y desinfección incluyen:

- Debe prestarse atención especial a las superficies que se tocan con más frecuencia, tales como las perillas de las puertas, los teclados, los interruptores de la luz, las llaves del agua del lavamanos y los botones del ascensor.
- Los productos utilizados para la [desinfección deben figurar en la lista de la EPA](#) (Agencia de Protección del Medio Ambiente) de productos desinfectantes seguros y recomendados para su uso contra COVID-19.
- El uso de productos de limpieza puede contaminar el aire, por lo que la limpieza profunda debe realizarse fuera del horario escolar normal y se debe tener cuidado de abrir las ventanas o [mantener un alto índice de ventilación](#) para proteger al personal y a los estudiantes.
- Los estudiantes y el personal no custodio sin la capacitación adecuada no deben utilizar las toallitas desinfectantes.

Lo que dice CPS

CPS ha contratado 400 conserjes más de los ya tenía para asegurar que todo el protocolo de limpieza intensificado pueda ser llevado a cabo cada día. La presencia de los conserjes aumentará, y CPS utilizará un equipo de intervención de conserjes entrenados para aumentar la limpieza y desinfección en caso de que se confirme un caso de COVID-19 en una escuela.

No se recomienda el uso de protectores faciales como sustituto de la mascarilla. CPS ha comprado mas de 40,000 contenedores de toallitas desinfectantes, rociadores de desinfectantes de calidad hospitalaria, y EPP (PPE) suplementarios para funciones especializadas. Cada escuela de CPS tiene una unidad de rociador de calidad hospitalaria que aplicará uniformemente el desinfectante aprobado por la EPA para una máxima desinfección. El personal realizará una limpieza reforzada cada hora. Las áreas de alto contacto serán limpiadas a lo largo del día y cuando sea necesario. Las aulas del preescolar y de grupos (Cluster) se someterán a una limpieza reforzada cada hora.

Los padres y cuidadores deben saber

CPS ha actualizado significativamente sus procesos de limpieza y ha invertido considerablemente en productos y personal para cumplir con los protocolos rigurosos de limpieza y desinfección para reabrir las escuelas durante la pandemia de COVID-19. Como padre, usted puede considerar el efecto adverso de rociar productos químicos dañinos en el interior de las escuelas y cuestionar la logística del incremento del protocolo de limpieza. Algunas preguntas que debe hacer a los líderes de su escuela incluyen:

- ¿Quién utilizará toallitas desinfectantes para limpiar las superficies del aula de mi alumno a lo largo del día?
- ¿Se le pedirá a mi estudiante que limpie su propia área con una toallita desinfectante?
- ¿Se pedirá a los profesores que utilicen rociadores de desinfectante? ¿Se entrenará a los profesores en el uso correcto de los desinfectantes y se les proporcionará el EPP adecuado?
- ¿En qué momento exacto y con qué frecuencia se rociará el desinfectante de calidad hospitalaria sobre la superficie de trabajo de mi alumno? ¿Y se rociara desinfectante sobre la superficie donde come mi hijo?
- ¿Cuál es el desinfectante de grado hospitalario que utilizará el distrito escolar? ¿Cuál es el ingrediente activo de este producto y cuáles son los riesgos de exposición al mismo?

- ¿Cómo hará la escuela un seguimiento y se asegurará de que los protocolos de limpieza y desinfección se lleven a cabo plenamente?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)), los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos ([U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#)) y Guía de limpieza y Desinfección de Escuelas & Universidades Verdes y Saludables ([Healthy Green Schools & Colleges Guidelines for COVID-19 Cleaning and Disinfection](#)).

Alimentos en la escuela

Los alumnos deben seguir gozando del acceso a comidas nutritivas en sus escuelas y tener la oportunidad de consumir estos alimentos de forma segura en los momentos designados a lo largo del día. Muchas escuelas han adaptado los horarios de las comidas en el aula para limitar los desplazamientos por el edificio y la exposición a otras personas a lo largo del día.

Lo que dicen los expertos

Los expertos en salud pública coinciden en que, siempre que sea posible, los alumnos deben comer en el aula y evitar las grandes aglomeraciones en los comedores escolares. Las mejores prácticas para los almuerzos escolares incluyen:

- En lugar de celebrar el almuerzo en una cafetería tradicional, los alumnos pueden almorzar en sus aulas. Los almuerzos proporcionados por la escuela pueden ser pre-ensados y llevados al aula para evitar las aglomeraciones en la cafetería.
- Los almuerzos escolares deben realizarse en el exterior siempre que sea posible.
- Si es necesario utilizar la cafetería, los alumnos deben mantener la distancia física o estar separados unos de otros mediante escudos/barreras de plexiglás para reducir la transmisión durante el tiempo en que haya que quitarse las mascarillas.
- Algunas escuelas pueden permitir que los estudiantes de la misma clase o Pod coman juntos, pero deben mantener la distancia entre los grupos o Pods.

Lo que dice CPS

Los estudiantes almorzarán en sus aulas, o si el espacio lo permite, almorzarán en el comedor en un horario escalonado. Los estudiantes se lavarán las manos antes y después de comer. Los estudiantes usarán desinfectante de manos cada vez que entren al salón de clases.

Los padres y cuidadores deben saber

Los padres y cuidadores querrán hacer más preguntas sobre la seguridad de las comidas, como por ejemplo:

- ¿Dónde comerá mi hijo/a sus alimentos?
- ¿Se modificará la comida en la escuela, por ejemplo, se servirán alimentos pre-ensados?
- ¿Cuál es el horario de las comidas en la escuela para limitar la exposición a los estudiantes fuera de la grupo(Pods) de mi estudiante?
- ¿Cuántos alumnos se sentarán juntos en una mesa y a qué distancia se sentarán?
- ¿Cuáles serán las normas de uso de mascarillas en la cafetería?
- ¿Qué tipo de contacto tendrá mi alumno con el personal de la cafetería y de qué manera?
- ¿Quién supervisará a los alumnos en el aula durante el almuerzo y con cuántos otros grupos (pods) tendrá contacto este supervisor?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Enseñanza y aprendizaje al aire libre

El riesgo de contraer el coronavirus disminuye en los espacios al aire libre. De hecho, existe un [precedente histórico](#) de cómo en el pasado las escuelas han minimizado el riesgo de plagas con las aulas al aire libre. Si se aumentan las oportunidades de aprendizaje al aire libre, se puede promover el desarrollo de la "educación integral del niño" a la vez que se disminuye el riesgo de propagación de COVID-19. Utilizar o reutilizar los espacios al aire libre es una forma más económica de reducir la carga en las aulas interiores, a la vez que se proporciona aire fresco, oportunidades de aprendizaje práctico y los beneficios para la salud asociados a un mayor acceso a la naturaleza.

Lo que dicen los expertos

Las [nuevas investigaciones](#) muestran que las reuniones al aire libre reducen el riesgo porque el viento dispersa las gotas virales y la luz del sol puede matar parte del virus. Los espacios al aire libre evitan que el virus se acumule en cantidades concentradas y se inhale, lo que puede ocurrir en el interior cuando las personas infectadas exhalan en un espacio cerrado durante largos períodos de tiempo. Las mejores prácticas incluyen:

- Utilizar espacios al aire libre cuando sea posible. Para todos los grupos de edad, desde el preescolar hasta la escuela secundaria, la utilización de espacios al aire libre es una estrategia de alta prioridad para que los alumnos vuelvan a las escuelas con medidas de distanciamiento físico. Esta orientación también se aplica a las comidas.
- Trasladar la enseñanza al exterior es una de las medidas de mitigación que mejora la calidad del aire. Los espacios exteriores requieren una limpieza normal, pero no una desinfección. No rocíe desinfectante en los patios de recreo al aire libre: no es un uso eficiente de los suministros y no se ha demostrado que reduzca el riesgo de COVID-19 para el público. Las superficies de plástico o metal que se tocan mucho, como las barras de apoyo y las barandillas, deben limpiarse de forma rutinaria. No se recomienda la limpieza y desinfección de las superficies de madera (estructuras de juego, bancos, mesas) ni de las cubiertas del suelo (mantillo, arena).
- Debe hacerse énfasis en la higiene de las manos antes y después del uso de estos espacios.
- Establecer y definir claramente las normas y procedimientos para las clases al aire libre antes de salir.
- Coordinar estrategias de movimiento de distanciamiento social y horarios escalonados para el aprendizaje al aire libre. Elaborar un calendario de quiénes estarán al aire libre y cuándo. Comunicar esto a los profesores, administradores, personal (seguridad) y padres.
- Identificar los puntos de entrada y de salida; utilizar una puerta diferente a la del recreo.

Lo que dice CPS

No hay ninguna postura ni mención del aprendizaje al aire libre en el plan de reapertura de CPS.

Los padres y cuidadores deben saber

Algunas de las preguntas que puede considerar hacer a los líderes de su escuela incluyen:

- ¿La escuela está considerando utilizar los espacios al aire libre para la enseñanza y el aprendizaje?
- ¿Cómo será la distribución de las aulas al aire libre, y cuánta distancia habrá entre los estudiantes con otro grupo de estudiantes (pods)?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Academia Estadounidense de Pediatría ([American Academy of Pediatrics](#)), Academias Nacionales de Ciencias ([National Academies of Sciences](#)), Ingeniería y Medicina, julio de 2020, Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos ([U.S. Center for Disease Control and Prevention](#)), Salud Mundial Organización Mundial de la Salud ([World Health Organization](#)) y Patios Escolares Verdes America ([Green Schoolyards America](#)).

Recreo y juego al aire libre

El recreo es una parte importante de la jornada escolar para los alumnos de todas las edades. El acceso al tiempo libre no estructurado al aire libre debe incorporarse con tanta frecuencia como lo permita el horario académico. Las escuelas pueden desarrollar estrategias para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19 con el fin de permitir el uso continuo de equipos fijos (estructuras de juego) y equipos portátiles.

Lo que dicen los expertos

Los horarios de recreo escalonados, las estrategias de distanciamiento físico y el aumento del lavado de manos son elementos que contribuyen a un recreo más seguro en las escuelas. Las mejores prácticas para proporcionar tiempo de recreo en las escuelas incluyen:

- Los horarios de recreo deben ser escalonados para que los alumnos de las distintas clases puedan permanecer separados, pero puedan utilizar plenamente el patio de la escuela durante el recreo.
- Las escuelas pueden permitir que los alumnos de la misma clase jueguen juntos o pueden promover el distanciamiento físico durante el recreo.
- Se debe aumentar la supervisión para limitar el comportamientos de más riesgo, como los deportes de contacto.
- Las escuelas pueden aumentar la cantidad de equipos portátiles disponibles (por ejemplo, pelotas, aros hula hoops) o permitir que los estudiantes reserven piezas de equipo para limitar la cantidad de equipos compartidos.
- Las áreas exteriores requieren una limpieza normal, pero no una desinfección. No rocíe desinfectante en los patios de recreo al aire libre: no es un uso muy eficiente de los suministros de limpieza y no se ha demostrado que reduzca el riesgo de COVID-19 para el público. Las superficies de plástico o metal que se tocan con frecuencia, como las barras de apoyo y las barandillas, deben limpiarse de forma rutinaria. No se recomienda la limpieza y desinfección de las superficies de madera (estructuras de juego, bancos, mesas) ni de las cubiertas del suelo (mantillo, arena).
- Aunque es probable que el contacto directo con equipos fijos (estructuras de juego, como columpios o toboganes) no sea una vía importante de transmisión debido a la inactividad del virus a la luz del sol, una mayor supervisión y la [limpieza frecuente](#) de los equipos compartidos son estrategias que pueden reducir el riesgo general durante el recreo.
- Los niños y el personal deben lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante de manos que contenga al menos un 60% de alcohol antes y después del recreo.
- [Se puede considerar el uso de mascarillas durante el recreo al aire libre](#). Cuando se puede garantizar una distancia física de más de dos metros (6 pies) en el aire libre, el recreo al aire libre puede ser un momento óptimo para los descansos con mascarilla para los estudiantes más pequeños.

Lo que dice CPS

Los patios de recreo de CPS siguen el ejemplo de las directrices del [Distrito de Parques de Chicago](#) con respecto al equipo de juego en los patios escolares de CPS. El equipo de juego en los patio no se limpiará ni se desinfectará, y se espera que los estudiantes y el personal mantengan la distancia mientras estén en el patio escolar, se laven las manos antes y después de jugar y usen máscaras.

Los padres y cuidadores deben saber

El recreo es una parte importante del día escolar de su hijo. Hay formas en las que su escuela puede garantizar que su hijo tenga acceso al recreo de manera segura. Algunas preguntas para hacerle a los líderes de su escuela incluyen:

- *¿Tendrá mi hijo tiempo de recreo al aire libre durante la jornada escolar? ¿Con qué frecuencia y durante cuánto tiempo?*
- *¿Cómo se programará y gestionará el recreo para que los alumnos puedan permanecer en sus grupos?*
- *¿Quién supervisará el recreo?*

- ¿Se exigirá el uso de mascarillas cuando los niños jueguen al recreo en sus grupos al aire libre?
- ¿Cómo se cubrirá el tiempo de recreo si el tiempo no permite jugar afuera?
- ¿Cuántos otros grupos de estudiantes y personal estarán en el recreo con la clase de mi hijo, y cómo estarán separados? ¿Quién se encargará de supervisarlos?
- ¿Los espacios exteriores (aparte de los equipos de juego) seguirán estando disponibles para su uso después del horario escolar?
- ¿Cuál es el plan para la transición segura de los alumnos del aula al patio u otro lugar de recreo y de vuelta al aula?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Protocolo para el uso de los baños

Las escuelas pueden hacer todo lo posible para limitar el uso de los grupos (pods) separadas a un aula, pero la necesidad de utilizar los baños públicos y compartidos siempre estará presente. Los problemas de ventilación y las superficies de contacto en los baños podrían convertirlos en un punto de transmisión de COVID-19. Las escuelas tendrán que abordar esta cuestión con protocolos del uso de los baños actualizados.

Lo que dicen los expertos

Los expertos en salud pública indican las mejores prácticas para el protocolo de uso de los baños:

- El riesgo de transmisión en los baños puede minimizarse lavándose las manos e instalando grifos, dispensadores de jabón, dispensadores de toallas y puertas sin contacto.
- Es recomendable que un adulto esté presente para ayudar o supervisar el lavado de manos en el baño, especialmente en el caso de los niños pequeños.
- Los alumnos pueden lavarse las manos con agua y jabón o utilizar un desinfectante de manos después de regresar a su aula en un lugar donde su profesor pueda supervisar la higiene de las manos.
- Los ventiladores del baño deben funcionar continuamente, y las puertas del baño deben estar cerradas en todo momento, incluso cuando no se utilicen.
- El riesgo de transmisión por partículas en el aire a una larga distancia en los baños se puede minimizar a mayor medida instalando tapas en los inodoros, manteniendo las tapas cerradas cuando no estén en uso y recomendar a los estudiantes a cerrar las tapas antes de bajar la palanca del inodoro.
- Para reforzar el distanciamiento físico y de grupo y minimizar la aglomeración, puede ser útil cerrar los baños durante los periodos de transición y promover las pausas para ir al baño durante el tiempo de clase, asignar a las aulas el uso de baños específicos o escalonar el horario de las pausas programadas para ir al baño por clase.

Lo que dice CPS

Los grupos (pods) se asignarán a los baños designados y se limpiarán con frecuencia a lo largo del día. Las escuelas deben recordar a los estudiantes que se laven las manos a completamente y con frecuencia y que usen desinfectante para manos cada vez que regresen a su salón de clases. En los baños, cada dos estaciones de lavado de manos estarán cerradas para acomodar el distanciamiento físico.

Los padres y cuidadores deben saber

Puede ser útil preguntar más sobre el proceso de supervisión del uso del baño y obtener más información sobre las consideraciones de ventilación en lo que respecta a los baños. Algunas de las preguntas que pueden hacerse a los responsables del edificio son las siguientes:

- ¿Quién se encargará de supervisar el uso de los baños y de garantizar que los alumnos se limiten a usar los baños designados?
- ¿Se proporcionará a los estudiantes un horario de uso de los baños para garantizar que no estén en un baño con estudiantes que no sean de su grupo?
- ¿Con qué frecuencia se limpiará y desinfectará el baño a lo largo del día?
- ¿Cuántas personas podrán entrar en el baño al mismo tiempo?
- ¿Quién supervisará el lavado de manos de los alumnos más pequeños antes y después de usar el baño?
- ¿Se trasladarán los puestos de lavado de manos fuera del baño para limitar el tiempo que se pasa dentro del mismo?
- ¿Proporcionará el edificio más ventilación en los baños?
- ¿Se permitirán a los alumnos usar los pases de pasillo para ir al baño?

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Educación física + actividades extracurriculares

Las actividades extracurriculares y las clases de educación física son partes importantes de la experiencia escolar para los alumnos de todas las edades. Sin embargo, estas actividades también suponen un reto para el control de las infecciones debido al estrecho contacto físico, a la dificultad de llevar mascarillas mientras se participa y a la mezcla de estudiantes fuera de los grupos designados (pods).

Lo que dicen los expertos

Estar en contacto cercano, respirar de forma agitada y compartir el equipo de práctica aumentan el riesgo de transmisión de COVID-19, pero puede haber formas de participar de forma segura en actividades extracurriculares como los deportes y la música, y en las clases de educación física. Las mejores prácticas para estas actividades incluyen:

- Los deportes en interiores son más riesgosos que los deportes al aire libre, por lo que se deben tomar precauciones especiales para las prácticas o juegos en interiores y las actividades deben llevarse a cabo al aire libre siempre que sea posible.
- Las clases de educación física deben realizarse al aire libre siempre que sea posible.
- Los profesores, los entrenadores, los alumnos deben llevar mascarillas puestas siempre que sea posible.
- Los entrenamientos pueden realizarse individualmente o en pequeños grupos y deben eliminarse las reuniones de equipo.
- El número de competencias puede reducirse o limitarse sólo a los equipos locales.
- Hay acumulación de partículas cargadas de virus debido a los gritos o alaridos, por lo que debe disminuirse capacitando a los entrenadores y restringiendo al número de espectadores.
- Actividades como el teatro, el canto o tocar un instrumento de viento aumentan las descargas de partículas del sistema respiratorio y, por lo tanto, aumentan el riesgo de transmisión del virus. El traslado de estas actividades al aire libre, la reducción del tamaño de los grupos, el mantener la distancia física entre los alumnos y la limpieza frecuente son estrategias importantes de reducción del riesgo a contraer el virus.
- Las actividades que presentan un riesgo elevado pueden llevarse a cabo en línea o sustituirse por alternativas más seguras.
- Si se realizan actividades de mayor riesgo en el interior, será necesario un aumento del distanciamiento físico y aumento de la ventilación. Las mascarillas deben llevarse puestas en todo momento para el canto, el teatro, los instrumentos de cuerda, de percusión y para los músicos que tocan instrumentos de viento, excepto cuando toquen activamente el instrumento.

Lo que dice CPS

CPS aún no tiene mucho escrito sobre las actividades extracurriculares, incluyendo grupos de música y deportes. La educación física se llevará a cabo practicando el distanciamiento físico, con actividad física de intensidad leve a baja y mientras todos los involucrados llevan mascarillas puestas. En el caso de la danza, los profesores se asegurarán de que cada alumno lleve una mascarilla puesta. La clase tendrá un espacio de al menos 60 pies cuadrados para garantizar el distanciamiento físico.

Los padres y cuidadores deben saber

Los padres pueden tener más preguntas sobre la educación física y las actividades extracurriculares en las escuelas de sus hijos. Algunas de estas preguntas podrían ser:

- *Mientras se lleva a cabo la clase de educación física, ¿se prohibirán las actividades y deportes de contacto (por ejemplo, baloncesto, fútbol soccer, fútbol americano etc)?*
- *¿Se exigirán mascarillas durante la clase de educación física?*

- *¿Qué tipo de descanso del uso de la mascarilla se permitirá de una manera segura en caso de que mi hijo la necesite después de realizar un esfuerzo físico?*
- *¿Será posible que las clases de educación física se realicen al aire libre, si el clima lo permite?*
- *¿Si mi hijo/hija toca un instrumento o canta en el coro, seguirá asistiendo a las prácticas y a las clases?*
- *¿Cómo se planificará la clase de música para que sea más segura? ¿Tendremos la oportunidad de elegir opciones de clases virtuales para estas actividades, incluso si nuestro estudiante asiste a clases presenciales?*
- *¿Se llevarán a cabo las prácticas de deportes? ¿Cómo le afectará la participación de los alumnos que practican deportes a los grupos (pods) y cómo se pondrán en cuarentena en caso de que sea necesario?*

Las mejores prácticas de este documento se basan en las directrices proporcionadas por la Escuela de Salud Pública T.H. Chan de Harvard ([T.H. Chan School of Public Health](#)) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. [U.S. Centers for Disease Control and Prevention](#).

Apoyo social/emocional

Para garantizar un regreso seguro y saludable a la escuela presencial, la salud social y emocional debe ser abordada por la escuela e incorporada a la jornada escolar, especialmente cuando los estudiantes se enfrentan a tantos cambios a su entorno. La pandemia y el cambio drástico de rutinas han causado varios traumas a muchos estudiantes. Asimismo, las nuevas normas y restricciones de la jornada escolar presentarán desafíos a los estudiantes. Será necesario incorporar un esfuerzo unificado de todo el personal de la escuela para que el regreso a la escuela sea una experiencia positiva y para superar estos traumas compartidos.

Lo que dicen los expertos

Abordar la salud mental y el trauma requiere un esfuerzo coordinado en toda la escuela. Algunas de las recomendaciones de los expertos en la materia son:

- Los programas de aprendizaje social y emocional (SEL) de alta calidad pueden ser un gran recurso para fomentar las relaciones y enseñar las habilidades para hacer frente a los problemas o sobrellevar la situación.
- Las escuelas deben considerar la implementación de intervenciones específicas para el trauma basadas en investigaciones.
- Las escuelas deben establecer conexiones con actividades consistentes de desarrollo de la comunidad a lo largo del día, incluyendo reuniones matutinas, desarrollo profesional informado sobre el trauma, conversación abierta sobre nuevos factores de estrés ambiental y desarrollo de habilidades sociales emocionales.
- Las escuelas deben identificar un proceso claro y coherente para identificar y apoyar a las personas que necesitan apoyo y servicios relacionados con la salud mental.
- Las escuelas deben asegurarse de que todo el personal tenga información de cómo conectar a los estudiantes con los servicios de salud mental.
- En el caso de las escuelas que cuentan con personal clínico de salud mental, es importante que todo el personal de la escuela conozca claramente el proceso de canalización de referidos para los estudiantes.
- Las escuelas que carecen de personal clínico de salud mental deben establecer relaciones con proveedores de salud mental de la comunidad y desarrollar un sistema para hacer los referidos.
- Las escuelas pueden considerar la posibilidad de aprovechar el acceso ampliado a la telesalud para mantener los servicios de salud mental a la vez que se ofrece un aprendizaje a distancia.
- Es especialmente importante garantizar que los estudiantes y sus familias tengan acceso a un programa o tratamiento cultural y lingüísticamente adecuado.
- Las escuelas también deberían prestar atención a las necesidades de salud mental del personal escolar. Ante los factores de estrés añadidos, las escuelas deben ofrecer al personal recursos que apoyen su propio bienestar, especialmente en relación con el trauma.
- El apoyo social y emocional en la escuela debe abordar tanto las situaciones de aprendizaje en persona como a distancia.

Las escuelas deben centrarse en fomentar la confianza con las familias de sus distritos a través de la transparencia, la comunicación abierta y las medidas de seguridad rigurosas. Este problema de confianza es una barrera significativa, que impide el éxito en la restauración del aprendizaje en persona y requiere una atención y un compromiso directo.

Será importante que las escuelas reconozcan que no todas las comunidades han experimentado la pandemia de la misma manera. Las comunidades afroamericanas, latinas, de nativos americanos y otros grupos marginados se han visto desproporcionadamente afectados por la pandemia debido a los efectos del racismo sistémico en los sectores de la salud, la educación, la vivienda y la justicia (entre otros). Es posible que muchos estudiantes y personal también estén lidiando con el impacto de las protestas a nivel nacional provocadas por el asesinato de personas negras a manos de las fuerzas del orden.

Lo que dice CPS

Las escuelas se asegurarán de que los estudiantes estén constantemente conectados con sus maestros y compañeros mientras mantienen interacciones seguras y físicamente distantes. Los maestros crearán ambientes de aprendizaje acogedores y predecibles a través de rutinas y rituales para mejorar los resultados académicos y el bienestar de los estudiantes.

El desarrollo de habilidades socio-emocionales apoyará a los estudiantes a conectarse, sanar y prosperar en este tiempo de incertidumbre y transición. Las escuelas aumentarán sus esfuerzos para enseñar a los estudiantes un lenguaje específico para identificar y articular sus sentimientos y comunicar sus necesidades.

Los padres y cuidadores pueden esperar que sus escuelas compartan lecciones y recursos para reforzar las habilidades que se enseñan en el aula a distancia y en persona. Además, los padres y cuidadores pueden participar en un taller virtual de Participación de la Familia y la Comunidad en la Educación (FACE2).

El Equipo de Crisis de CPS estará disponible para apoyar a las comunidades escolares en caso de enfermedad grave o fallecimiento. Este apoyo incluye la colaboración con el personal de la escuela para desarrollar planes de apoyo escolar y asegurar el apoyo clínico y emocional para la comunidad escolar.

Los padres y cuidadores deben saber

CPS ha incorporado algunas consideraciones para un regreso a la escuela informado sobre el trauma, con recursos disponibles para que el personal, los estudiantes y las familias se beneficien de ellos. Su papel como padre o cuidador será continuar utilizando estos recursos y asegurarse de que la escuela se mantenga alerta para proporcionar el apoyo social y emocional necesario para su hijo. Algunas preguntas a tener en cuenta son:

- ¿Proporcionará la escuela reuniones matutinas o reuniones virtuales regulares para abordar y explicar las nuevas reglas de manera positiva?
- ¿Proporcionará CPS apoyo social y emocional a los profesores y al personal?
- ¿Quién es el punto de contacto de mi familia para las necesidades suplementarias de apoyo emocional y social?
- ¿Cómo trabajarán las escuelas para fomentar un entorno que no excluya a los estudiantes y al personal por un diagnóstico de COVID-19 positivo?

Las mejores prácticas incluidas en "Apoyo Social/Emocional" se basan en las recomendaciones de: Informe de Kaiser Permanente "[Planning for the Next Normal at School](#)", [Mental Health Technology Transfer Center Network](#), [Referral Pathway Protocol for Mental Health Supporters](#) y [Addressing Racial and Ethnic Disparities in Youth Mental Health](#).

Este documento fue actualizado el 3/4/2021

Acerca de Healthy Schools Campaign (Campaña de Escuelas Saludables)

Healthy Schools Campaign (HSC) es una organización sin fines de lucro dedicada a convertir las escuelas en lugares más saludables para todos los estudiantes. HSC cree que la salud y el bienestar deben incorporarse en todos los aspectos de la experiencia escolar. Fundada en 2002, HSC promueve que los niños cuenten con el mejor acceso a alimentos nutritivos en la escuela, actividad física, recursos de salud escolar y aire puro, para moldear así su aprendizaje y salud para toda la vida. HSC facilita la colaboración entre estudiantes, padres, profesores, administradores y legisladores para ayudar a preparar a este grupo diverso de partes interesadas para liderar un cambio que permita el desarrollo de escuelas más saludables a nivel escolar, del distrito, estatal y nacional.


Para más información, visite healthyschoolscampaign.org.

¡Manténgase conectado!

Obtenga más información y suscríbase a las actualizaciones de la HSC en healthyschoolscampaign.org.

 twitter.com/healthyschools

 facebook.com/healthyschools

 instagram.com/healthyschools

Este documento fue actualizado el 3/4/2021