

Recursos para familias y escuelas.

¿Debería mi hijo quedarse en casa?

Los principales síntomas del COVID-19 son tos, fiebre y dificultad para respirar. Si su hijo simplemente tiene goteo nasal, puede asistir a la escuela.

Muchas políticas del distrito escolar establecen que un niño debe estar sin fiebre durante 24 horas antes de regresar a la escuela. Si su hijo tiene tos, fiebre y dificultad para respirar, y a usted le preocupa que pudiera tener el COVID-19, llame a su [departamento de salud local](#) o proveedor de atención médica. Ellos le ayudarán a decidir si necesita una cita. Si es así, pueden ayudarlo a planificar una manera de ingresar a una clínica de manera que evite posiblemente infectar a otros.

Enseñe a su hijo a practicar regularmente buenas medidas de higiene, como:

- [Lavado de manos](#) con agua y jabón durante al menos 20 segundos, y
- [Etiqueta de tos y estornudos](#).

Limpie y desinfecte objetos y superficies que sean tocados a menudo. Puede usar un aerosol o una toallita de limpieza doméstica regular.

¿Está mi hijo seguro en la escuela? ¿Estarán expuestos?

Los virus pueden propagarse en las escuelas. Por eso es importante que las personas con síntomas (fiebre, tos, dificultad para respirar) se queden en casa. Es una de las formas más efectivas para minimizar la exposición. La salud pública es responsabilidad de todos.

Si su hijo simplemente tiene goteo nasal, puede asistir a la escuela después de que usted le enseñe sobre el uso de pañuelos desechables y el lavado de manos. Si su hijo tiene tos, fiebre o dificultad para respirar, debe quedarse en casa. Además, contacte a su [departamento de salud local](#) o proveedor de atención médica. Si se comunica con su proveedor de

atención médica, llame con anticipación. Ellos le ayudarán a decidir si necesita una cita. Si es así, pueden ayudarlo a planificar una manera de ingresar a una clínica de manera que evite la posibilidad de infectar a otros.

Enseñe a su hijo a practicar regularmente buenas medidas de higiene, como:

- [Lavado de manos](#) con agua y jabón durante al menos 20 segundos, y
- [Etiqueta de tos y estornudos](#).

Las poblaciones más vulnerables son:

- Adultos mayores y
- personas con sistemas inmunes comprometidos.

¿Cómo se me informará si alguien en la escuela de mi hijo está expuesto o tiene el COVID-19?

Si esto sucede, su departamento de salud local y el distrito escolar trabajarán juntos para informarle. Lo harán dentro de las reglas establecidas por el distrito escolar y su [departamento de salud local](#). Si tiene dudas, consulte con la escuela de su hijo para conocer su plan de prevención de enfermedades transmisibles.

¿Qué hago si mi hijo está enfermo?

Si su hijo tiene tos, fiebre, dificultad para respirar, usted debe:

- hacer que su hijo se quede en casa y
- contactar a su [departamento de salud local](#) o proveedor de atención médica. Ellos le ayudarán a decidir si necesita una cita. Si es así, pueden ayudarlo a planificar una manera de ingresar a una clínica de manera que evite posiblemente infectar a otros.

Es importante que las personas con síntomas se queden en casa. Es una de las formas más efectivas de minimizar la exposición. Muchas políticas del distrito escolar establecen que un niño debe estar sin fiebre durante 24

horas antes de regresar a la escuela. Si a su hijo se le diagnostica COVID-19, es posible que deba quedarse en casa por más tiempo.

Enseñe a su hijo a practicar regularmente buenas medidas de higiene, como:

- [Lavado de manos](#) con agua y jabón durante al menos 20 segundos, y
- [Etiqueta de tos y estornudos](#).

Limpie y desinfecte objetos y superficies que sean tocados a menudo. Puede usar un aerosol o una toallita de limpieza doméstica regular.

¿Por qué no están cerradas las escuelas?

Hay pocos casos de COVID-19 en Oregon hasta la fecha. Si el COVID-19 se presenta en la escuela de su hijo, la escuela y el departamento de salud local determinarán si se necesita un cierre.

Las enfermeras escolares, los directores y demás personal escolar siguen [las directrices de enfermedades transmisibles de OHA y ODE](#).

¿Cuál es el riesgo de propagar esto si un estudiante asiste a la escuela identificada y luego va en autobús a otra escuela para cuidado posterior?

Depende de cuánto tiempo esté el estudiante en el autobús y de su capacidad para cubrir la tos y los estornudos. Los expertos en salud creen que el virus se propaga principalmente de persona a persona:

- Entre personas que estén en contacto cercano, dentro de aproximadamente 3 a 6 pies, o
- A través de gotas cuando una persona infectada tose o estornuda.
- Por contacto con superficies u objetos infectados. Es posible que una persona pueda contraer el COVID-19 al tocar una superficie u objeto con el virus y luego tocarse la boca, la nariz o posiblemente los ojos. Sin embargo, los expertos en salud no creen que esta sea la forma principal en que se propaga el virus.

Observe a su hijo para detectar los síntomas (fiebre, tos, dificultad para respirar).

Enseñe a su hijo a practicar regularmente buenas medidas de higiene, como:

- [Lavado de manos](#) con agua y jabón durante al menos 20 segundos, y
- [Etiqueta de tos y estornudos](#).

Limpie y desinfecte objetos y superficies que sean tocados a menudo. Puede usar un aerosol o una toallita de limpieza doméstica regular.

¿Cuáles escuelas se ven afectadas y dónde están ubicadas?

Para obtener la información más actualizada, visite <https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Pages/COVID19.aspx>.

¿Qué le digo a mi hijo sobre esto?

Enseñe a su hijo a practicar regularmente buenas medidas de higiene, como:

- [Lavado de manos](#) con agua y jabón durante al menos 20 segundos, y
- [Etiqueta de tos y estornudos](#).

Verifique con su departamento de salud local o distrito escolar para acceder a otros recursos para hablar con su hijo sobre enfermedades que pueden contraer, como el resfriado y la gripe.

Reafirme los principios de respeto y anti-prejuicio. Hágale saber a su hijo que no debe hacer conjeturas respecto al riesgo basándose en la raza, el origen étnico o el país de origen.

Una escuela está cerrada. Mi hijo no asiste allí, pero estuvo allí recientemente. ¿Qué debo hacer?

Los expertos en salud creen que el virus se propaga principalmente de persona a persona:

- Entre personas que estén en contacto cercano, dentro de aproximadamente 3 a 6 pies, o
- A través de gotas cuando una persona infectada tose o estornuda.
- Por contacto con superficies u objetos infectados. Es posible que una persona pueda contraer el COVID-19 al tocar una superficie u objeto con el virus y luego tocarse la boca, la nariz o posiblemente los ojos. Sin embargo, los expertos en salud no creen que esta sea la forma principal en que se propaga el virus.

Observe a su hijo para detectar los síntomas (fiebre, tos, dificultad para respirar).

Enseñe a su hijo a practicar regularmente buenas medidas de higiene, como:

- [Lavado de manos](#) con agua y jabón durante al menos 20 segundos, y
- [Etiqueta de tos y estornudos](#).

Limpie y desinfecte objetos y superficies que sean tocados a menudo. Puede usar un aerosol o una toallita de limpieza doméstica regular.

¿Qué sucede si decido mantener a mi hijo en casa fuera de la escuela, incluso si no está cerrada? ¿Cómo obtengo ayuda con su trabajo escolar?

Trabaje con los maestros y el director del distrito escolar local de su hijo. Ellos pueden hablar con usted sobre sus políticas de asistencia y pueden explicarle cualquier procedimiento que tengan para apoyar la educación desde el hogar.

¿Puede mi hijo usar una máscara en la escuela?

Los CDC no recomiendan que las personas que están sanas usen una máscara facial para protegerse de las enfermedades respiratorias, incluyendo el COVID-19. No hay prohibición estatal contra que su hijo use una máscara médica en la escuela. Sin embargo, es recomendable que consulte con su escuela local sobre sus políticas.

Las máscaras faciales **deben** ser utilizadas por personas que muestren síntomas del COVID-19, para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad a otros. El uso de mascarillas también es crucial para:

- [Los trabajadores de la salud](#), y
- [Las personas que cuidan a alguien en entornos encerrados](#) (en casa o en un centro de atención médica).

Si su hijo está enfermo, debe quedarse en casa en vez de ir a la escuela con una máscara.

Si se cancela la escuela, ¿cómo obtiene mi hijo su almuerzo y su desayuno?

Consulte con su escuela. Estos programas se administran a nivel local.

Si no puedo salir del trabajo, ¿cómo consigo cuidado de niños?

Comience a hablar ahora con otros sobre los recursos disponibles.

Algunos ejemplos son:

- Miembros de la familia
- Iglesia local, u
- Organizaciones comunitarias.

¿Debería preocuparme sobre la regla de carga pública? Estoy preocupado por mi estado migratorio.

Su salud y la salud de su familia y nuestra comunidad es importante. La regla de carga pública no se aplica a toda la atención médica ni a todos los

inmigrantes. Muchos beneficios de salud pública no cuentan para la regla de carga pública, incluyendo:

- Cobertura del Plan de Salud de Oregon para jóvenes menores de 21 años (es decir, Medicaid y el Programa de Seguro Médico para Niños, o CHIP)
- La cobertura del Plan de Salud de Oregon para las personas embarazadas, incluso 60 días después del parto (es decir, Medicaid y Citizen-Alien Wanted Emergent Medical Plus, o CAWEM Plus)
- Programa Oregon MothersCare (OMC)
- Cobertura de emergencia del Plan de Salud de Oregon para personas de todas las edades (es decir, CAWEM)
- Programa Cover All Kids de Oregon
- Los servicios de educación especial financiados por la Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (IDEA) que cubre Medicaid
- Servicios de salud basados en la escuela para niños en edad escolar.
- Subsidios a las primas de seguros de salud comerciales a través del Mercado de Seguros de Salud de Oregon
- Subsidio de bajos ingresos de Medicare Parte D (LIS)
- Muchos otros programas de salud, educación y servicios sociales que no figuran aquí.

Por favor vaya a la [página web](#) de carga pública de OHA, [Hoja de datos \(en español\)](#) y [Preguntas frecuentes \(en español\)](#) para obtener más información.

¿Cómo obtengo actualizaciones de esta información?

[Centros para el control y prevención de enfermedades \(CDC\)](#)

Este sitio web tiene la información más actualizada sobre el COVID-19 en los Estados Unidos.

[Autoridad de Salud de Oregon \(OHA, por sus siglas en inglés\)](#)

Este sitio web tiene información específica sobre el COVID-19 en Oregon.

[211](#)

Llame al 211 en Oregon, si no le resulta fácil obtener la información en línea. Ahí pueden brindarle información general sobre el COVID-19.

Consulte el sitio web de su escuela, que podría contener información actualizada. Además, puede consultar las noticias locales y los sitios de redes sociales de confianza.