

Quédense en Casa Cuando Esté Enfermo y Hágase la Prueba

Quedarse en casa cuando está enfermo puede reducir el riesgo de propagar enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19, a otras personas. El Departamento de Salud Pública de California (CDPH) recomienda que las escuelas tomen las siguientes medidas para ayudar a que los estudiantes y el personal que están enfermos permanezcan en casa:

- Desarrollar criterios estándar para el manejo de estudiantes que desarrollan síntomas de enfermedades infecciosas, incluido COVID-19. En la mayoría de las situaciones, cualquier persona que desarrolle síntomas nuevos e inexplicables no debe regresar a la escuela hasta que esté claro que los síntomas son leves y están mejorando o se deben a una causa no infecciosa (por ejemplo, alergias). Esto incluye esperar hasta que hayan pasado 24 horas desde la resolución de la fiebre sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.
- Si los **síntomas** son preocupantes para COVID-19, se recomienda encarecidamente que los estudiantes y el personal usen una máscara y se hagan la prueba de inmediato.
- Los estudiantes y el personal también deben seguir **las recomendaciones del CDPH** para volver a hacer pruebas y / o aislarse si los resultados son positivos.
- Las escuelas deben evitar las políticas que incentivan ir a la escuela mientras está enfermo.

California requiere que los empleadores proporcionen **licencia suplementaria pagada por enfermedad COVID-19** para la mayoría de los trabajadores hasta el 30 de septiembre de 2022. Esto incluye circunstancias en las que los trabajadores experimentan síntomas de COVID-19 y buscan un diagnóstico médico, asisten a una cita de vacunación para ellos o para un miembro de la familia, y / o si el hijo de un trabajador se está aislando debido a una infección por COVID-19.

Cuando los Estudiantes o Personal Tienen Síntomas de COVID-19

La CDPH recomienda que aquellos con síntomas de COVID-19 tomen las siguientes medidas independientemente de su estado de vacunación:

- Autoaislarse y tomar o administrarse una prueba de antígeno lo antes posible para determinar el estado de la infección.
- Permanezca aislado mientras espera los resultados de las pruebas. Si no se le hace la prueba, debe continuar aislándose durante 10 días después del día de inicio de los síntomas, y si no puede aislarse, deben usar una máscara bien ajustada durante 10 días.
- Considere continuar con el autoaislamiento y volver a realizar la prueba con una prueba de antígenos en 1-2 días si la prueba es negativa, especialmente si la prueba se realiza durante los primeros 1-2 días de síntomas. Se recomienda realizar pruebas entre los días 3-5.

- Continúe con el autoaislamiento si el resultado de la prueba es positivo, siga las acciones recomendadas para el aislamiento y comuníquese con el proveedor de atención médica sobre los tratamientos disponibles si los síntomas son graves o si tienen un alto riesgo de enfermedad grave o si tienen alguna pregunta sobre su cuidado.

SÍNTOMAS COMUNES DE COVID-19 (CDPH)

- Dolor de Cabeza
- Nueva pérdida del gusto u olfato
- Fatiga (cansancio)
- Fiebre o escalofríos
- Dolor de garganta
- Diarrea
- Tos
- Congestión o moqueo
- Dolores musculares o corporales
- Dificultad para respirar
- Náusea or vómito

Cuando los Estudiantes y el Personal son Diagnosticados con COVID-19

Todas las personas que estén infectadas con COVID-19, independientemente del estado de vacunación, la infección previa o la falta de síntomas, deben seguir las recomendaciones enumeradas en la **Guía de Aislamiento y Cuarentena del CDPH para el público en general**.

Tabla de Aislamiento

Estado de Vacunación	Requisitos para el Personal/ Recomendaciones para los Estudiantes
<p>Todos, independientemente del estado de vacunación, infección previa o falta de síntomas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Quédese en casa durante al menos 5 días después del inicio de los síntomas (o después de la fecha de la primera prueba positiva si no hay síntomas). • El aislamiento puede terminar después del día 5 si los síntomas no están presentes o se están resolviendo y una muestra de diagnóstico* recolectada en el día 5 o posterior da negativo. • Si no puede hacer la prueba, elige no hacer la prueba o da positivo el día 5 (o más tarde), el aislamiento puede terminar después del día 10 si no tiene fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. • Si hay fiebre, el aislamiento debe continuarse hasta 24 horas después de que la fiebre se resuelva. • Si los síntomas, aparte de la fiebre, no se resuelven, continúe aislado hasta que los síntomas se resuelvan o hasta después del día 10. • Si los síntomas son graves, o si la persona infectada está en alto riesgo de enfermedad grave, o si tiene preguntas sobre su cuidado, las personas infectadas deben comunicarse con su proveedor de atención médica para obtener los tratamientos disponibles. • Según la guía de enmascaramiento de CDPH, las personas infectadas deben usar una máscara bien ajustada alrededor de los demás durante un total de 10 días, especialmente en entornos interiores. <p>*Prueba de antígeno preferida.</p>

Como Contar Cinco Días para el Aislamiento

Si desarrolla síntomas después de dar positivo	Su período de aislamiento de 5 días debe comenzar de nuevo. El día 0 es su primer día de síntomas. Siga las recomendaciones anteriores para poner fin al aislamiento.
Si tuvo COVID-19 y presentó síntomas	Aislar durante al menos 5 días. Para calcular su período de aislamiento de 5 días, el día 0 es su primer día de síntomas. El día 1 es el primer día completo después de que se desarrollaron sus síntomas. Puede salir del aislamiento después de 5 días completos.
Si da positivo por COVID-19 y nunca presenta síntomas	Aislar durante al menos 5 días. El día 0 es el día de su prueba viral positiva (según la fecha en que se le realizó la prueba) y el día 1 es el primer día completo después de que se recolectó la muestra para su prueba positiva. Puede salir del aislamiento después de 5 días completos.

Fuente: **CDC**

Cuando los Estudiantes y el Personal están Expuestos al COVID-19

La notificación inmediata a los estudiantes y las familias con respecto a la exposición a enfermedades infecciosas, incluido COVID-19, puede permitir pruebas rápidas, tratamiento temprano y prevenir una mayor propagación.

CDPH recomienda lo siguiente cuando hay un caso de COVID-19 en la escuela:

- Las familias notifican a la escuela si su hijo tiene COVID-19 y estuvo en la escuela durante el período infeccioso.
- Las escuelas deben notificar a los estudiantes que pasaron más de un total acumulativo de 15 minutos (dentro de un período de 24 horas) en un espacio interior compartido (por ejemplo, un salón de clases) con alguien con COVID-19 durante su período infeccioso.
- En lugar de notificaciones individuales de exposición, las escuelas deben considerar proporcionar una notificación general a toda la comunidad escolar durante los momentos de transmisión comunitaria elevada de COVID-19. Esta comunicación puede alertar a todos sobre el potencial aumento de exposición al COVID-19 debido a un aumento de casos entre los miembros de la escuela y la comunidad y recordarles a todos que vigilen síntomas y se hagan la prueba.
- Todos los estudiantes y el personal con exposición conocida a personas con COVID-19 deben seguir las **recomendaciones del CDPH** que se enumeran en la tabla a continuación.

- Los estudiantes expuestos pueden continuar participando en todos los aspectos de la educación K-12, incluidos los deportes y las actividades extracurriculares, a menos que desarrollen síntomas o den positivo en la prueba de COVID-19. Deben realizar la prueba, reportar los resultados positivos de la prueba a la escuela y seguir otros componentes de esta guía.
- Recuerde a los padres y tutores que mantengan a los niños en casa si muestran signos y síntomas de COVID-19 y que hagan la prueba. Si es negativa, vuelva a realizar la prueba entre los días 3 y 5.
- Los empleadores deben asegurarse de que los trabajadores conozcan y entiendan estas políticas.
- El personal que ha estado expuesto puede continuar en la escuela; no tienen que ponerse en cuarentena, pero sí tienen que cumplir con los requisitos de prueba.

Periodo Infeccioso

- Para las personas infectadas que presentan síntomas, el período infeccioso es de 2 días antes de que la persona infectada tuviera algún síntoma hasta el día 10 después de que aparecieron los síntomas por primera vez (o hasta los días 5-10 si la prueba es negativa el día 5 o más tarde), y han pasado 24 horas sin fiebre, sin el uso de medicamentos antifebriles y los síntomas han mejorado, O
- Para las personas infectadas que no presentan síntomas, el período infeccioso es de 2 días antes de la fecha de recolección de muestras positivas hasta el día 10 después de la fecha de recolección de muestras positivas (o hasta los días 5-10 si dan negativo en el día 5 o posterior) después de la fecha de recolección de muestras para su primera prueba positiva de COVID-19.
- A los efectos de identificar contactos cercanos y exposiciones, las personas infectadas que den negativo en el día 5 o después pueden finalizar el aislamiento y, de acuerdo con la guía, ya no se consideran dentro de su período infeccioso. Dichas personas deben continuar siguiendo las recomendaciones de aislamiento del CDPH, incluido el uso de una máscara facial bien ajustada hasta el día 10. No es necesario realizar la prueba después del día 10 si los síntomas se han resuelto.

DEFINICIONES

Completamente vacunado: dos semanas después de completar una vacuna de ARNm de dos dosis o una dosis de la vacuna Janssen.

Contacto cercano: alguien que comparte el mismo espacio aéreo interior durante un total acumulativo de 15 minutos o más durante un período de 24 horas durante el período infeccioso de una persona infectada.

Contacto de alto riesgo: alguien que puede experimentar una enfermedad grave si se infecta con COVID-19 o para quien el potencial de transmisión es alto.

Empleados y Estudiantes Asintomáticos que Están Expuestos a Alguien con COVID-19 (Sin Cuarentena)

Empleados y Estudiantes Asintomáticos que Están Expuestos a Alguien con COVID-19 (Sin Cuarentena)	Acciones Recomendadas
<p>Todos, independientemente del estado de vacunación.</p> <p>Con las nuevas variantes, SMCH está descubriendo que las personas se están reinfectando a las pocas semanas de tener COVID-19 y ahora recomienda que las escuelas realicen pruebas a las personas expuestas incluso si tuvieron COVID-19 durante los últimos 90 días.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Haga la prueba dentro de los 3-5 días posteriores a la última exposición. • Según la guía de uso de máscaras del CDPH, los contactos cercanos deben usar una máscara bien ajustada al estar alrededor de otras personas durante un total de 10 días, especialmente en entornos interiores y cuando estén cerca de personas con mayor riesgo de enfermedad COVID-19 grave (consulte la sección de uso de máscaras a continuación para obtener información adicional). • Se recomienda encarecidamente vacunarse o reforzarse • Si se presentan síntomas, hágase la prueba y quédese en casa (consulte la sección anterior sobre personas sintomáticas), y • Si el resultado de la prueba es positivo, siga las recomendaciones de aislamiento en la tabla de Aislamiento.

Estudiantes Expuestos a COVID-(CDPH)

