

Guía para prevenir la propagación de COVID-19 en las escuelas públicas de Chicago

Un recurso para el ciclo escolar 2021-22 para los padres y los cuidadores

HEALTHY SCHOOLS
CAMPAIGN

EVERY CHILD DESERVES TO LEARN + THRIVE

Índice

¡Bienvenidos!	3
Cómo usar esta guía	4
Vacunación	7
Uso de mascarilla/cubreboquita/tapaboca	9
Circulación de aire	11
Pruebas, rastreo de personas contagiadas y cuarentena	12
Distanciamiento físico	14
Limpieza	15
Utilizando espacios al aire libre	17
Apoyo social/emocional	19
Lidiar con la desinformación en su comunidad	21

Bienvenidos!

En marzo del 2021, se regresó a clases presenciales en las Escuelas Públicas de Chicago (CPS) después de un año de educación a distancia debido a la pandemia del COVID-19. Durante el semestre de la primavera del 2021 las escuelas contaron con el uso universal de mascarillas/cubrebocas, medidas de distanciamiento físico, cohortes(pods) en las aulas y muchos otros protocolos específicos para mitigar el riesgo de contagio. La buena noticia: Los estudios han mostrado que cuando el uso de las mascarillas/cubrebocas y otras medidas de seguridad estuvieron en vigor en las clases presenciales durante el ciclo escolar 2020-21 la transmisión en la comunidad no aumentó de manera significativa.

Ahora estamos en el año escolar 2021-2022 y las cosas están mejorando, pero el COVID-19 sigue siendo una preocupación en nuestras comunidades. Esto requiere estrategias de prevención en pasos para proteger a las personas que no están completamente vacunadas, incluido el uso de cubrebocas y el distanciamiento social.

Las estrategias de prevención del COVID-19 siguen siendo fundamentales para proteger a los estudiantes, maestros, personal escolar, familias y miembros de la comunidad, especialmente donde los índices de transmisión comunitaria estén de moderados a altos. Mientras esperamos con ansias el ciclo escolar 2021-22, los padres y cuidadores quieren saber que sus hijos están seguros en sus Escuelas Públicas de Chicago. El objetivo de este documento es para ayudarle a responder a la pregunta:

Está tomando mi escuela las medidas adecuadas para mantener la seguridad de los estudiantes?

Cómo usar esta guía

Cada apartado de esta guía se refiere a un elemento específico de la prevención del COVID-19 en las escuelas, con tres apartados:

- Lo que dicen los expertos
- Lo que dice CPS (Escuelas Públicas de Chicago)
- Lo que los padres y cuidadores deben saber

Veamos lo que incluirá cada uno de los apartados y cómo los padres y cuidadores pueden usar este recurso para asegurarse que sus edificios escolares sean saludables y seguros.

Lo que dicen los expertos

A lo largo de este documento, compartimos las recomendaciones de los expertos en salud pública para el regreso seguro a clases este año. Las recomendaciones provienen de las siguientes organizaciones. Lea más sobre sus recomendaciones de la prevención de COVID-19 a continuación.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC): Los CDC han emitido recomendaciones para controlar la transmisión en las escuelas el ciclo escolar 2021-2022; estas recomendaciones se hacen basándose en la creencia que los estudiantes se benefician de clases presenciales, y que es prioritario regresar de manera segura a las clases presenciales en el otoño del 2021. Estas recomendaciones incluyen la vacunación como la medida más importante para mitigar la propagación. Incluyen la promoción de la vacunación, de la creación de sitios de vacunación y la educación de las comunidades escolares sobre la importancia de la vacunación. Se recomiendan que las personas no vacunadas usen cubrebocas y, en los locales donde el riesgo de transmisión está de moderado a alto también se recomienda que todas las personas, vacunadas o no, usen cubrebocas. Los CDC [proporcionan este enlace](#) para verificar los riesgos de transmisión local. Los CDC también recomiendan el distanciamiento físico de un metro/tres pies, la detección de síntomas, las pruebas y los esfuerzos de ventilación. Estas recomendaciones a menudo cambian, así que consulte las recomendaciones completas en el sitio web de los [CDC](#) para obtener las recomendaciones más actualizadas.

El Departamento de Educación de los Estados Unidos: En su "Guía para el regreso a la [escuela](#)", el Departamento de Educación de los Estados Unidos (DoEd) recomienda que durante el ciclo escolar 2021-22 la salud y la seguridad de los estudiantes, el personal escolar y las familias sea la prioridad de las escuelas. El Departamento de Salud recomienda que las escuelas mantengan una comunicación constante con las familias en el idioma del hogar y trabajen para que los padres confíen en que los niños estarán seguros en las clases presenciales. La Guía para el regreso a la escuela proporciona un recurso [útil para los padres](#) y también recomienda:

- Fomentar y proporcionar acceso a las vacunas
- Implementar pruebas del COVID-19 en las escuelas
- Abordar las necesidades de ventilación
- Usar mascarillas y distanciamiento en comunidades no completamente vacunadas
- Asegurar el acceso a comidas saludables y otras necesidades básicas
- Proporcionar cuidado infantil asequible
- Proporcionar transporte seguro

La Academia Americana de Pediatras (AAP) urge a todos los que sean elegibles a vacunarse contra la COVID-19 por ser la medida más importante en la reapertura segura de las escuelas. Además de las vacunas, la AAP recomienda en su guía, [aquí](#), usar múltiples estrategias a la vez para que las escuelas sean más seguras para todos los estudiantes, maestros y personal. Recomienda que todas las personas mayores de dos años usen mascarillas/cubrebocas. La AAP en su guía actualizada también reafirma las [recomendaciones](#) de los CDC para la ventilación, las pruebas, la cuarentena, la limpieza y la desinfección de los edificios.

Lo que dice CPS

A partir del lunes 30 de agosto CPS dio la bienvenida a los estudiantes a las clases presenciales cinco días a la semana. El distrito escolar ha detallado su plan de salud y seguridad del ciclo escolar 2021-22 en su [Guía para padres, educadores y](#)

[socios externos](#). Los padres y cuidadores pueden ver las normas de salud actualizadas de CPS verificando cps.edu/b2s. El plan describe las normas del distrito diseñadas para disminuir el riesgo de propagación de COVID-19, que incluyen:

La Vacunación. CPS requiere que todos los empleados del distrito se vacunen antes del 15 de octubre del 2021. CPS también está animando a todos los estudiantes elegibles a vacunarse y se ofrecen vacunas sin cita previa en las escuelas. Para tener bien informado al público, CPS está monitoreando las tasas de vacunación del personal de CPS [en su sitio web](#) (desplácese hasta la parte inferior de la página para ver las tasas de vacunación del personal).

Mascarillas/cubre bocas. Todos los estudiantes, el personal y toda persona que entre a las escuelas deben usar mascarillas/cubre bocas en todo momento (menos al comer o beber), aun si se han vacunado. Las mascarillas se pueden quitar para actividades al aire libre, como el recreo y algunos deportes.

Ventilación. CPS ha actualizado su sistema de ventilación, con inversiones en filtros HEPA, en actualizaciones mecánicas y en evaluaciones de la calidad del aire. No todos los edificios tienen sistemas de ventilación mecánica, y dependerán de filtros HEPA y ventanas abiertas. Los datos de la ventilación y la calidad del aire interior de cada edificio están disponibles en el sitio web de [CPS](#), y CPS también está proporcionando evaluaciones limitadas del funcionamiento de las ventanas y la ventilación mecánica aula por aula.

Pruebas. CPS está empleando tres estrategias de prueba: prueba sintomática, prueba de cuarentena, y prueba asintomática. Esto incluye ofrecer un programa semanal, gratuito de [pruebas de detección asintomática en la escuela](#).

Rastreo de personas contagiadas. Para el año escolar 2021-22, CPS ha contratado personal para apoyar la admisión de nuevos casos y proporcionar una notificación adecuada. Inicialmente, el distrito comenzó el año escolar con alrededor de dos docenas de marcadores de contacto. Pero eso rápidamente resultó insuficiente. Desde entonces, CPS ha prometido tener más de 80 rastreadores de contactos y reducir el tiempo de respuesta a 48 horas. CPS trabajará en colaboración con el Departamento de Salud Pública de Chicago (CDPH) para asegurar que las personas identificadas como personas contagiadas cercanas tengan un rastreo rápido para remitirlos a los recursos de la ciudad, como el monitoreo y las pruebas. Para crear una mayor conciencia pública, el distrito está rastreando los casos confirmados de COVID en el [sitio web de CPS](#).

Informes sobre datos de COVID-19 para SY21-22

CPS está recopilando y compartiendo información sobre los casos de COVID-19 para brindar transparencia sobre cómo la pandemia está afectando al distrito. CPS ahora está publicando todos los casos reportados de COVID-19 entre el personal del Distrito y los estudiantes dentro de un período de informes de las últimas 24 horas. CPS actualizará los [datos a nivel escolar a diario](#); anteriormente, los datos a nivel escolar se actualizaban semanalmente.

Distanciamiento físico. Donde lo permita el horario escolar, los estudiantes y educadores de la escuela primaria formarán cohortes (pods,) grupos de aula estables, para minimizar la exposición a otros estudiantes, permitir el distanciamiento físico en las aulas y apoyar el rastreo de contactos.

Limpieza. Los protocolos de limpieza reforzados están vigentes durante el ciclo escolar 2021. El distrito asegurará que el desinfectante de manos y las toallitas desinfectantes estén disponibles para todos los estudiantes y el personal. También se continuarán las medidas de protección adicionales, como las barreras de plexiglás en la cafetería.

Comidas

Las comidas diarias se servirán utilizando un modelo híbrido, lo que significa que los estudiantes comerán en la cafetería a veces y en sus aulas en otras ocasiones, dependiendo de lo que sea mejor para cada escuela. Algunas escuelas utilizarán los espacios abiertos según lo permita el clima. El desayuno y el almuerzo gratuitos estarán disponibles para todos los estudiantes.

Educación a distancia. CPS ofrecerá una opción de educación a distancia para un número limitado de estudiantes de salud muy frágil "medically fragile" que significa que tienen condiciones de salud o necesidades médicas diagnosticadas.

Deportivo. Todos los deportes volverán para el ciclo escolar 2021-22. Los estudiantes en los grados 5-12 deben mostrar prueba de vacunación o someterse cada semana a prueba de COVID-19 para participar en deportes.

Comités de Seguridad

CPS en colaboración con CTU, la unión de maestros continuará los comités de seguridad, que incluyen directores, maestros y personal, los comités monitorean y abordan los problemas de salud y seguridad. El comité de cada edificio desarrollará prácticas seguras, alentará y monitoreará el cumplimiento del protocolo de salud y seguridad de COVID-19 de acuerdo con las normas de CPS.

Lo que los padres y cuidadores deben saber

Como padre o cuidador en el sistema de CPS, debe saber que CPS para ayudar a prevenir la propagación del COVID-19 en sus escuelas, está tomando medidas importantes como el uso de mascarillas/cubrebocas, la vacunación de los empleados, el distanciamiento y la circulación del aire interior. Sin embargo, la implementación adecuada a nivel escolar es fundamental para que estas normas se sigan de manera constante. Tiene derecho a comunicarse con los líderes de la están en este comité, con qué frecuencia se reúnen y qué información comparten con el Consejo Escolar Local (LSC) y la comunidad escolar. Puede encontrar más información sobre el Comité de Salud y Seguridad de su edificio comunicándose directamente con su escuela.

- *Consejos Escolares Locales (LSC):* Cada escuela pública de Chicago administrada por el distrito tiene un LSC que sirve como el órgano de formulación de las políticas de la escuela y que toma decisiones importantes como, el desarrollo y monitoreo del plan académico de la escuela, la aprobación del presupuesto escolar y la selección y evaluación del director de la escuela. Si bien la mayoría de los LSC son elegidos, algunos son nombrados y tienen poderes más limitados. Dado que Chicago es el único distrito escolar en Illinois sin un consejo escolar que se elija, los LSC son un importante órgano de supervisión y dirección de cada escuela que los padres y cuidadores pueden aprovechar para hacer que los líderes educativos rindan cuentas y haya diálogo y participación. Es posible que Ud. quiera conocer mejor cómo el comité de salud y seguridad de su edificio reporta la información a su LSC. Además, el distrito ha asignado fondos flexibles a las escuelas para abordar las medidas de seguridad de COVID. Dado que los presupuestos escolares caen bajo el ámbito de los LSC, los miembros deben preguntar cómo se están utilizando estos fondos para apoyar la seguridad escolar. Puede averiguar quién está en el LSC de su escuela visitando el sitio web de [CPS](#).
- *Liderazgo de CPS:* CPS es dirigido por el CEO Pedro Martinez y el presidente de la Junta de CPS Miguel del Valle, ambos nombrados por la alcaldesa de Chicago Lori Lightfoot. Los padres y cuidadores tienen el derecho de comunicarse con el [distrito escolar](#), la junta [de educación](#) y los líderes de la ciudad si no pueden obtener las respuestas que necesitan de sus escuelas locales.

Vacunación

Lo más importante para establecer un entorno seguro para las clases presenciales este ciclo escolar es que todos los que sean elegibles para vacunarse lo hagan. Cuando los padres se vacunan contra la covid-19, ayudan a reducir las posibilidades de exposición al virus para sus hijos y otros seres queridos que aún no sean elegibles para la vacuna.

Lo que dicen los expertos

Hay tres vacunas contra el COVID-19 disponibles en los Estados Unidos:

- La vacuna de Pfizer-BioNTech
- La vacuna de Moderna
- La vacuna de Johnson & Johnson

A las personas se les considera que están totalmente vacunadas dos semanas después de la segunda dosis de las vacunas de dos dosis (Pfizer-BioNTech o Moderna) o dos semanas después de la vacuna de una dosis de Johnson & Johnson. La vacuna de Pfizer-BioNTech es la única vacuna autorizada para el uso en los niños de 12 a 15 años.

Estas tres vacunas son efectivas contra la COVID-19, incluida la disminución de enfermedad grave, hospitalización o muerte. Sin embargo, el riesgo de infección irruptiva en personas totalmente vacunadas no se puede eliminar por completo mientras continúe la transmisión comunitaria del virus. [Los datos recientes publicados por los CDC](#) sugieren que las personas vacunadas que experimentan una infección de la variante Delta del COVID-19 aún pueden transmitir el virus. Si bien esto puede parecer desalentador, es importante recordar que las vacunas continúan siendo muy efectivas para prevenir infecciones, enfermedades graves, hospitalizaciones y muerte. La mayoría de todas las nuevas infecciones por la COVID-19 en los Estados Unidos continúan siendo entre personas no vacunadas.

La vacunación protege la salud de toda la comunidad. Cada vez que una persona se infecta con la COVID-19, el virus puede mutar y crear una variante que es más peligrosa, más contagiosa o resistente a las vacunas actuales. Al limitar el número de infecciones en la población, habrá menos posibilidades de variantes del coronavirus.

Lo que dice CPS

CPS inicialmente requirió que todo el personal y los maestros estuvieran totalmente vacunados antes del 15 de octubre del 2021, a menos que tengan una exención religiosa o médica. La vacuna es gratuita para todos y no se requiere prueba de seguro o ciudadanía. Aquellos con una exención deben ser examinados semanalmente. CPS también requiere que todos los empleados de los proveedores y voluntarios de nivel 1 se vacunen. Las Escuelas Públicas de Chicago permitirán que los empleados no vacunados continúen trabajando después de la fecha límite del mandato de la vacuna COVID-19 del 15 de octubre si se someten a una prueba semanal de coronavirus. El distrito había dicho originalmente que los empleados que no se vacunaron antes del 15 de octubre y no calificaron para una exención médica o religiosa no serían elegibles para trabajar.

CPS está ofreciendo vacunación gratuita a todo el personal y a los estudiantes mayores de 12 años en varias propiedades de CPS durante todo el año escolar. Además, la Ciudad de Chicago ofrece muchos eventos para vacunarse en todos los vecindarios de Chicago. Para encontrar un evento cerca de usted, consulte el [calendario de eventos de vacunación](#) de la ciudad, que está separado por región y se actualiza regularmente. CPS requerirá que todos los estudiantes en los grados 5-12 (o mayores de 12 años) se vacunen o se sometan a pruebas cada semana de COVID-19 para participar en deportes.

Oportunidades de vacunación de CPS

Visite cps.edu/vaccinations para obtener más detalles:

- Más de 350 eventos móviles de vacunación COVID-19
- 4 Clínicas regionales de vacunación COVID-19: se aceptan citas y visitas sin cita previa
- 14 centros de salud escolares ofrecen la vacuna Pfizer COVID-19 para jóvenes de 12 a 17 años: Para conocer las ubicaciones, visite schoolinfo.cps.edu/HealthCenters

- CPS se está asociando con la ciudad para proporcionar tarjetas de regalo de \$100 a todas las personas vacunadas en los sitios regionales de CPS

Otras oportunidades de vacunación

- Busque [vacunas.gov](https://www.vacunas.gov) para el calendario de vacunación de la ciudad
- Regístrese para la entrega a domicilio en chicago.gov/athome
- Envíe un mensaje de texto con su código postal al 438829

Desde octubre de 2021, más del 59% de los residentes de la ciudad de Chicago han sido vacunados. Chicago ha puesto los datos [vacunación disponibles en su sitio web](#), y ABC News tiene un rastreador de [vacunación](#) que muestra el número de personas vacunadas por código postal de Chicago en su sitio web. Además, WBEZ está [rastreado el número de vacunación de niños](#) de 12 a 17 años de seis condados del área metropolitana de Chicago, por código postal. CPS también está siguiendo de cerca el porcentaje de vacunación de su personal y estudiantes y la información se comparte en una infografía disponible en su sitio [web](#). A partir del 19 de octubre del 2021, el 89% del personal total de CPS ha sido vacunado contra COVID-19, y el 94% de maestros.

Lo que los padres y cuidadores deben saber

Como padre o cuidador, una de las mejores maneras de proteger a sus hijos y a su familia es vacunándose usted mismo. También puede alentar a todos los miembros elegibles de su hogar a vacunarse.

Actualmente, la vacuna de Pfizer está autorizada para su uso en niños de 5 a 15 años. [Los expertos creen](#) que los beneficios de vacunarse contra covid-19 superan los riesgos. Aunque el COVID-19 en los niños suele ser más leve que en los adultos, algunos niños pueden enfermarse gravemente, experimentar complicaciones o tener síntomas duraderos. Los niños pueden transmitir el virus a otras personas si están infectados, incluso sin síntomas. La vacuna COVID-19 protege contra el daño no solo al niño, sino también a las otras personas con las que el niño esté en contacto y que puedan ser más vulnerables.

Más sobre la vacunación en niños de 5 a 11 años

Los CDC recomienda que los niños y adolescentes de 5 años o más reciban la vacuna COVID-19. La vacuna Pfizer COVID-19 está autorizada para niños y adolescentes de 5 años en adelante, como una serie de 2 dosis tomadas con 3 semanas de diferencia. La dosis para niños de 5 a 11 años es un tercio de la dosis de la vacuna para adolescentes mayores y adultos.

La vacunación es la mejor manera de proteger a los niños de 5 años en adelante del COVID-19. Mientras los niños y adolescentes generalmente tienen un riesgo menor que los adultos de enfermarse gravemente u hospitalizarse por COVID-19, aún es posible. De hecho, decenas de miles de niños y adolescentes han sido hospitalizados con COVID-19..

La vacuna es segura y eficaz. Antes de ser autorizada para niños, los científicos y expertos médicos completaron su revisión de datos de seguridad y eficacia de los ensayos clínicos de miles de niños. La vacuna Pfizer COVID-19 se probó y revisó rigurosamente, y más de 11 millones de adolescentes de 12 a 17 años ya han recibido la vacuna COVID-19 de manera segura.

Uso de mascarilla/cubreboquita/tapaboca

Covid-19 se propaga principalmente a través de gotitas respiratorias y aerosoles más pequeños, que se transmiten a través del aire cuando las personas respiran, hablan, tosen o estornudan. Las mascarillas/cubreboquitas pueden mitigar la propagación de gotitas y aerosoles más pequeños. Esto se llama "control de la fuente". Las mascarillas/cubreboquitas ayudan a proteger contra COVID-19, tanto a los que usan la mascarilla como a las personas con las que esté en contacto. El uso de cubreboquitas en los interiores debe ser el pilar de la prevención de infecciones de cualquier escuela durante el año escolar 2021-22.

Lo que dicen los expertos

En mayo del 2021, los CDC actualizaron su declaración sobre la [transmisión de COVID-19](#) para reflejar que el virus se transmite principalmente a través de las gotitas respiratorias. Es por lo mismo que las mascarillas/cubreboquitas son una medida clave para mitigar la propagación de COVID-19, sobre todo en las personas no vacunadas, incluso las menores de 12 años que no son elegibles para la vacuna. La variante Delta se propaga más fácil y rápidamente que otras variantes del virus, especialmente en los interiores abarrotados y mal ventilados, y se propaga más fácil en las personas no vacunadas, como en los niños que aún no son elegibles para la vacuna, y que corren el mayor riesgo.

Los CDC recomiendan el uso universal de cubreboquitas en interiores para todos los maestros, personal, estudiantes y visitantes de las escuelas K-12, independientemente del estado de vacunación. Si bien las mascarillas/cubreboquitas generalmente no se requieren al aire libre, los CDC recomiendan que en las zonas con un alto número de casos [de COVID-19](#), las personas deben usar una mascarilla/cubreboquita en entornos al aire libre abarrotados y para las actividades donde hay contacto cercano con otras personas que no estén completamente vacunadas. Un importante estudio publicado en Proceedings of the National Academy of Sciences encontró que otras medidas de mitigación, como el distanciamiento físico y el lavado de manos, son "insuficientes por sí mismas" para frenar la pandemia sin el uso de mascarillas/cubreboquitas.

Para destacar aún más lo eficaz que son las mascarillas para mitigar la propagación del COVID, los CDC actualizaron la definición de proximidad y duración. Los CDC indica que están exentos del protocolo de rastreo de contactos los estudiantes de K-12 que estuvieron de tres a seis pies de distancia durante un total de 15 minutos o más en un periodo de 24 horas y que *usaban mascarillas/cubreboquitas bien ajustados de manera correcta y constante durante todo el tiempo*. Esto indica que los expertos están de acuerdo en que las mascarillas sirven para reducir la propagación de COVID-19.

Lo que dice CPS

CPS requiere el uso obligatorio de mascarillas/cubreboquitas en los interiores de las escuelas para todos los estudiantes mayores de dos años y el personal, aún si están vacunados, y también el estado de Illinois requiere que se [usen mascarillas/cubreboquitas dentro de todas las escuelas de](#) Illinois. Esto significa que incluso si un estudiante o miembro del personal es mayor de 12 años y ha sido vacunado, aún se le pedirá que use una mascarilla mientras está en el interior de la propiedad de CPS, incluso mientras participa en actividades atléticas y extracurriculares.

Las mascarillas/cubreboquitas se pueden quitar por las siguientes razones mientras estén en el plantel:

- Al comer o beber.
- Cuando está al aire libre y se puede mantener el distanciamiento físico de al menos tres pies/un metro.
- Para tocar un instrumento musical al aire libre con al menos seis pies de distanciamiento físico en su lugar.
- Mientras los niños están durmiendo la siesta (con un adulto cercano para asegurarse de que ningún niño abandone su área designada sin volver a ponerse el cubreboquita).
- Solo para el personal: Mientras está solo en un aula u oficina con la puerta cerrada.

Lo que los padres y cuidadores deben saber

Su estudiante usará una mascarilla/cubreboquita para ir a la escuela durante el año escolar 2021-22. Todos los maestros, el personal y los estudiantes en el edificio deberán portar mascarilla mientras estén en el interior de la escuela. Para asegurar que la mascarilla sea efectiva para reducir la propagación de COVID-19, Ud. proveerá las mascarillas/cubreboquitas efectivos, educará a sus estudiantes sobre cómo usarlas adecuadamente y cómo cuidar las mascarillas. El protector facial no se considera un sustituto adecuado.

Las mascarillas/cubre bocas deben usarse correctamente para que sean efectivas. Esto significa usar mascarillas/cubre bocas que:

- Tengan dos o más capas de tela lavable y transpirable.
- Tapen completamente la nariz y la boca.
- Se ajusten bien a la cara (y debajo de la barbilla en los niños) sin huecos a los lados.
- Tengan un cable nasal para evitar que el aire se escape de la parte superior de la máscara.

El uso de una mascarilla no eleva el nivel de dióxido de carbono (CO₂) en el aire que respira. Las mascarillas/cubre bocas de tela y las mascarillas quirúrgicas no proporcionan un ajuste hermético en toda la cara. El CO₂ se escapa al aire a través de la máscara cuando exhala o habla. Las moléculas de CO₂ son lo suficientemente pequeñas como para pasar fácilmente a través del material de la mascarilla. En cambio, las gotitas respiratorias que transportan el virus que causa la COVID-19 son mucho más grandes que el CO₂, por lo que no pueden pasar tan fácilmente a través de un cubreboca correctamente diseñado y usado adecuadamente.

Las mascarillas/cubre bocas no desechables deben lavarse tan pronto como se ensucien, al menos todos los días. Los padres deben enviar una mascarilla/cubre bocas adicional a la escuela por sí la que está usando el estudiante se ensucia o se moja. Puede lavar su mascarilla a mano con agua tibia y jabón o detergente para la ropa, o en la lavadora con su ropa habitual. Si tiene una mascarilla desechable, tírela después de usarla una vez. Siempre lávese las [manos](#) después de manipular o tocar una mascarilla usada. Como padre o cuidador, puede ayudar a desempeñar un papel importante en el fomento del uso adecuado de mascarillas/cubre bocas y el cuidado de las mascarillas/cubre bocas con su propio estudiante y dentro del aula de su estudiante.

Algunas preguntas que puede hacerle a los líderes de su escuela:

- ¿Qué pasa si la mascarilla de mi estudiante no se puede usar? ¿Será fácil conseguir una en la escuela?
- ¿Qué pasa si otros estudiantes en la clase de no están usando sus mascarillas/cubre bocas correctamente?
- ¿Qué pasa si el maestro de mi estudiante se quita la mascarilla o no la usa correctamente? ¿Cómo se manejará eso?

Circulación de aire

La circulación del aire, también conocida como ventilación, es una parte clave del control de infecciones por COVID-19. Más ventilación (movimiento del aire) y una mejor filtración (limpieza del aire) pueden reducir la cantidad de partículas en el aire que permanecen cuando una persona infectada tose o exhala. Es de [15 a 20 veces](#) más probable que una infección llevada por el aire se transmita en los interiores que al aire libre. Debido a que el virus se propaga a través de gotitas que pueden permanecer en el aire, es importante que todos los edificios proporcionen la mejor ventilación y circulación de aire posible. Esto filtra el aire infectado y mantiene el aire fresco y puro dentro de los interiores. Inyectar más "aire fresco" a un espacio reduce el riesgo de que alguien respire aire contaminado con suficiente virus para infectarse.

Lo que dicen los expertos

Para mejorar la calidad del aire interior en las escuelas, los expertos recomiendan de cuatro a seis cambios de aire por hora (ACH) para las aulas a través de una combinación de estrategias como inyectar más aire fresco del exterior, filtrar el aire interior, complementar la ventilación y utilizar dispositivos de limpieza del aire. Todo el aire recirculado debe pasar a través de un filtro de alta eficiencia (aquellos clasificados MERV 13 o superior). Los filtros deben inspeccionarse para asegurar que estén instalados correctamente y se ajusten de igual manera. Las ventanas deben mantenerse abiertas siempre que sea posible y los edificios deben usar ventilación mecánica para inyectar aire del exterior. Las escuelas deben mantener el sistema de ventilación funcionando incluso fuera del horario escolar normal (cuando el personal de limpieza está allí, actividades extracurriculares, llegada / salida).

Lo que dice CPS

CPS declara en su sitio web que cumple con las normas 55 y 62.1 de las [Directrices de la Sociedad Estadounidense de Ingenieros de calefacción, refrigeración y Aire Acondicionado para edificios escolares](#) que son normas relacionados con la temperatura, el dióxido de carbono y la humedad relativa y las partículas en el aire interior. Sin embargo, no está claro qué estándar está usando CPS para determinar si un edificio o salón de la escuela es aceptable para su ocupación. Las aulas de CPS ahora deben tener ventanas que se abran y cierren o un sistema de ventilación para diluir las partículas de aire, que puedan tener virus o bacterias, y permitir que el aire salga del aula. Este [video explica las medidas de ventilación de CPS](#). No todos los edificios de CPS tienen sistemas de ventilación mecánica y esos edificios dependerán de filtros HEPA y ventanas abiertas.

En agosto CPS contrató especialistas ambientales para probar la calidad del aire interior de sus edificios y los resultados se pueden encontrar en la parte inferior de la página web de [CPS sobre la calidad del aire](#). Sin embargo, parece que muchas de estas pruebas se realizaron durante el verano, cuando el edificio no estaba completamente ocupado. Eso parecería no ser una indicación confiable de la tasa de intercambio de aire. CPS también invirtió en purificadores de aire HEPA para las aulas, que pueden filtrar el 99.99% de moho, bacterias y virus en el aire. CPS también dice que se le puede pedir al director que organice una prueba de calidad del aire para espacios específicos dentro de sus escuelas.

Lo que los padres y cuidadores deben saber

CPS ha mejorado la ventilación en los inmuebles para ayudar a limitar la propagación de COVID-19. Sin embargo, conociendo lo importante que es la ventilación y la calidad del aire para limitar la propagación de COVID-19, es posible que Ud. quiera conocer más detalles sobre el protocolo para monitorear la calidad del aire y los sistemas de ventilación. Algunas preguntas que puede preguntar a los líderes de su escuela:

- ¿Cómo se monitoreará la calidad del aire y con qué frecuencia?
- ¿Estaba el edificio de la escuela completamente ocupado cuando se realizaron las pruebas? Si no es así, ¿Se hicieron ajustes a los cálculos para tener en cuenta una ocupación inferior a la completa?
- ¿CPS tiene planes de volver a hacer la prueba de ventilación en los edificios escolares?
- ¿Las ventanas de las aulas estarán y permanecerán abiertas? ¿Hay preocupaciones sobre la incomodidad a medida que se acerca el invierno?
- ¿Tiene la escuela ventiladores en las ventanas para promover la circulación?
- ¿Cuántas aulas dependen de filtros HEPA y una ventana abierta?
- ¿El salón de clases de mi estudiante tiene un purificador de aire HEPA? Si no es así, ¿Qué sistema de ventilación tiene?
- ¿Qué sucederá en caso de que fallen los sistemas de ventilación?

- ¿Con qué frecuencia se realizará el mantenimiento o se revisarán los sistemas de ventilación y los purificadores de aire portátiles para asegurarse de que funcionen correctamente? ¿De quién es esta responsabilidad?
- ¿Qué sucederá en el invierno si hay una ventana, pero no hay sistema de ventilación mecánico?
- ¿Se está utilizando el filtro de aire del tamaño adecuado para limpiar adecuadamente el aire en cada aula?
- ¿Se están utilizando filtros MERV-13 o de mejor calidad en el sistema HVAC del edificio?
- Si solicito una prueba de la calidad del aire de un espacio específico dentro del edificio, ¿informarán los resultados al público?

Pruebas, rastreo de contactos y cuarentena

Otros elementos clave de una estrategia de prevención estratificada para las escuelas son pruebas de detección para identificar rápidamente los casos, los grupos y los brotes, así como el rastreo de contagiados, junto con protocolos de aislamiento y cuarentena que siguen las pautas de salud pública. Según los CDC, al menos el 50% de las infecciones probablemente se contraen de alguien que es asintomático (sin síntomas) o presintomático (actualmente no muestra síntomas, pero puede desarrollarlos en el futuro.) Un programa de pruebas de detección de rutina, que evalúa regularmente a las personas sin síntomas o exposiciones conocidas, es una medida crucial para reducir la propagación "silenciosa" del virus y puede proteger a los estudiantes, maestros y personal.

Lo que dicen los expertos

Los CDC recomiendan pruebas de detección para identificar a las personas con y sin síntomas para prevenir la transmisión. Sugiere que los distritos escolares realicen pruebas aleatorias al 10% del cuerpo estudiantil. Las [pruebas de detección](#) pueden ser más valiosas en zonas con niveles de transmisión comunitaria sustanciales o elevados, tanto en áreas con bajos índices de vacunación y en las escuelas donde no se implementan otras estrategias de prevención. Además, las escuelas deben continuar colaborando con los departamentos de salud estatales y locales en los programas de rastreo de contactos.

Los CDC recomiendan ahora que las personas totalmente vacunadas que tengan una exposición conocida con alguien con COVID-19 presunta o confirmada se hagan la prueba de cinco a siete días después de la exposición, aun si no tienen síntomas. Los contactos cercanos totalmente vacunados no necesitan ponerse en cuarentena después de una exposición; siempre que sean asintomáticos, pueden asistir a la escuela y participar en otras actividades. Sin embargo, deben usar una mascarilla en cualquier entorno público en los interiores durante 14 días o hasta que reciban un resultado negativo en la prueba.

Los CDC recomiendan que las personas contagiadas cercanas que no estén completamente vacunadas sean remitidas para las pruebas de COVID-19. Independientemente del resultado, deben permanecer en cuarentena en casa durante 14 días después de la exposición. Si la prueba inicial es negativa, el CDC recomienda volver a realizar la prueba 5-7 días después de la fecha de su última exposición conocida y continuar en cuarentena durante los 14 días completos. Si hay una prueba positiva, notifique inmediatamente a la escuela para que la escuela pueda realizar cualquier rastreo de contactos necesario. Cuando se combina con un resultado negativo de la prueba, la cuarentena se puede acortar a 10 días, según los CDC y el Departamento de Salud Pública de Chicago (CDPH) [si también](#):

- La escuela mantiene seis pies/dos metros de distanciamiento y se usan mascarillas en las aulas.
- Se obtiene una prueba negativa entre los días siete y nueve y se proporciona documentación a la escuela. Esta prueba debe ser una prueba PCR, no una prueba de antígeno, que es menos sensible.

Mascarillas/cubrebocas y cuarentena: Es importante tener en cuenta que los CDC han actualizado recientemente su guía que indica que los estudiantes de K-12 que estén de tres a seis pies de un estudiante infectado si ambos estudiantes usaron cubreboca no necesitan ponerse en cuarentena después de la exposición.

Encuentre una lista de [sitios de prueba de COVID pediátricos aquí](#).

Lo que dice CPS

Familias pasarán por una lista [de verificación](#) diaria en casa antes de venir a la escuela utilizando las preguntas de detección de salud de CPS, que estarán disponibles en www.cps.edu. Nada se enviara electrónicamente; sin embargo, se les pedirá a los padres que firmen un formulario cuatro veces al año. Si un niño da positivo por COVID-19, el distrito pide a las familias que informen a CPS en cps.edu/COVIDresults.

CPS ofrece preguntas frecuentes para padres y cuidadores en su [sitio web de pruebas COVID](#).

Cada escuela designará un cuarto como sala [de atención](#) para los estudiantes enfermos o sintomáticos y se les proporcionará la supervisión adecuada. Los estudiantes permanecerán en la sala de cuidado hasta que sus padres o tutores los recojan.

Los padres y cuidadores ahora tienen la oportunidad de inscribir voluntariamente a sus estudiantes para que participen en un programa de evaluación semanal proporcionado por el distrito escolar. Actualmente, solo 23,720 estudiantes, o aproximadamente el 7% del cuerpo estudiantil del distrito, han optado por las pruebas semanales voluntarias. Puede inscribirse para participar en el programa de [pruebas CPS en línea ahora](#).

CPS ha adoptado procedimientos constantes y protocolos de notificación comunitaria desarrollados por CDPH para responder a cualquier caso confirmado de COVID-19. [Esta infografía](#) explica más sobre el rastreo de contactos en CPS.

CPS y los funcionarios de la ciudad acortaron el período de cuarentena de Chicago para los estudiantes no vacunados de 14 a 10 días después de que los casos se mantuvieran bajos entre los niños en edad escolar. La decisión de acortar el período de cuarentena se produjo cuando el distrito agregó más lugares a su programa de pruebas COVID y los padres se quejaron de los largos períodos de ausencia escolar. El CEO Martinez espera reducir aún más los días de cuarentena si los casos siguen siendo bajos. Los estudiantes en cuarentena recibirán servicios educativos que pueden incluir aprendizaje remoto. Solo los estudiantes que están oficialmente obligados a ponerse en cuarentena por el CDPH son elegibles para el aprendizaje remoto. CPS dice que los estudiantes en cuarentena deben recibir instrucción remota dirigida por maestros durante al menos el 25% de su tiempo, y el resto del día debe dedicarlo a trabajar en tareas de forma independiente. El proceso para impartir instrucción remota variará según la escuela

CPS seguirá el protocolo de viajes [descrito en este documento](#).

El distrito actualiza su [rastreador COVID cada](#) miércoles. Estos datos, incluyen recuentos de todos los casos y contactos cercanos desde que comenzaron las clases el 30 de agosto, pero no incluyen las escuelas "chárter." Hay algunas dudas sobre lo preciso y fácil de entender los datos publicados por este rastreador. En todo el distrito, se han reportado retrasos en la comunicación con los padres y cuidadores con respecto al rastreo de contactos debido a la falta de capacidad a nivel del distrito. Debido a la falta de capacidad para rastrear contactos, es difícil determinar quién es un contacto directo.

Hasta la fecha, el distrito ha visto seis brotes, que involucran tres o cuatro casos relacionados. Anteriormente, los CDC recomendaron que dos casos asociados con una escuela constituyen un brote. La nueva recomendación nacional que está adoptando Illinois define un brote escolar como (1) casos múltiples que comprenden al menos el 10% de los estudiantes, maestros o personal dentro de un grupo central o (2) al menos tres casos dentro de un grupo central específico. Un grupo central significa solo aquellas personas que estuvieron juntas durante un período de exposición. Por ejemplo, esto podría limitarse a un salón de clases, un equipo deportivo, cuidado antes o después de la escuela, artes escénicas u otros grupos y probablemente no se aplique a toda la población escolar.

Lo que los padres y cuidadores deben saber

Se entiende que los padres y cuidadores puedan tener preguntas sobre las políticas de pruebas, cuarentena y rastreo de contactos para el ciclo escolar 2021-22. Algunas preguntas que puede hacer a los líderes de su escuela:

- ¿Pueden proporcionar más detalles sobre su programa de detección de pruebas para los estudiantes y el personal?
- ¿Cuándo habrá contratado CPS un equipo completo de rastreadores de contactos para respaldar la demanda?
- ¿Qué pasa si el maestro de mi estudiante da positivo? ¿Quién impartirá la clase?

- ¿Pueden proveer más detalles sobre la instrucción a distancia que se proporcionará durante la cuarentena estudiantil?
- ¿Cuál será la definición de CPS de un contacto cercano?
- ¿Necesitaría mi estudiante ponerse en cuarentena y por cuánto tiempo?
- ¿Cuáles son las pautas que la escuela utilizará para determinar si necesita cerrar?
- ¿Modificará el distrito escolar las políticas de ausentismo debido a la cuarentena? ¿Qué tal las ausencias sin cuarentena, por ejemplo, cuando los estudiantes tienen que quedarse en casa cuando presentan síntomas de resfriado?

Distanciamiento físico

Mantener la distancia entre individuos reduce la transmisión del COVID-19 porque se disminuye la exposición a gotitas infecciosas. El distanciamiento físico debe fomentarse siempre y cuando sea posible dentro del edificio escolar.

Lo que dicen los expertos

Todas las escuelas deben asegurarse de que se mantenga la distancia física dentro y fuera del aula siempre que sea posible. Para reducir el riesgo de transmisión los CDC basándose en [los estudios](#) del ciclo escolar [2020-2021](#), recomiendan que las escuelas mantengan al menos un metro/tres pies de distancia física entre los estudiantes dentro de las aulas, y que se usen mascarillas/cubre bocas en los interiores. Los maestros y administradores deben optimizar la distancia de los estudiantes tanto como sea posible. Las estrategias como la distribución de los escritorios en el aula, el escalonamiento de la pausa para ir al baño, o de los tiempos de transición de las clases, y la eliminación del uso de los casilleros (lockers) pueden ayudar en el distanciamiento físico. Los CDC recomiendan escalonar los horarios de las comidas para permitir el distanciamiento al comer.

La cohorte (pods) es otra táctica recomendada por los expertos en salud pública para el distanciamiento físico. La cohorte (pods) significa mantener a las personas juntas en un grupo pequeño y hacer que cada grupo permanezca junto durante todo un día, incluso durante las clases especializadas. La cohorte se puede utilizar para limitar el número de estudiantes, maestros y personal que entren en contacto entre sí, especialmente cuando es difícil mantener el distanciamiento físico, como entre los niños pequeños, sobre todo en zonas con índices de transmisión de moderado a alto. Puede ser útil que los maestros especializados roten entre las aulas en lugar de que los estudiantes se muevan entre las aulas. Los CDC no recomiendan poner en grupos separados a las personas que están totalmente vacunadas o a las personas que no están totalmente vacunadas.

Lo que dice CPS

Donde el horario académico lo permita, los estudiantes y educadores de la escuela primaria se reunirán en grupos de aula estables para limitar la exposición a otros estudiantes, permitir el distanciamiento físico en las aulas y apoyar el rastreo de contactos.

Las comidas diarias se servirán con un modelo híbrido, lo que significa que los estudiantes comerán en la cafetería a veces y en sus aulas en otras ocasiones, según lo que sea mejor para cada escuela.

Lo que los padres y cuidadores deben saber

CPS ha abordado el distanciamiento físico para el ciclo escolar 2021-22. Sin embargo, la logística de seguir el distanciamiento físico durante la jornada escolar puede ser difícil para los maestros y líderes escolares. Algunas preguntas que puede hacer a los líderes de su escuela incluyen:

- ¿Cómo será el diseño del aula y cuánta distancia habrá entre los estudiantes dentro de un aula?
- ¿Cuál es el plan para asegurar que se mantenga el distanciamiento físico durante los descansos para usar el baño y los tiempos de transición?
- A la hora de las comidas, ¿con quién estará el estudiante? ¿Se utilizan tablas de acomodo de asientos a la hora de las comidas?

Limpieza

Lo que se conoce de COVID-19 y las medidas de mitigar la propagación de la infección han cambiado en el último año y medio. Al principio, las escuelas se centraron en la desinfección frecuente y la "limpieza profunda". Ahora se reconoce en general que el riesgo de transmisión del COVID-19 en las superficies es bajo, y algunas de las medidas de desinfección y limpieza ya no son necesarias en las escuelas.

Lo que dicen los expertos

Los CDC dicen que, en la mayoría de las situaciones, el riesgo de [infección con COVID-19 al tocar una superficie es bajo](#). Los CDC recomiendan que la medida más fiable de prevenir la infección de las superficies es lavarse las manos regularmente o usar desinfectante para manos. Los CDC también recomiendan la limpieza de superficies y objetos de alto contacto dentro de la escuela y en los autobuses escolares por lo menos una vez al día o después de cada uso tanto como sea posible.

Las [Pautas para la limpieza y desinfección de COVID-19](#) de escuelas y universidades saludables y verdes (una asociación entre Healthy Schools Campaign y Green Seal) ofrecen las mejores prácticas para mejorar la limpieza y desinfección, que incluyen:

- Prestar atención especialmente a las superficies más tocadas, como las manijas de las puertas, los teclados, los interruptores de luz, las llaves del agua de los lavabos y los botones del ascensor.
- Los productos utilizados para desinfectar deben figurar en la lista de productos desinfectantes seguros y recomendados de la EPA para su uso contra COVID-19.
- Los productos de limpieza pueden contaminar el aire, por lo que la limpieza profunda debe realizarse fuera del horario escolar normal y se debe tener cuidado y abrir las ventanas o mantener un alto índice de ventilación para proteger al personal y a los estudiantes.
- No se le debe pedir a los estudiantes ni al personal sin la capacitación adecuada que usen toallitas desinfectantes.

La Agencia de Protección Ambiental (EPA) publicó una lista de desinfectantes que son efectivos contra el COVID-19, llamada [Lista N](#). Muchos de los productos de la Lista N contienen ingredientes dañinos. Healthy Green Schools & Colleges recomienda que las escuelas elijan desinfectantes de la lista N que solo contengan ingredientes más seguros, como peróxido de hidrógeno, ácido cítrico, ácido láctico o alcohol isopropílico.

El lavado de manos es un elemento clave para prevenir la propagación de la infección. Todo el personal de la escuela y los estudiantes deben practicar el lavado de manos y la etiqueta respiratoria (cubrirse al toser y al estornudar) para evitar contraer y propagar enfermedades infecciosas, incluso el COVID-19. Las escuelas deben monitorear y reforzar estos hábitos y tener disponibles provisiones adecuadas para lavarse las manos.

Si el lavado de manos no es posible, se debe usar desinfectante de manos que contenga al menos un 60% de alcohol. Los desinfectantes de manos deben almacenarse, lejos y fuera de la vista de los niños pequeños y un adulto debe supervisar su uso en los niños menores de seis años.

Lo que dice CPS

CPS ha contratado a 400 conserjes para asegurar que se pueda realizar una mayor limpieza. CPS también ha comprado nuevos equipos y productos, incluidos rociadores de calidad hospitalaria para cada edificio, toallitas desinfectantes y dispensadores de desinfectante / jabón para manos. CPS está utilizando desinfectantes de la [Lista N de](#) la EPA, que es una lista de productos que son efectivos contra COVID-19. Si un estudiante presenta síntomas en un aula, [CPS ha emitido un guía](#) que pide a los maestros y a los estudiantes retirar todos los artículos de sus escritorios, abrir las ventanas y reubicarse en un espacio temporal mientras los conserjes desinfectan todas las superficies del aula.

Lo que los padres y cuidadores deben saber

CPS ha invertido bastante en la actualización de sus equipos y productos de limpieza. Sin embargo, ahora se conoce más sobre el bajo riesgo de transmisión de COVID-19 de las superficies y el daño que puede causar el uso excesivo de desinfectantes, es posible que los padres y cuidadores quieran preguntar más sobre los equipos y los productos.

Será importante asegurarse de que los estudiantes jóvenes no estén demasiado expuestos a los desinfectantes de calidad hospitalaria, y nunca se les debe pedir que usen desinfectantes ellos mismos. Algunas preguntas que puede hacer a los líderes de su escuela incluyen:

- ¿Habrá tiempo para lavarse las manos en la jornada escolar?
- ¿El desinfectante de manos estará disponible en las áreas de transición durante todo el día?
- ¿Se le pedirá a mi estudiante que limpie usando toallitas desinfectantes?
- ¿Se les pedirá a los maestros que usen pulverizadores desinfectantes?
- ¿Se capacitará a los maestros sobre el uso adecuado de los desinfectantes y se les proporcionará el EPP adecuado?
- ¿Cuándo y con qué frecuencia se rociará el desinfectante de calidad hospitalario en la superficie que usa mi estudiante en las aulas? ¿En la superficie donde estén comiendo?
- ¿Cuál es el desinfectante de calidad hospitalario que usará el distrito escolar?
- ¿Cuál es el ingrediente activo de su desinfectante de calidad hospitalario y cuáles son los riesgos de exposición?

Utilización de espacios al aire libre

El riesgo de contraer el coronavirus disminuye al aire libre. Utilizar o reutilizar espacios abiertos es una forma de reducir la carga en las aulas interiores al tiempo que proporciona aire fresco, oportunidades de aprendizaje práctico y los beneficios para la salud asociados a un mayor acceso a la naturaleza. Además, el recreo es una parte importante del día escolar para los estudiantes de todas las edades. El acceso al tiempo libre sin estructura y que se lleve a cabo al aire libre debe incorporarse con la frecuencia que permita el programa académico. Las escuelas pueden desarrollar estrategias para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19 a fin de permitir el uso continuo de equipos fijos (estructuras de juego) y equipos portátiles.

Lo que dicen los expertos

Las investigaciones muestran que las reuniones al aire libre reducen el riesgo porque el viento dispersa las gotas virales y los rayos del sol pueden matar parte del virus. Los espacios al aire libre evitan que el virus se acumule en cantidades concentradas y se inhale, lo que puede suceder en los interiores cuando las personas infectadas exhalan en un espacio cerrado durante largo tiempo.

Del pre-Kínder hasta la secundaria, el uso de los espacios abiertos es una estrategia de alta prioridad para aquellos estudiantes que regresan a las escuelas que utilizan medidas de distanciamiento físico. Esta orientación también se aplica a las comidas. Es importante hacer hincapié en el lavado de manos antes y después del aprendizaje al aire libre, y coordinar las estrategias de distanciamiento físico para salir y regresar al edificio.

Las áreas al aire libre, incluido el equipo de juegos infantiles, requieren limpieza normal, pero no desinfección. Las superficies de alto contacto hechas de plástico o metal, como barras de agarre y barandillas, requieren limpieza de rutina. No se recomienda la limpieza y desinfección de superficies de madera (estructuras de juego, bancos, mesas) o sustratos (mantillo, arena).

Los horarios escalonados de recreo, las estrategias para el distanciamiento físico y el aumento del lavado de manos son elementos para un recreo más seguro en las escuelas. Los horarios de recreo deben escalonarse para que los estudiantes de diferentes clases puedan permanecer separados, pero tener un uso completo del patio de la escuela durante el recreo. Las escuelas pueden permitir que los estudiantes de la misma clase jueguen juntos o fomentar el distanciamiento físico durante el recreo. La supervisión debe aumentarse para limitar los comportamientos de alto riesgo, como los deportes de contacto. Las escuelas pueden aumentar la cantidad de equipo portátil disponible (por ejemplo, pelotas, aros de hoola) o permitir que los estudiantes escojan su propio equipo para limitar la cantidad de equipo portátil que se comparta.

El uso de las mascarillas/cubrebocas se puede usar durante el recreo al aire libre. Cuando se puede mantener el distanciamiento físico, el recreo al aire libre puede ser un momento óptimo para que los estudiantes más jóvenes descansen de sus cubrebocas.

Lo que dice CPS

CPS recomienda que todas las clases de educación física se impartan al aire libre cuando sea posible. Cuando no sea posible, CPS llevará a cabo la educación física en los interiores con tres pies de distanciamiento, con mascarillas/cubrebocas y un con bajo nivel de intensidad. Las clases de música instrumental y las actividades de enriquecimiento, tanto durante el horario escolar o después, deben llevarse a cabo al aire libre o en el espacio más grande disponible y con las ventanas abiertas, según lo permita el clima, la salud y la seguridad. Las actuaciones y los eventos deben llevarse a cabo al aire libre cuando sea posible, y se debe respetar el distanciamiento físico.

Los parques infantiles de CPS siguen el ejemplo de las pautas del Distrito de Parques de Chicago con respecto a los equipos de juego. Los patios de recreo no se limpiarán ni se desinfectarán y se espera que los estudiantes y el personal mantengan la distancia mientras estén en el patio de recreo, que se laven las manos antes y después de jugar y que usen mascarillas/cubrebocas. Illinois aprobó recientemente una ley que requiere 30 minutos de recreo para los grados K-5, y la [política de recreo de](#) CPS requiere que:

- Las escuelas primarias y secundarias proporcionen un mínimo de 30 minutos de recreo diario
- El recreo debe tener lugar antes del almuerzo
- El recreo no debe ser retenido como castigo

Lo que los padres y cuidadores deben saber

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

- ¿Se piensa utilizar el aire libre para el aprendizaje?
- ¿Mi estudiante tendrá la opción de almorzar al aire libre?
- ¿Qué espacios de la escuela se pueden usar de manera segura para aprender al aire libre?
- ¿Mi hijo tendrá tiempo de recreo al aire libre durante el día escolar? ¿Con qué frecuencia y por cuánto tiempo?
- ¿Quién supervisará el recreo?
- ¿Se exigirán mascarillas/cubrebocas cuando los niños jueguen durante el recreo?
- ¿Qué se hará durante el recreo si el clima no permite estar afuera?
- ¿Qué otros grupos de estudiantes y personal estarán en el recreo con la clase de mi hijo, y cómo se separarán?
¿Quién se encargará de supervisar esto?
- ¿Los espacios al aire libre (aparte del equipo de juego) permanecerán disponibles para su uso después del horario escolar?
- ¿Cuál es el plan para la transición segura de los estudiantes del aula al patio de la escuela u otro lugar de recreo?

Muchos estudiantes que regresan a la escuela para el ciclo 2021-22, no han estado en un aula durante el último año y medio. Para asegurar un regreso seguro y saludable a la educación presencial, la escuela debe abordar la salud social y emocional e incorporarla a la jornada escolar, especialmente cuando los estudiantes se enfrentan a tantos problemas a su alrededor. La pandemia y el cambio dramático en las rutinas han sido traumáticos para muchos estudiantes.

Lo que dicen los expertos

Abordar la salud mental y el trauma requiere un esfuerzo coordinado en toda la escuela. Será importante que las escuelas se den cuenta de que no todas las comunidades han experimentado la pandemia de la misma manera. Las comunidades afroamericanas, latinas, indígenas estadounidenses y otros grupos marginados se han visto afectados de manera desproporcionada por la pandemia debido a los impactos del racismo sistémico de larga data en los sectores de salud, educación, vivienda y el sistema de justicia (entre otros).

Es importante tener en cuenta que el Plan Americano de Rescate [proporciona](#) recursos para que las escuelas puedan disponer de consejeros y servicios de salud mental para abordar los traumas que los niños han enfrentado y se pueda crear una base sólida para su éxito académico - sobre todo para aquellos niños en comunidades desproporcionadamente afectadas por la pandemia.

Algunas recomendaciones adicionales de los expertos en la materia:

- Los currículos de aprendizaje social y emocional (SEL) de alta calidad pueden ser una gran fuente para fomentar las relaciones y enseñar importantes estrategias de afrontamiento.
- Las escuelas deben implementar intervenciones basadas en la evidencia y específicas para el trauma.
- Las escuelas deben establecer actividades constantes a lo largo del día para promover el ambiente comunitario, como las reuniones matutinas, el desarrollo profesional orientado al trauma, la discusión abierta de nuevos estresores ambientales y el desarrollo de habilidades socioemocionales.
- Las escuelas deben identificar un proceso claro y constante para identificar y apoyar a las personas que necesiten apoyo y servicios adicionales de salud mental.
- Las escuelas deben asegurarse de que todo el personal sepa cómo remitir a los estudiantes a los servicios de salud mental.
- Para las escuelas con profesionales de salud mental, es importante que todo el personal de la escuela conozca el proceso para remitir a los estudiantes.
- Las escuelas que carecen de profesionales de salud mental deben establecer relaciones con proveedores de salud mental de la comunidad y desarrollar un sistema para remitirlos.
- Las escuelas pueden aprovechar la telesalud para mantener los servicios de salud mental mientras brindan educación a distancia.
- Es especialmente importante proporcionar tratamiento apropiado cultural y lingüístico a los estudiantes y sus familias.
- Las escuelas también deben prestar atención a las necesidades de salud mental del personal escolar. Dados estos factores de estrés adicionales, las escuelas deben ofrecer recursos al personal que apoyen su propio bienestar, especialmente en relación con el trauma.

La [evaluación de la resiliencia en entornos escolares \(RISE\)](#) mide lo bien que la escuela está creando un entorno de aprendizaje seguro y de apoyo. El aprendizaje socioemocional (SEL) en el aula suele implicar el cultivo de un ambiente cálido y de apoyo en el aula. El aula de su estudiante debe fomentar un entorno de aprendizaje seguro y de apoyo con relaciones sólidas entre el personal y los estudiantes. Los maestros y el personal deben usar estrategias de enseñanza informadas por SEL, enseñar y modelar explícitamente las habilidades sociales y emocionales y brindar oportunidades para practicar las habilidades de SEL en las lecciones académicas y en situaciones sociales.

Recursos SEL de la Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL):

- [SEL en Hogares y Comunidades](#)
- [SEL en la Escuela](#)

Lo que dice CPS

CPS ha anunciado su programa [Adelante Juntos](#), que se centrará en las necesidades sociales y emocionales de los estudiantes. CPS ha prometido [invertir \\$24 millones en los próximos tres años](#) en servicios de salud mental que aborden el trauma estudiantil. Parte de este dinero ya se ha gastado en ampliar la formación de los profesores en un plan de estudios informados sobre el trauma.

CPS creó un esbozo "[Healing Centered Framework](#)" que se enfoca en la participación de la comunidad y ha implementado un Proceso de Certificación de Escuelas de Apoyo. CPS también ha puesto a disposición del personal, de los estudiantes y de las familias algunos recursos informados sobre el trauma, como su guía "[Empezar con el Corazón](#)", el enlace incluye muchas estrategias de aula que se utilizarán en las primeras semanas del ciclo escolar para ayudar a los estudiantes a reflexionar sobre el año pasado y abordar este año con atención e intención.

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

Lo que los padres y cuidadores deben saber

El Proceso de Certificación de Escuelas de Apoyo es el reconocimiento que CPS otorga a las escuelas que tengan como prioridad la creación de entornos escolares de apoyo y la promoción de una cultura escolar positiva. El proceso involucra a equipos de personal, estudiantes, familias y miembros de la comunidad. Para averiguar si la escuela de su hijo se considera una escuela segura y de apoyo, vea si tiene la insignia de Certificación de Escuela de Apoyo en su informe de progreso escolar. Encuentre la página de perfil de su escuela [aquí](#).

Su papel como padre o cuidador será continuar utilizando estos recursos y asegurarse de que la escuela se mantenga vigilante para proporcionar el apoyo social y emocional necesario para su hijo. Algunas preguntas que debe hacer a los líderes de su escuela:

- ¿Con quién se puede comunicar mi familia para apoyo emocional y social adicional?
- ¿Cómo trabajará nuestra escuela para fomentar un entorno que no excluya a los estudiantes y al personal por un diagnóstico de COVID-19?
- ¿Mi escuela está implementando prácticas de justicia restaurativa que ayudan a los estudiantes a procesar, aprender y crecer a partir de encuentros desafiantes?
- ¿CPS proporcionará apoyo social y emocional a los maestros y al personal?
- ¿Cómo incorpora mi escuela [SEL y salud y bienestar](#) en sus planes para mejorar la escuela?
- ¿Mi escuela tiene la Certificación de Escuelas de Apoyo? Si no, ¿por qué no?
- ¿Ha revisado nuestra escuela la [evaluación de Resiliencia en Entornos Escolares \(RISE\)](#) para evaluar lo bien que la escuela está creando entornos de aprendizaje seguros y de apoyo?

Lidiar con la desinformación en su comunidad

Muchas personas en todo el país han estado expuestas a la desinformación. Esto ha resultado en confusión y que las personas rechacen las vacunas COVID-19 y las mascarillas/cubrebocas y otras medidas de salud pública. Desafortunadamente, esta desinformación se ha convertido en una amenaza a la salud pública. El Cirujano General de los Estados Unidos ha emitido el Aviso de [Enfrentando la desinformación de salud](#) sobre la amenaza urgente de la desinformación de salud y las vacunas COVID-19. En este aviso, el Cirujano General de los Estados Unidos, Vivek Murthy, declara:

"La desinformación sobre la salud es una grave amenaza para la salud pública. Puede causar confusión, sembrar desconfianza, dañar la salud de las personas y socavar los esfuerzos de salud pública. Limitar la propagación de información errónea sobre la salud es un imperativo moral y cívico que requerirá un esfuerzo de toda la sociedad".

Algunas cosas que pueden hacer los padres y cuidadores para limitar la propagación de información errónea sobre la salud en su comunidad:

- **Aprenda a identificar y evitar compartir información errónea sobre la salud.** Esto incluye en sus feeds de redes sociales y chats de grupo. Verifique la exactitud antes de compartir un artículo o publicación compruébelo con fuentes creíbles.
- **Involucre a sus amigos y familiares.** Si algún ser querido ha sido mal informado, trate de comprenderlo. Haga preguntas y escuche antes de emitir un juicio. Los CDC tienen un documento útil, [Mitos y hechos sobre las vacunas COVID-19](#), para ayudarlo a responder directamente a algunos de los mitos comunes que circulan entre el público. [Este artículo](#) también incluye consejos sobre cómo tener estas conversaciones.
- **Mantenga la calma y no juzgue cuando se involucre.** Es importante mantener la calma y la paciencia cuando se habla de la vacuna contra el COVID-19 y la información de salud pública con amigos y familiares. Al establecer un terreno común y un punto de vista empático, es posible que pueda proporcionar fuentes y explicaciones alternativas.
- **Asóciese con su comunidad.** Como padre o cuidador de un alumno de CPS, puede trabajar con los líderes de su escuela, asociaciones de padres y maestros y los líderes comunitarios de confianza, como profesionales de la salud o maestros de salud, para organizar reuniones informativas que hablen sobre los datos de la vacuna COVID-19.

Es importante comprender los hechos sobre la vacuna COVID-19 para niños. Hable con su pediatra o con una fuente de confianza para obtener las respuestas correctas a sus preguntas para que pueda tomar una decisión adecuada. [Este artículo](#) desmiente 10 mitos sobre la vacuna COVID-19 y los niños.