



Hoja de consejos: Cómo reducir los riesgos del COVID-19 en los módulos de aprendizaje

REVISADO el 9 de septiembre de 2020

El Departamento de Salud Pública de San Francisco elaboró esta hoja de consejos para que la usen los participantes de los módulos de aprendizaje y se publicará en www.sfcdcp.org. Esta hoja de consejos puede cambiar a medida que se actualice la información.

AUDIENCIA: Padres y cuidadores que consideren participar o que participen en los módulos de aprendizaje.

ANTECEDENTES: El Departamento de Salud Pública de San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) se preocupa por usted y queremos cuidar de usted, de su familia y de su comunidad en medio de la pandemia del COVID-19.

El SFDPH reconoce que los padres y los cuidadores están haciendo todo lo posible durante este momento difícil y que algunos están creando módulos de aprendizaje para sus hijos. Al mismo tiempo, San Francisco está experimentando un aumento de la transmisión local del COVID-19 y necesitamos su ayuda para mantener a la comunidad segura. Revise los datos de transmisión actuales en: [San Francisco COVID-19 Data Tracker \(Registro de datos sobre COVID-19 de San Francisco\)](https://data.sfgov.org), data.sfgov.org

Los módulos de aprendizaje, también conocidos como “módulos de la pandemia”, “cohortes de aprendizaje” o “microescuelas”, se refieren a las reuniones en persona de niños o jóvenes de diferentes hogares con uno o más profesores adultos, tutores, padres o cuidadores con el fin de recibir o facilitar la instrucción educativa.

Las pequeñas reuniones al aire libre son aceptables siempre y cuando se mantenga el distanciamiento social de 6 pies y se usen cubiertas faciales. **Las reuniones en interiores con personas que no viven con usted representan un riesgo mucho mayor de transmisión del COVID-19 para usted y su familia.** Obtenga más información en www.sfdph.org/directives. Las nanas, las niñeras y los tutores que prestan servicios al interior de los hogares deben usar cubiertas faciales en todo momento y practicar el distanciamiento social en la medida de lo posible.

Esta hoja de consejos le brinda información y recursos para ayudarle a evaluar los riesgos de unirse a un módulo de aprendizaje y le proporciona una guía para reducir los riesgos si elige participar.

Riesgo de las interacciones sociales con personas que no viven con usted:

¿En el exterior o interior?	En el exterior		En el interior	
	¿Mantenerse a 6 pies de distancia o usar cubierta facial?	AMBOS: Mantenerse a 6 pies de distancia con cubierta facial	UNO O NINGUNO: Mantenerse a menos de 6 pies o sin cubierta facial	AMBOS: Mantenerse a 6 pies de distancia con cubierta facial
¿El riesgo es menor?	SÍ	UN POCO		NO
Comentarios	Cuando se reúna con	Limite la reunión a	Las reuniones en interiores con	



personas que no vivan con usted, el grupo deberá ser de menos de 12 personas.

seis personas si la comida involucra a personas que no viven con usted.

personas que no viven con usted tienen un riesgo mucho mayor de transmisión del COVID-19 para usted y su comunidad.

Menor riesgo

Mayor riesgo



Consideraciones importantes

Las reuniones en interiores con personas que no viven con usted son de **mayor** riesgo que las reuniones al aire libre.

La transmisión de persona a persona a través de pequeñas gotas respiratorias en ambientes interiores, concurridos o mal ventilados con personas de otros hogares contribuye al aumento actual de la transmisión en la comunidad. Uno de los riesgos de los módulos de aprendizaje es que las personas con frecuencia pasan por alto que los miembros del módulo que no son de la familia son fuentes potenciales de infección. Como resultado, los participantes de los módulos de aprendizaje y sus familias pueden ser menos exigentes con respecto a las cubiertas faciales u olvidar mantener el distanciamiento social de 6 pies. Las horas de descanso, para comer y de salida y llegada son periodos de mayor riesgo debido a la convivencia social.

Consejos para reducir el riesgo

Si elige participar en un módulo de aprendizaje, hay medidas que puede tomar para reducir el riesgo de transmisión del COVID-19 en su módulo y comunidad. Los padres y cuidadores también deben revisar y seguir la guía del SFPDH sobre “Out of School Time Programs” (los programas fuera del horario escolar) en <http://sfcdcp.org/covidschoolschildcare>.

Los miembros del módulo de aprendizaje deben reconocer los síntomas del COVID-19

- Las familias deben revisar la guía del SFPDH sobre la [detección de síntomas \(incluida la guía para niños\)](#), la información sobre [las pruebas](#) y las instrucciones para [el aislamiento y la cuarentena](#). La detección de los síntomas puede ayudar a reducir el riesgo de infección.
- Los participantes de un módulo de aprendizaje deben hacer un plan en caso de que algún estudiante o adulto desarrolle síntomas, dé positivo al COVID-19 y pueda necesitar vigilancia.
- Las investigaciones preliminares sugieren que a pesar de que los niños más pequeños tienen menos probabilidades de desarrollar una enfermedad grave por el COVID-19, es posible que los niños más grandes y adolescentes desarrollen una enfermedad grave similar a la de los adultos.

Minimice el riesgo de transmisión de adulto a adulto

Al reducir el número de adultos en el módulo de aprendizaje se minimiza el riesgo para el módulo y la comunidad.



- Mantener a los adultos y estudiantes en el mismo grupo reduce su riesgo de exposición al disminuir el número de personas con las que entran en contacto cada día.
- Rotar a los grupos de adultos en un módulo, como hacer que varios padres se turnen para enseñar, es más riesgoso que reducir las interacciones entre los adultos.

Mantenga un grupo estable de participantes en su módulo de aprendizaje

- Limite la cantidad de visitantes externos para mantener al módulo estable y evitar introducir el COVID-19 en el módulo.
- La participación en módulos de aprendizaje múltiples y separados u otros programas para niños o jóvenes aumentará el riesgo de transmisión.

Elija un lugar apropiado para su módulo de aprendizaje

Los espacios al aire libre tienen un riesgo mucho menor. Si su módulo de aprendizaje debe reunirse en el interior, asegúrese de que sea en un área bien ventilada, de preferencia con las ventanas o puertas abiertas si es seguro hacerlo. El movimiento del aire ayuda a “diluir” las partículas respiratorias potencialmente infecciosas en el aire. Se puede considerar el uso de purificadores de aire portátiles, pero los usuarios deben asegurarse de que los dispositivos tengan el tamaño y la posición adecuados para el espacio en específico. Se deben evitar las salas “mal ventiladas” que no tengan ventanas, como los sótanos.

- Evalúe el entorno físico del módulo de aprendizaje para garantizar que se pueda practicar el distanciamiento social de 6 pies. Evite aglomeraciones en espacios pequeños, como los baños, las cocinas y los pasillos.
- Separe de manera física la reunión del módulo de aprendizaje tanto como sea posible de las demás personas del hogar, especialmente de aquellas que pertenecen a los grupos vulnerables. Estas personas deben considerar la posibilidad de abandonar el espacio interior por completo hasta que la reunión haya terminado. Consulte <https://sfcdcp.org/vulnerable>.

Cubiertas faciales y distanciamiento social

- Como no siempre es posible mantener el distanciamiento social, especialmente entre los niños más pequeños, se debe dar prioridad a mantener una distancia de 6 pies entre los adultos y niños.
- Todos los adultos y los niños de tercer grado en adelante deben usar mascarillas o cubrebocas sobre la nariz y la boca en todo momento. Esto incluye a los miembros de la familia y cuidadores que dejan o recogen a los niños.
- Se recomienda encarecidamente que los niños de entre dos años y segundo grado usen cubiertas faciales.
- El uso de protectores faciales, además de cubiertas faciales y barreras de plástico transparente pueden ayudar a reducir el riesgo de transmisión a través de pequeñas gotas entre las personas. Los protectores faciales y las barreras de plástico transparente no deben sustituir el uso de cubiertas faciales.



Minimice el riesgo de ciertas actividades

- Comer juntos presenta un riesgo especialmente alto de transmisión del COVID-19 porque las personas deben quitarse las mascarillas para comer y beber. Comer al aire libre y con distanciamiento social puede ayudar a reducir este riesgo. En la medida de lo posible, los jóvenes y los adultos deben volver a usar las mascarillas mientras no estén comiendo o bebiendo de manera activa (especialmente al hablar durante la comida) para reducir el riesgo.
- Evite el canto grupal y el uso de instrumentos de viento. Estas actividades implican un mayor riesgo de transmisión del COVID-19 debido al mayor número de pequeñas gotas respiratorias que se producen.
- El ejercicio es una oportunidad de mayor riesgo para el contagio debido a la posibilidad de contacto cercano y el aumento de la respiración. Para obtener orientación sobre los deportes, consulte la sección de deportes juveniles de la “*Preliminary Guidance for Out of School Time Programs*” (Guía preliminar para los programas fuera del horario escolar), en <https://sfcdcp.org/covidschoolschildcare>.
- Puede minimizar el riesgo asociado con el traslado al lugar del módulo de aprendizaje al elegir caminar, ir en bicicleta o conducir en un solo coche. Si usa el transporte público, manténgase a 6 pies de distancia de otras personas tanto como pueda, use cubierta facial en todo momento y lávese las manos o use un desinfectante de manos tan pronto como le sea posible al llegar al módulo de aprendizaje. Evite compartir el automóvil fuera del módulo de aprendizaje.

Desinfección y limpieza

- Todos los miembros del módulo de aprendizaje deben lavarse o desinfectarse las manos frecuentemente con jabón o desinfectante para manos a base de alcohol.
- Evite compartir dispositivos electrónicos, equipos deportivos, ropa, libros, juegos, materiales de arte, manipulables, ayudas de aprendizaje y otros materiales de alto contacto cuando sea posible.
- Limpie y desinfecte los suministros y equipos compartidos. Los desinfectantes domésticos comunes se pueden usar para matar el coronavirus en superficies de alto contacto como las perillas de las puertas, las superficies de los baños, etc.
- Para obtener más información sobre la limpieza: <http://sfcdcp.org/covidcleaning>

¿Qué pasa si alguien en el módulo de aprendizaje tiene síntomas o da positivo al COVID-19?

Si alguien desarrolla algún síntoma de enfermedad mientras participa en el módulo de aprendizaje, debe irse a casa, llamar a su proveedor de atención médica, hacerse la prueba y aislarse conforme con las instrucciones en <https://www.sfcdcp.org/i&q>.

Los padres deben revisar los documentos “COVID-19 Health Checks at Programs for Children and Youth” (Controles de salud del COVID-19 en programas para niños y jóvenes) y “For Parents and Guardians: COVID-19 Health Checks for Children and Youth/ If Your Child Has Symptoms” (Para padres y tutores: controles de salud para el COVID-19 para niños y jóvenes/si su hijo tiene

Considere mantener un registro de los participantes y visitantes de su módulo de aprendizaje para ayudar a realizar un seguimiento de los contactos en caso de que alguien dé positivo al COVID-19.



síntomas) en <https://sfcdcp.org/covidschoolschildcare>.

Si alguien da positivo al COVID-19, entonces sus “contactos cercanos” deben estar en cuarentena durante 14 días. Un “contacto cercano” es cualquier persona que haya estado más de 15 minutos a menos de 6 pies de distancia del caso positivo. **Es muy posible que todo el módulo de aprendizaje deba estar en cuarentena durante 14 días si alguien en el módulo de aprendizaje da positivo.**

Consulte la [Guidance for Isolation & Quarantine](https://www.sfcdcp.org/i&q) (Guía para el aislamiento y la cuarentena) en <https://www.sfcdcp.org/i&q>. Trabaje en colaboración con el SFPDH, ya que nos enfocamos en limitar la propagación del COVID-19.

Recursos

Recursos útiles sobre el COVID-19 para consultar con frecuencia:

- [San Francisco Department of Public Health \(SFPDH\) COVID-19 Guidance \(Guía del Departamento de Salud Pública de San Francisco \[SFPDH\] sobre el COVID-19\): www.sfcdcp.org/covid19](https://www.sfcdcp.org/covid19)
- [City and County of San Francisco COVID-19 Information \(Información sobre el COVID-19 de la ciudad y el condado de San Francisco\): sf.gov/covid](https://sf.gov/covid)

El Departamento de Salud Pública de San Francisco agradece su ayuda para mantenerse a salvo usted, a su familia y a su comunidad en medio de la crisis del COVID-19.