

Regreso a la escuela durante el COVID-19

Un gran interrogante que tienen los padres de familia en este momento es cómo los estudiantes pueden regresar con seguridad a la escuela durante el COVID-19. La más reciente recomendación de la American Academy of Pediatrics (AAP) dice que los niños aprenden más cuando están en la escuela. Sin embargo, para volver a la escuela en persona se deben establecer ciertas medidas para mantener seguros a los estudiantes y al personal.

Lo ideal sería que los líderes locales, [expertos en salud pública](#), educadores y padres de familia puedan trabajar junto para decidir cómo y cuándo iniciar la reapertura de las escuelas. Estas decisiones deberán tener en cuenta la propagación del COVID-19 en la comunidad, así como si las escuelas pueden hacer que el aprendizaje en persona sea seguro. Las escuelas y las familias también deben estar preparadas para revertir al aprendizaje por internet si los casos del COVID aumentan en la comunidad.

Por qué deben los estudiantes regresar a la escuela de forma segura

Las directrices de la AAP están basadas en lo que los pediatras y especialistas en enfermedades infecciosas saben sobre el COVID-19 y los niños. Hasta ahora la evidencia sugiere que los niños y los adolescentes son menos propensos a tener síntomas o enfermarse de gravedad de la infección. También parece que son menos propensos a infectarse o a propagar el virus.

Las escuelas brindan más que estudios académicos a los niños y a los adolescentes. Además de lectura, escritura y matemáticas, los niños aprenden habilidades sociales y emocionales, hacen ejercicio y tienen acceso a servicios de ayuda para la salud mental y otras cosas que no se pueden ofrecer por medio del aprendizaje en internet. Para muchas familias, la escuela es donde los niños reciben alimentos saludables, tienen acceso al internet y otros servicios vitales.

Lo que las escuelas pueden hacer

Cómo mantener a las escuelas seguras durante la reapertura:

- ✓ Limpiar y desinfectar superficies de uso frecuente
- ✓ ¡Lavarse las manos!
- ✓ Pupitres de 1 a 2 metros de distancia
- ✓ Menos estudiantes en el salón de clases
- ✓ Maestros cambian de salón, no los estudiantes
- ✓ Almorzar en los pupitres
- ✓ Usar **espacios al aire libre** cuando es posible
- ✓ **Mascarillas** para adultos y niños mayores
- ✓ Flexibilidad para volver al modo virtual **si aumenta el virus**



Para mantenerse seguros, existen algunas medidas que las escuelas deben tomar para ayudar a prevenir la propagación del [COVID-19](#). Las siguientes son algunas de ellas:

Distanciamiento físico. La meta debe ser permanecer por lo menos a 6 pies (2 metros) de distancia para ayudar a prevenir la propagación del virus que causa el COVID-19. Sin embargo, separar los pupitres (escritorios) por lo menos a 3 pies (1 metro) de distancia y evitar contacto cercano pueden tener casi los mismos resultados, especialmente si los estudiantes usan cubiertas de tela para la cara y no tienen síntomas de enfermedad.

Los maestros y el personal, que probablemente corren mayor riesgo de contagiarse del COVID-19 de otros adultos que de los niños en la escuela, deben mantenerse a una distancia de 6 pies (2 metros) entre sí

y de los estudiantes lo más posible. Los profesores y el personal también deben usar cubiertas de tela para la cara y deben limitar reuniones en persona con otros adultos.

En lo posible, debe hacerse uso de espacios exteriores para la instrucción y las comidas. Los estudiantes también deben disponer de suficiente espacio para mantenerse a distancia durante el ejercicio y otras actividades como el canto/coros.

Cubiertas de tela para cara e higiene de las manos. [Lavarse las manos](#) con frecuencia con agua y jabón es importante para todos. Además, todos los adultos deben usar [cubiertas de tela para la cara](#). A los estudiantes de preescolar y de primaria les puede servir usar mascarillas si no se tocan mucho la boca y la nariz. Los estudiantes de escuela media/secundaria deben usar mascarillas o tapabocas, especialmente si no pueden mantenerse a una distancia sana.

Cambios de salón de clases. Para ayudar a limitar el contacto fuera del salón de clases, las escuelas pueden:

- Hacer que los profesores/maestros cambien de salones de clases, en lugar de que los estudiantes se congreguen en los pasillos entre periodos/clases.
- Dejar que los estudiantes almuercen en los pupitres o en grupos pequeños al aire libre en lugar de comedores abarrotados/concurridos.
- Dejar las puertas de los salones de clases abiertas para ayudar a evitar el uso de las perillas y superficies de alto contacto.

Chequeo de temperatura y pruebas. Hacer [pruebas del COVID-19](#) a todos los estudiantes puede no ser posible en la mayoría de las escuelas. Tomarle la temperatura a los estudiantes en la escuela no siempre es posible. Las escuelas deben establecer maneras para identificar a los estudiantes que tengan fiebre u otros síntomas de enfermedad. También pueden recordarles a los estudiantes, profesores y personal que se queden en casa si tienen fiebre de más de 100,4 grados Fahrenheit (38 grados Celsius) o algún síntoma de enfermedad.

Limpieza y desinfección. Las escuelas deben estar preparadas para cumplir con las pautas de los [CDC](#) para limpiar y desinfectar de forma correcta los salones de clases y las áreas comunes.

Autobuses, vestíbulos/pasillos, comidas y patios de recreo

Debido a que estos son lugares muy concurridos, las escuelas pueden:

- Designar asientos a los que viajan en bus y pedirles que usen cubiertas de tela para la cara en el autobús. Las escuelas deben recomendar a los estudiantes que pueden llegar a las escuelas por otros medios a que tomen esas opciones.
- Marcar los pasillos y escaleras con flechas en el piso que indiquen el sentido/dirección para caminar para disminuir las aglomeraciones en los pasillos.
- Se deben exhortar las actividades al aire libre, así que se les debe permitir a los estudiantes el uso del patio de recreo en grupos pequeños.

Otras consideraciones

Además de hacer planes para mantener a los estudiantes seguros, hay otros factores que las comunidades escolares deben tener en cuenta:

Presión para ponerse al día. Puede que los estudiantes no hayan logrado tanto del aprendizaje a distancia. Algunos estudiantes pudieron no haber tenido acceso a una computadora y al internet. Las escuelas deben estar preparadas a modificar el currículo y no esperar recuperar el progreso perdido. Es importante equilibrar las materias básicas con la educación física y otras experiencias de aprendizaje.

Estudiantes con discapacidades. El impacto del cierre de las escuelas puede haber sido mayor para los estudiantes con discapacidades. También podrían tener dificultades para hacer la transición al regreso a la escuela después de no haber tenido instrucción y servicios que recibían en las escuelas, tales como terapia ocupacional y física y [terapias de lenguaje](#), así como asesoramiento para la salud mental. La AAP recomienda examinar las necesidades de cada niño a través de un Programa Educativo Individual antes de regresar a la escuela y brindar servicios incluso si tienen que hacerse de forma virtual.

Inmunizaciones. Es importante que a medida que los estudiantes retornan a la escuela que se pongan al día con sus vacunas. Será de vital importancia que este año los estudiantes y el personal reciban la vacuna contra la influenza para reducir la propagación de la influenza (gripe) este otoño e invierno. [Su pediatra está disponible](#) ahora para cerciorarse de que su niño está listo para la escuela.

Exámenes. Si su niño participa en actividades extracurriculares (después de la escuela), tales como deportes o grupos musicales (orquesta), hable con su pediatra para ver si necesita un [examen de reconocimiento médico deportivo](#). Algunas de las [visitas claves del control del niño sano](#) también son importantes.

Salud del comportamiento/apoyo emocional. La escuela de su niño debe anticipar y estar preparada para tratar una amplia gama de necesidades de salud física y mental de los estudiantes y del personal. Las escuelas deben ofrecer servicios de salud mental para cualquier estudiante que esté teniendo dificultades por el [estrés relacionado con la pandemia](#) e identificar a los estudiantes que tienen síntomas de ansiedad o de agitación/angustia. Las escuelas también deben ayudar a los estudiantes que tienen pensamientos o comportamientos [suicidas](#) a recibir el apoyo que necesitan.

Nutrición. Muchos estudiantes reciben comidas saludables por medio de los programas de alimentación de la escuela. Más estudiantes que antes de la pandemia podrían cumplir con los requisitos para recibir alimentos gratis o a precios reducidos. Las escuelas deben proporcionar programas de alimentos incluso si la escuela cierra o el estudiante se enferma y se queda en casa y no va a la escuela.

Estudiantes con mayor riesgo. Aunque las políticas del COVID-19 de la escuela pueden ayudar a reducir el riesgo, no lo eliminan por completo. Incluso cuando se toman medidas de seguridad, algunos estudiantes con [enfermedades médicas](#) de alto riesgo tendrían que continuar con el aprendizaje a distancia o hacer otros arreglos. Hable con su pediatra y el personal de la escuela (incluyendo a las enfermeras de la escuela) para determinar si su niño puede volver a la escuela de forma segura.

Recuerde

Volver a la escuela durante la pandemia del COVID-19 podría no sentirse normal, por lo menos por algún tiempo. Pero tener planes establecidos para la seguridad, y cerciorarse de que las escuelas cuentan con los recursos necesarios, puede ayudar a mantener seguros a los estudiantes, el personal de la escuela y las familias.

Información adicional:

- [¿Los niños pueden contraer el COVID-19?](#)
- [¿Es seguro enviar a mi niño a la guardería durante el COVID-19?](#)
- [¿Puedo ver al pediatra durante el COVID-19?](#)
- [Antes del regreso a la escuela no olvide hacer una cita con el médico](#)
- [Qué puede hacer si a su niño le está yendo mal en la escuela](#)

Última actualización 8/12/2020

Fuente American Academy of Pediatrics (Copyright © 2020)

La información contenida en este sitio web no debe usarse como sustituto al consejo y cuidado médico de su pediatra. Puede haber muchas variaciones en el tratamiento que su pediatra podría recomendar basado en hechos y circunstancias individuales.