



Cuidando la salud de los escolares

FOTO:AP

Seguridad en la escuela durante la pandemia del COVID-19

SALUD
WASHINGTON HISPANIC

Las nuevas vacunas contra el COVID-19 dan esperanza a las familias de que las actividades de la vida diaria, incluyendo a la escuela, pueden volver a la normalidad.

Todas las escuelas deben tener como meta el aprendizaje presencial, que es la forma como los niños aprenden mejor.

Esto requiere que colaboren con los funcionarios de salud pública para mantener la propagación del virus bajo control.

Y luego, si es posible, abrir nuevamente las escuelas para el aprendizaje presencial; tomar medidas de seguridad graduales puede ayudar a mantener a los estudiantes, los profesores y el personal seguros.

Por qué la enseñanza presencial es mejor, cuando es seguro

hacerlo

Las escuelas brindan más que estudios académicos a los niños y los adolescentes.

Además de lectura, escritura y matemáticas, los estudiantes aprenden habilidades sociales y emocionales, hacen ejercicio y tienen acceso a servicios de ayuda para la salud mental y otros servicios que no se pueden ofrecer por medio del aprendizaje en internet.

Para muchos niños y adolescentes, las escuelas son lugares donde permanecen seguros mientras que los padres o tutores trabajan.

Lo que las escuelas pueden hacer

Para prevenir la propagación del SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19, hay varias medidas de seguridad que las escuelas pueden tomar.

Ninguna de ellas por sí sola eliminará por completo el riesgo del COVID-19, pero juntas pueden

ayudar a reducirlo considerablemente. A continuación, algunas de estas medidas:

Distanciamiento físico

La meta para los estudiantes y adultos es permanecer por lo menos a 6 pies (2 metros) de distancia. Sin embargo, separar los pupitres (escritorios) por lo menos a 3 pies (1 metro) de distancia y evitar contacto cercano pueden tener beneficios similares para los estudiantes más jóvenes, especialmente si usan cubiertas de tela para la cara y no tienen síntomas del COVID-19.

Los maestros y el personal deben mantenerse a una distancia entre sí y evitar áreas como los salones de profesores.

Cubiertas de tela para cara e higiene de las manos.

Todos los niños de 2 años en adelante y los adultos deben usar cubiertas de tela para la cara que cubran la nariz y la boca para frenar la propagación del virus.

Cuando se usan de manera correcta, las mascarillas son seguras de usar por largos periodos de tiempo como es el caso del día escolar. Además, lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón es importante para todos.

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

Pruebas de diagnóstico se recomiendan a aquellos que tienen síntomas del COVID-19, o que recientemente han entrado en contacto so sospechan de alguien expuesto al virus. 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.

Las escuelas deben recordarles con frecuencia 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.

QUE ESPERA PARA VACUNARSE

Los Beneficios de vacunarse contra el COVID-19

CDC
WH

Luego de recibir la vacuna completa Las personas que completaron su vacunación pueden empezar a hacer algunas cosas que habían dejado de hacer a causa de la pandemia, sin descuidar el protocolo básico lavarse las manos y usar mascarillas. Entendemos que algu-

nas personas pueden sentirse preocupadas acerca de vacunarse, ahora que las vacunas contra el COVID-19 están disponibles en los Estados Unidos. Si bien hay más vacunas contra el COVID-19 que se están desarrollando lo más rápido posible, siguen estando vigentes los procesos y procedimientos de rutina que garantizan la seguridad de cualquier vacuna que reciba autorización o aprobación de uso.

La seguridad es la principal prioridad, y hay muchos motivos para vacunarse.

¿La vacuna contra el COVID-19 puede hacer que contraiga el COVID-19?

No. Ninguna de las vacunas contra el COVID-19 contiene el virus vivo que causa el COVID-19, por lo que vacunarse contra el COVID-19 no puede hacer que contraiga el COVID-19. Datos acerca de las vacunas contra el COVID-19 El siguiente es un resumen de los beneficios de la vacuna contra el COVID-19 con base en la información disponible en la actualidad.

La vacunación contra el COVID-19 es la manera más segura de ayudar a generar protección

El COVID-19 puede acarrear complicaciones graves que ponen en riesgo la vida, y no hay forma de saber cómo lo afectará el COVID-19 a usted en particular. Además, si se enferma podría contagiar la enfermedad a amigos, familiares y a otras personas de su en-



FOTO:AP

torno.

Los ensayos clínicos de todas las vacunas primero deben demostrar que son seguras y efectivas antes de que se pueda autorizar o aprobar el uso de una vacuna específica, incluidas las vacunas contra el COVID-19.

Los beneficios conocidos y posibles de una vacuna contra el COVID-19 deben superar los riesgos conocidos y posibles de la vacuna para que se utilice en virtud de lo que se conoce como Autorización para Uso de Emergencia (EUA, por sus siglas en inglés).

Contagiarse COVID-19 podría generar algo de protección natural, conocida como inmunidad.

La evidencia actual sugiere que la reinfección por el virus que causa el COVID-19 es poco frecuente en los 90 días posteriores a la infección inicial.

Sin embargo, los expertos no saben con certeza cuánto tiempo dura esta

protección, y el riesgo de enfermarse gravemente y morir a causa del COVID-19 es mucho más alto que cualquier beneficio que pueda aportar la inmunidad natural.

Las vacunas contra el COVID-19 ayudarán a protegerlo al crear una respuesta de generación de anticuerpos (sistema inmunitario) sin que deba sufrir la enfermedad.

Tanto la inmunidad natural como la producida por una vacuna son aspectos importantes del COVID-19 que los expertos están buscando conocer en mayor profundidad, y los CDC mantendrán al público informado en la medida que haya más evidencia disponible.

Vacunarse contra el COVID-19 será una herramienta importante para ayudar a frenar la pandemia

Usar mascarillas y respetar el distanciamien-

to social son prácticas que ayudan a reducir la probabilidad de exposición al virus o de propagarlo a otras personas, pero estas medidas no son suficientes.

Las vacunas actuarán sobre su sistema inmunitario para que esté en condiciones de combatir el virus si se ve expuesto al mismo.

Vacunarse y seguir las recomendaciones de los CDC para protegerse y proteger a otras personas ofrecerán la mejor protección contra el COVID-19.

Detener una pandemia exige usar todas las herramientas a nuestra disposición.

En la medida que los expertos aprendan más acerca de cómo una vacuna contra el COVID-19 podría ayudar a reducir la propagación de la enfermedad en las comunidades, los CDC seguirán actualizando las recomendaciones con la última evidencia científica disponible para proteger a las comunidades.

TOTAL DENTAL CARE
Dentista Familiar y Cosmética
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS,
EXTRACCIONES, ROOT CANAL,
IMPLANTES, COSMETICA DENTAL,
TRATAMIENTO DE ENCIAS.

Abrimos hasta tarde
los sábados y domingos.

ORTODONCIA:
FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS
SERVICIO DE EMERGENCIAS
Aceptamos la mayoría de seguros
y Medicaid. Financiamiento a 12 meses
sin intereses con crédito aprobado.

703-256-1183
5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003

PACIENTES NUEVOS
Limpieza
\$60

Incluye: Exámen y consulta.
Chequeo del cancer bucal
4 Rayos X (bitewing)
Precio Regular \$200.
Sólo pago en efectivo.
No válido con seguro para terceros.

¡SU SALUD ES VALIOSA!

CLINICA
Proyecto
Salud
CLINIC

2424 Reddie Dr.
Suite 111
Silver Spring,
Maryland 20902

Proveedores de cuidados de salud

Teléfono:
301 962 6173

**¿D. SE SIENTE ASÍ
O SABÉ QUIÉN LO ESTÁ..?**

Emociones Anónimas
B.V. Arlington

3219 Columbia Pike Ste B1, Arlington VA
Teléfono: 571-451-7672
arlington@mbvna.org

Sesiones:
Lunes a Viernes
6:00 a 10:00 p.m.
Sábados y Domingos
11:00 a.m. a 3:00 p.m.

**AYUDA
GRATUITA**

www.neutoricosanonimosbv.org.mx