

ACCIONES DE SALUD, LIMPIEZA E HIGIENE PARA UN REGRESO SEGURO A LAS AULAS

El regreso a las aulas ante la situación sanitaria que hoy vivimos nos obliga a reorganizar la manera como funciona la escuela y tomar diversas medidas para evitar contagios. Para que el retorno a la escuela sea seguro, se deben realizar acciones como las que se describen en estas nueve intervenciones.

PRIMERA INTERVENCIÓN

Reactivar el funcionamiento de los Comités Participativos de Salud Escolar

Los Comités Participativos de Salud Escolar (CPSE) se integran por padres de familia y profesores de cada escuela. El número es variable y son coordinados por los directores de las escuelas. El CPSE establecerá el conjunto de medidas de higiene y limpieza para que todos en la escuela se mantengan saludables, se eviten contagios y las instalaciones se conserven limpias. Sus actividades serán las siguientes:



- a) Organizarse con los centros de salud locales para difundir información y dirigir acciones sanitarias.
- b) Coordinar cuatro acciones de limpieza de las instalaciones escolares, equipos, muebles y materiales didácticos en estas jornadas:
 - I. De limpieza y desinfección profunda de la escuela antes de que comiencen las clases, que se realizará con el apoyo de los padres de familia.

- II. De limpieza periódica de la escuela, que se llevará a cabo cada mes o dos meses como máximo.



- III. De limpieza diaria de la escuela, cuando los alumnos regresen a las aulas. Se deberán lavar las superficies, desinfectar pasamanos, barandales y manijas, mobiliario en general, impresoras, computadoras, teléfonos, etcétera.
- IV. De limpieza diaria del salón de clases antes de iniciar la jornada y cuando termine. También se mantendrá ventilado el salón, abriendo puertas y ventanas.

- c) Filtros de corresponsabilidad para detectar de manera oportuna síntomas de enfermedades respiratorias en la comunidad escolar. Se propone la existencia de tres filtros:

- I. Filtro de casa. Los padres o familiares verificarán a diario si los alumnos presentan alguno de estos síntomas:

- fiebre
- dolor de cabeza
- tos seca
- dolor de garganta
- secreción nasal abundante

Si un alumno tiene algún síntoma, deberá quedarse en casa y podrá regresar a la escuela hasta que hayan transcurrido catorce días a partir de la fecha en que haya pasado veinticuatro horas sin signos de enfermedad.



Si alguno de los familiares con los que conviva un estudiante es diagnosticado con COVID-19, este último deberá aislarse en casa por catorce días.

- II. Filtro escolar en la entrada del plantel. Se ubicará en cada acceso a la escuela y funcionará todos los días. Estará formado por miembros del CPSE que hayan sido capacitados. Deberá tener un termómetro, agua, jabón o alcohol en gel al 70%, material para mantenerse desinfectado, pañuelos desechables y un bote de basura con tapa; asimismo, tendrá reservado un espacio en la escuela para aislar a los estudiantes que presenten algún síntoma de enfermedad respiratoria.

En el filtro escolar se verificará todos los días que las personas que ingresan a la escuela no tengan síntomas de enfermedad respiratoria. Si alguien presenta alguno, deberá enviarse a algún servicio médico para que sea diagnosticado y se le dé el tratamiento adecuado.

- III. Filtro en el salón de clases. También identificará síntomas de enfermedades respiratorias en los alumnos y promoverá hábitos de higiene y salud como los siguientes:
 - Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente.
 - Alimentarse correctamente.
 - Tener hábitos de higiene personal.

- Evitar los cambios bruscos de temperatura.
- Mantener desinfectados el mobiliario y equipo escolar, así como los materiales didácticos y de trabajo.
- Utilizar solo los materiales y útiles escolares propios.
- Nunca compartir alimentos, bebidas, cubiertos, vasos, plumas, lápices, cuadernos y utensilios de higiene personal.
- Practicar el estornudo de etiqueta y cubrir la boca al toser con pañuelos desechables o papel higiénico. No escupir.
- Preparar los alimentos de manera higiénica.

SEGUNDA INTERVENCIÓN

Acceso al agua y jabón

La escuela deberá contar con los implementos necesarios para el lavado de manos: agua y jabón, toallas de tela limpias, que deberán lavarse todos los días, o de papel y recipientes de basura con tapa para depositar las toallas de papel.



TERCERA INTERVENCIÓN

Cuidado de maestras y maestros en grupos de riesgo

Aunque todos los docentes estarán vacunados para el inicio de clases, es necesario contar con medidas que permitan proteger y disminuir el riesgo en las personas vulnerables: mayores de 60 años, mujeres embarazadas, niños o maestros con enfermedades crónicas (diabetes *mellitus*, hipertensión, cáncer, etcétera), obesidad y sobrepeso.

CUARTA INTERVENCIÓN

Uso obligatorio de cubrebocas

Todos los miembros de la comunidad escolar, sin excepción, deberán portar cubrebocas desde que entran en la escuela hasta que salgan de ella; este cubrirá completamente la nariz y la boca, no hay que tocarlo mientras se porte y para ponérselo o quitárselo se deben lavar las manos antes. Si se usa uno desechable, se cambiará con frecuencia; si es de tela, se lavará a diario.



QUINTA INTERVENCIÓN

Sana distancia

Es muy importante que en la escuela se mantenga una sana distancia, de metro y medio, entre alumnos, profesores, directivos y cualquier persona que trabaje en la escuela. Para ello se sugieren estas recomendaciones:

- Evitar aglomeraciones a la entrada y la salida de la escuela.
- Establecer en la escuela, si es posible, horarios escalonados.
- Aumentar el espacio entre las bancas del salón, procurando que estén a metro y medio de distancia por los cuatro lados.
- Acudir a la escuela de manera alternada.
- Salir al recreo en horarios distintos para evitar aglomeraciones.
- Consumir, preferentemente, los alimentos en el salón de clases y en el lugar asignado.
- Lavarse las manos con agua y jabón antes de consumir alimentos.
- Limpiar el sitio donde se consuman alimentos antes y después de hacerlo.
- Nunca compartir alimentos o utensilios y tirar los restos de comida en la basura.



SEXTA INTERVENCIÓN

Maximizar el uso de espacios abiertos

Para utilizar de manera adecuada los espacios abiertos, como patios, pasillos, jardines, etcétera, se sugiere lo siguiente:

- Caminar en el sentido que se señale en los espacios comunes.
- Jugar o realizar actividades físicas en los lugares acondicionados para tal fin.
- En las clases de Educación Física, los alumnos efectuarán lo siguiente:
 - Lavarán sus manos antes y después de las actividades.
 - Evitarán el contacto físico.
 - Limpiarán los materiales didácticos que se utilicen, como pelotas, aros, conos, colchonetas, etcétera.



- Realizarán las actividades de manera individual o, si se permite, en pequeños grupos conservando una distancia de metro y medio.

SÉPTIMA INTERVENCIÓN

Suspensión de ceremonias o reuniones

Se suspenden en la escuela todas las ceremonias cívicas, conmemoraciones, festivales, reuniones escolares y formaciones de los estudiantes. Si es necesario realizar reuniones con los padres de familia, estas se efectuarán por medios electrónicos o en grupos reducidos en espacios abiertos respetando las medidas de protección y la sana distancia.



NOVENA INTERVENCIÓN

Apoyo socioemocional para docentes y estudiantes

Es muy importante que platique con los alumnos, en un ambiente de confianza y tranquilidad, sobre las emociones que tuvieron durante el tiempo que no asistieron a la escuela, por ejemplo, tristeza, miedo a que ellos o sus familiares se enfermaran, entre otras, con el propósito de que manifiesten sus emociones y no las escondan.

Pregunte a los estudiantes cómo se sienten de regresar a la escuela y las emociones que experimentan. Si detecta que tienen algún temor o preocupación de volver a la escuela, invítelos a que estén en calma, reconozcan sus emociones, generen autoconfianza y establezcan relaciones afectivas seguras.

Si algún escolar le comunica que tiene dolor de cabeza, dolor de estómago, vómitos o cambios en su estado de ánimo, de sueño o apetito, informe a sus padres que es conveniente que reciba atención de un especialista en salud mental.

OCTAVA INTERVENCIÓN

Detección temprana y escenarios de actuación ante algún caso de COVID-19

Si en un salón de clases hay un caso sospechoso de COVID-19, todo el grupo (maestro y alumnos) suspenderá de inmediato la asistencia a la escuela por los siguientes catorce días naturales y permanecerá en observación. Cuando haya dos salones con casos sospechosos o se confirme un caso de COVID-19 en alumnos, docentes, directivos o personal administrativo, se interrumpirá la asistencia a la escuela por catorce días naturales y toda la comunidad escolar estará en observación.

Si en esos catorce días alguna persona presenta síntomas, deberá recibir atención médica y notificar a las autoridades educativas el resultado del diagnóstico para determinar las medidas que se tomarán, como realizar clases a distancia.

