

## Preguntas frecuentes

### Información básica sobre la Enfermedad Coronavirus 2019 (COVID-19)

#### ¿Qué es un coronavirus?

Coronaviruses son una familia grande de virus que causan síntomas respiratorios tales como fiebre, tos y dificultad respiratoria. Similar a la gripe, estos virus se propagan por medio de toser o estornudar. El coronavirus que está generando inquietud por todo el mundo es la Enfermedad Coronavirus 2019 (COVID-19). Actualmente no existe una vacuna para COVID-19.

#### ¿Cuáles son los síntomas comunes de COVID-19?

Las personas que han sido diagnosticadas con COVID-19 han experimentado enfermedad respiratoria que varía de leve a severa. La mayoría de las enfermedades por todo el mundo han sido leves, con fiebre y tos. Un porcentaje mucho más pequeño de casos han sido severos y han envuelto neumonía, especialmente en personas mayores y personas con afecciones médicas subyacentes. Los siguientes [síntomas comúnmente reportados](#) pueden aparecer 2 a 14 días después de ser expuesto:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar

*Basado en directrices de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés)*

#### ¿Cómo se propaga el virus?

Los expertos de la salud todavía están aprendiendo los detalles. Actualmente se cree que se propaga:

- Entre las personas que tienen contacto cercano entre ellas (dentro de unos 6 pies de distancia).
- Mediante gotitas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda.
- Estas gotitas pueden llegar a la boca o la nariz de las personas que se encuentren cerca o posiblemente entrar a los pulmones al respirar.

*Basado en directrices de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)*

#### ¿Son más susceptibles los niños al virus que causa el COVID-19?

No, no existe evidencia que los niños sean más susceptibles. De hecho, la mayoría de los casos confirmados de COVID-19 han ocurrido en adultos. Sin embargo, sí se han reportado infecciones en niños, incluyendo niños muy pequeños.

Los niños deberían participar en las acciones preventivas usuales para evitar infección, incluyendo lavarse las manos a menudo con agua y jabón o desinfectante de manos a base de alcohol, evitando a personas que están enfermas y manteniéndose al día con las vacunas, incluyendo la vacuna de influenza.

*Basado en directrices de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)*

### **¿Qué si tengo una pregunta general sobre COVID-19?**

Si tiene una pregunta general sobre COVID-19, puede llamar la línea de ayuda del estado sin costo 1-877-462-2911.

### **¿Qué significa la declaración de Estado de Emergencia del Gobernador para el estado de Colorado?**

El gobernador Jared Polis declaró un estado de emergencia en respuesta a COVID-19 el martes, 10 de marzo. El gobernador indicó en su conferencia de prensa que al declarar un estado de emergencia esto no significa que Colorado no tiene sus puertas abiertas para negocios o recreación o turismo. Esto no debería causar ansiedad o pánico adicional. De hecho, debería ser lo opuesto. Esta declaración ayudará a asegurar que el estado tenga recursos disponibles para combatir COVID-19. Tiene el objetivo de proporcionar reafirmación que el estado está tomando todos los pasos razonables para contener la propagación del virus y proteger nuestras comunidades más vulnerables.

## **Cómo protegerse**

### **¿Qué puedo hacer para prevenir COVID-19?**

COVID-19 es una enfermedad respiratoria y [practicar buenos hábitos de higiene](#) es la mejor manera de mantenerse saludable y prevenir la propagación de enfermedad:

- Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- [Cúbrase al toser o estornudar](#) con un pañuelo o toser o estornudar cubriéndose con el brazo y no sus manos.
- [Lávese las manos](#) a menudo con agua y jabón por al menos 20 segundos o usar un desinfectante a base de alcohol con una concentración de por lo menos 60 por ciento.
- Evite tocarse los ojos, nariz y boca sin lavarse las manos.
- Limpie y desinfecte objetos y superficies que se tocan con frecuencia.
- Quédese en casa si está enfermo.

### **Mi hijo se siente ansioso sobre COVID-19. ¿Tiene recursos para saber cómo hablar con él sobre el virus?**

Es natural estar preocupado o ansioso sobre un nuevo virus. No olvide, los niños ven hacia los adultos para guía sobre cómo reaccionar ante eventos estresantes. La ansiedad de los niños puede subir si los padres parecen demasiado preocupados. Los padres deberían asegurarles a los niños que los oficiales escolares y de salud están trabajando duro para asegurar que las personas en el país se mantengan saludables.

Enseñarles a los niños medidas preventivas, hablar con ellos sobre sus temores y darles un sentido de control sobre su riesgo de infección puede ayudar a reducir la ansiedad.

La [Asociación Nacional de Psicólogos Escolares tiene directrices específicas y pautas para conversar para las familias](#) al tener conversaciones sobre COVID-19 con sus hijos.

- Permanezca calmado y tranquilo
- Manténgase disponible
- Evite acusar
- Monitoree la televisión y las redes sociales
- Al grado posible, mantenga una rutina normal
- Sea honesto y exacto

- Repase y modele prácticas de higiene básica y estilo de vida saludable para su protección

## Preguntas relacionadas a la escuela

### ¿Está preparado el Distrito Five Star para la posibilidad de enfermedad generalizada?

El distrito escolar tiene un plan en caso de pandemia que se está repasando internamente y en colaboración con nuestros socios locales y estatales de la salud pública. Este plan incluye respuestas a ausencias significativas de personal, cierres escolares u otras circunstancias que afectan nuestra habilidad de operar las escuelas de forma normal.

Estamos esperanzados de que no tendremos que implementar este plan, pero estamos preparados para hacerlo para apoyar la salud y seguridad de nuestros estudiantes, personal y comunidad y minimizar cualquier impacto al aprendizaje en nuestras escuelas.

### [Adams 12 Five Star Schools Pandemic Incident Response Plan](#)

### ¿Cómo se limpian y desinfectan las escuelas y edificios del Distrito Five Star?

El personal escolar y del distrito limpia los edificios diariamente. Esto incluye:

- Limpiar diariamente las superficies comunes (ej. escritorios, mesas, mostradores, paredes) y objetos frecuentemente tocados (ej. pomos, interruptores de luz, pasamanos, marcos de las puertas, etc.) baños y fuentes de agua con productos de limpieza.
- Proporcionar toallitas desechables para que los estudiantes y el personal pueda limpiar las superficies comúnmente usadas (ej. teclados, escritorios, controles remoto) antes de cada uso.

### ¿Cómo determinará el Distrito Five Star si las escuelas deberían cerrar?

Seguiremos las directrices de nuestros socios locales y estatales de la salud pública sobre cualquier cierre o medida de salud según sea necesario.

El miércoles, 11 de marzo, el estado compartió el siguiente criterio para cierres escolares que se debe seguir en lo que tiene que ver con COVID-19 en las escuelas:

- Cualquier escuela\* en Colorado con **un solo caso confirmado de COVID-19 en un miembro del personal o estudiante** cerrará por un mínimo de 72 horas para la limpieza y distanciamiento social.
- Cualquier escuela que se cierre trabajará con su agencia local de la salud pública para trazar los puntos de contacto y llevar a cabo más pruebas de COVID-19.
- Cualquier escuela con **un segundo caso confirmado de COVID-19 en miembros del personal o estudiantes** dentro de un periodo de 30 días requiere un segundo cierre de un mínimo de 72 horas para limpiar, evaluar y llevar a cabo una investigación de la salud pública.

- Cualquier escuela con **tres casos confirmados de COVID-19 en miembros del personal o estudiantes** dentro de un periodo de 30 días requiere un cierre de un mínimo de 14 días.
- **Si tres escuelas en un distrito tienen casos confirmados de COVID-19** dentro de un periodo de 30 días, todas las escuelas dentro del distrito deben cerrar por un mínimo de 14 días para limpiar, evaluar y llevar a cabo una investigación de la salud pública.

[Coronavirus Disease 2019 \(COVID-19\): Planning for Schools and Child Care Closure](#) - del Departamento de la Salud Pública y el Medio Ambiente de Colorado (CDPHE, por sus siglas en inglés)

### **Si el Distrito Five Star tiene que cerrar escuelas, ¿existe un plan de aprendizaje electrónico?**

El distrito ha recopilado una combinación de [recursos digitales y no digitales](#) que los estudiantes y sus familias pueden acceder durante el descanso de primavera extendido de dos semanas. Estos recursos permitirán que los estudiantes se mantengan involucrados de manera autodirigida.

A través del curso del descanso de primavera de dos semanas, el distrito continuará el trabajo que ya se ha comenzado en un plan de aprendizaje remoto a largo plazo si el cierre se extiende más allá del 27 de marzo. Compartiremos más información en una comunicación futura.

### **Me preocupa COVID-19. ¿Puedo mantener a mi hijo en casa y no mandarlo a la escuela?**

Estamos haciendo todo en nuestro poder por prevenir la propagación de enfermedad en nuestras escuelas. Como padre, se deja a su discreción mantener a su hijo en casa debido a una inquietud de salud.

En el evento de un brote en nuestra comunidad, seguimos las directrices de nuestros socios de la salud pública sobre cualquier cierre o medida de salud necesar.

### **¿Cómo maneja el distrito las ausencias estudiantiles si mantengo a mi hijo en casa?**

Los padres tienen el derecho de justificar la ausencia de sus hijos y deberían notificar a la escuela de su hijo como es normal. Si una familia indica que mantendrá a su hijo/a en casa por inquietud sobre COVID-19, las ausencias se justificarán cuando:

- La familia le proporciona a la escuela esta decisión por escrito - ya sea por email o carta.

### **¿Cuándo debería mantener a mi hijo en casa y no mandarlo a la escuela?**

Puede ser un reto saber si su hijo está demasiado enfermo para ir a la escuela. Su hijo está demasiado enfermo para ir a la escuela si tiene cualquiera de estos síntomas:

- Parece estar muy cansado y necesita descansar en cama (esto es común con la gripe).
- Está vomitando o tiene diarrea.
- Tiene dificultad para respirar o un aumento en sibilancia durante actividad normal.
- Tiene una tos que interrumpe su actividad normal.
- Tiene dolor severo de un dolor de oído, cabeza, o garganta o una lastimadura reciente.

- Tiene drenaje amarillo o verde de su(s) ojo(s).
- Tiene una erupción exudativa.
- Tiene fiebre de 100.0°F o más y cualquiera de los síntomas mencionados anteriormente.

La sección [¿Debería quedarse en casa su hijo?](#) de nuestro sitio web es un buen recurso para las familias y contiene información más detallada.

### ¿Cuál es el plan del distrito respecto a viajar?

Seguiremos las directrices de nuestros socios de la salud pública, tanto al nivel nacional como local, para directrices oficiales respecto a estudiantes y familias que están regresando de países impactados.

**A partir del 12 de marzo, todos los viajes internacionales y domésticos patrocinados por el distrito se han cancelado hasta el 6 de abril.**

Esta fue una decisión particularmente difícil dado al conocimiento de que viajes como estos a menudo son la primera oportunidad que muchos estudiantes tienen de viajar fuera de los límites de nuestro estado. También reconocemos la inversión económica significativa hecha por las familias para que estos viajes sean posibles. Sin embargo, dado a la propagación continua de esta enfermedad y recomendaciones aumentadas de los funcionarios de la salud de limitar los viajes, no creemos que es apropiado continuar con estos viajes en este momento.

- **Viajes programados privadamente**
  - En lo que tiene que ver con viajes programados privadamente, (personal y estudiantes/familias), se anima a las familias a que visiten el sitio web de CDC ([www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)) para información de viajes y COVID-19.

## Recursos externos

### ¿Dónde puede encontrar más información sobre el coronavirus?

Esta es una situación cambiante. Manténgase al día al consultar las siguientes páginas web:

- [Colorado Department of Public Health and Environment \(CDPHE\) website](#)
- [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\) website](#)
- [Tri-County Health Department website](#)
- [Broomfield Public Health website](#)