

QUÉ
ESTÁN
HACIENDO
LOS
COLEGIOS

QUÉ
PUEDEN
HACER
LAS
FAMILIAS

VUELTA AL COLEGIO SEPTIEMBRE 2020

GUÍA PARA LAS FAMILIAS

Más información

La información de este folleto es precisa y actualizada en el momento de su impresión el 2 de septiembre de 2020.

Para obtener la información más actualizada sobre la vuelta al colegio y la COVID-19, visita www.newham.gov.uk/backtoschool y conviértete en un Newham COVID-19 Health Champion (Defensor de la salud COVID-19).

Este folleto está disponible en varios idiomas en

www.newham.gov.uk/backtoschool.



Qué podemos hacer para proteger la salud de nuestras escuelas, nuestras familias y de nosotros mismos durante la COVID-19.



COVID-19
HEALTH
CHAMPIONS

Conviértete en un COVID-19 Health Champion
www.newham.gov.uk/CovidHealthChampions

Newham regresa al colegio



En primer lugar, quiero expresar mi enorme agradecimiento por todo lo que tú y tu familia habéis hecho para mantener Newham sana desde que la COVID-19 pasase a forma parte de nuestras vidas. Como padre sé lo difícil que ha sido para todos nosotros, especialmente para las familias.

Los colegios de Newham han estado trabajando con el departamento de salud pública del ayuntamiento para asegurarse de que todos puedan volver a las aulas de forma segura en septiembre.

Por mucho que lo intentemos, no podemos eliminar todos los riesgos. Debemos siempre buscar siempre un equilibrio entre los diferentes riesgos en nuestras vidas, y esta vez no es diferente. Los riesgos de asistir al colegio son reducidos y deben sopesarse con los riesgos de no asistir. Para encontrar este equilibrio debemos reconocer el impacto que la no asistencia tendría en el aprendizaje de los niños, en las oportunidades, las conexiones sociales y la salud.

Aunque parece como si hubiéramos vivido con COVID-19 durante mucho tiempo, aún es muy reciente. Estamos aprendiendo más y más sobre el virus cada día.

La ciencia muestra que es seguro volver al colegio ya que muy pocos niños enferman gravemente de COVID-19. También sugiere que los colegios no han sido lugares en los que se produzca mucha transmisión, incluso en países que tenían más centros abiertos durante la pandemia. En particular, los niños más jóvenes no parecen transmitirse la COVID-19 entre sí, y los profesores no parecen correr el riesgo de contagiarse de los niños.

Los colegios están aplicando los mejores y más recientes conocimientos y directrices disponibles para garantizar que pueden volver a acoger a los estudiantes y al personal en condiciones de seguridad. El colegio será un lugar muy diferente debido a los cambios de seguridad por la COVID. Los planes han incorporado todo lo que sabemos acerca de lo importante que es el colegio para las familias, así como la forma en que los niños, jóvenes y familias se han sentido durante la pandemia.

Newham Council continúa respondiendo a la COVID-19 en todo el distrito a diario. Los consejos se actualizan constantemente a medida que obtenemos más pruebas y en función del estado del virus. Si la situación cambia, el balance de riesgos puede cambiar. Nos comprometemos a manteneros informados para ayudaros a tomar decisiones informadas.

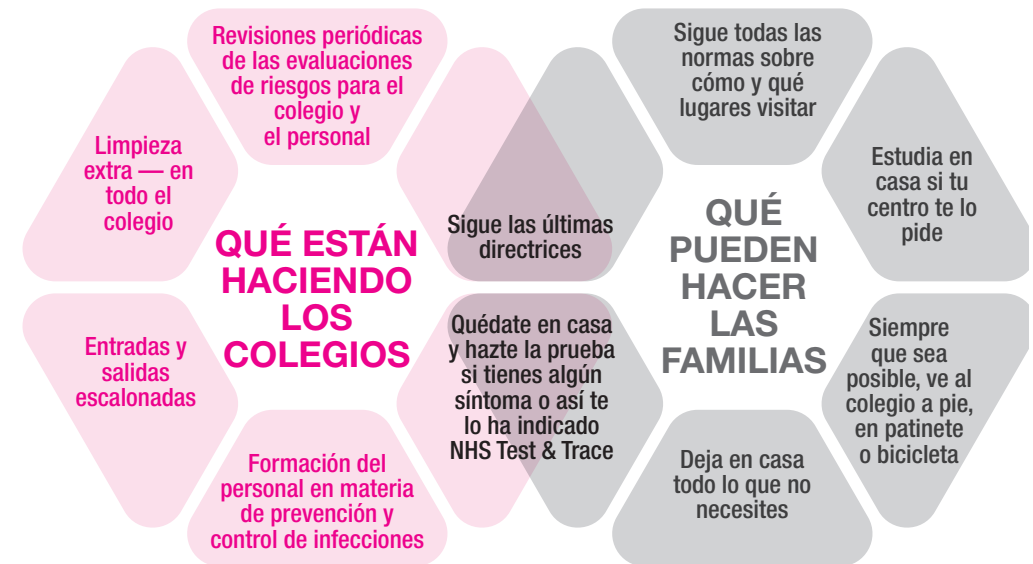
Jason Strelitz
Director of Public Health (director de salud pública)
London Borough of Newham

Todos jugamos un papel, y dependemos unos de otros

Todos tenemos el mismo objetivo, mantener a nuestras familias, amigos y a nosotros mismos a salvo de COVID-19.

Nos comprometemos a asegurar la salud en las aulas frente a la COVID-19. Cuanto más se controle el virus, más seguro será para todos.

Todos jugamos un papel y dependemos unos de otros para mantener Newham seguro.



Por qué es importante regresar al colegio

El colegio es importante tanto para niños y jóvenes como para sus familias.

Estar en el colegio proporciona a los niños y jóvenes más que conocimiento. También desarrollan conexiones sociales y un sentido de identidad que utilizarán el resto de sus vidas.

Además, los centros apoyan a los estudiantes con su bienestar mental y físico, que es más importante que nunca durante la pandemia.

Lo que sabemos

Hasta ahora, las pruebas muestran que los niños, particularmente los más pequeños,

- no se ven tan afectados por COVID-19 (a menos que sean vulnerables y tengan problemas cardíacos o inmunológicos previos)
- no parecen transmitirse fácilmente el COVID-19 entre sí o a los adultos, sobre todo si no tosen.



Por lo general el virus se propaga a través de las vías respiratorias de las personas y en las superficies. Es por eso que necesitamos estar a un mínimo de 2 metros de distancia de las personas con las que no convivimos (o que no pertenezcan a nuestra «burbuja» escolar o de apoyo). Es importante el uso de mascarillas en lugares cerrados, aunque no es necesario cubrirse el rostro cuando estamos en casa. El colegio te dirá si los niños deben llevar la mascarilla mientras están el centro.

También es importante cubrirse la boca y la nariz con pañuelos desechables (o el codo) al toser o estornudar, y lavarse frecuentemente las manos.

Hasta ahora, ha habido muy pocos ejemplos de transmisión de COVID-19 entre niños en los colegios. Esto es especialmente cierto cuando todos, padres, profesores, personal no docente y estudiantes, siguen los procedimientos de seguridad y se quedan en casa o se autoaislan si ellos o alguien cercano muestra síntomas.

Los equipos de Salud Pública y Educación de Newham Council están trabajando conjuntamente para mantener a los diferentes centros educativos al día con los datos y orientaciones más recientes, con el fin de que puedan hacer cambios en sus normas y procedimientos si fuera necesario.

Preparar la vuelta al colegio

Es totalmente comprensible y normal que tanto niños como adultos estén confusos y preocupados por la COVID-19 y el regreso a las aulas. Puedes ayudar a tus hijos:



Explicando que todos están trabajando juntos para detener la propagación del virus.



Planificando las cosas de manera que la vuelta al colegio sea entretenida y los distraiga de las preocupaciones.



Recordándoles lo que pueden hacer para protegerse: lavarse las manos, cubrirse la cara y distanciarse físicamente.



Escuchando sus preocupaciones y preguntas. Se amable contigo mismo y con tu familia. No es fácil para nadie.

Las escuelas son conscientes de que algunos niños habrán perdido a seres queridos o habrán experimentado estrés en casa durante la COVID-19. También saben que algunos estudiantes estarán preocupados por su salud o la de su familia. Los centros trabajarán con las familias para apoyar a sus estudiantes. Si tus hijos han pasado por un momento difícil en los últimos seis meses, por favor, comunícaselo al colegio para que puedan programar un plan de regreso individualizado para ellos.

Mantenerse sanos



Asegúrate de que tus hijos tengan su programa de vacunación al día. El riesgo de enfermedades infantiles prevenibles con vacunas es mayor que el riesgo de COVID-19.



Siempre que sea posible, es aconsejable que el camino al colegio lo hagan a pie, patinete o bicicleta. No solo les ayudará a estar físicamente activos, sino a mantener limpio el aire de Newham. Consulta **'healthy school streets'** (entornos escolares saludables) en www.newham.gov.uk para obtener más información.



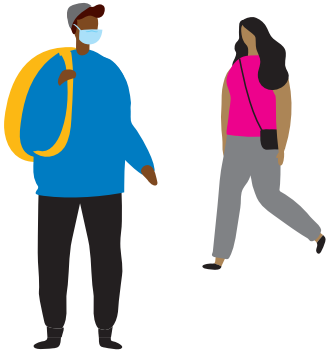
Haz planes para después de las clases y los fines de semana: ¡mantenerse activo y tomar un descanso del día a día es bueno tanto para el cuerpo como para la mente!



Come al menos cinco porciones de verduras y frutas todos los días y bebe mucha agua para ayudar a tu cuerpo a combatir las infecciones.

Mantenerse seguros antes, durante y después del colegio

Antes de ir



- Lee toda la información que te proporcione el colegio. Ponte en contacto en ellos si tienes preguntas
- Habla con tu hijo sobre cómo será el colegio y explícale las nuevas normas
- Recuérdale que el colegio les mantiene seguros
- Asegúrate de que el colegio tenga tus datos de contacto correctos y actualizados
- Hazles saber si tu hijo necesita apoyo adicional para la vuelta al colegio
- Asegúrate de tener preparados las mascarillas y el desinfectante de manos

Al llegar al colegio



- Sigue el horario indicado por el colegio para la llegada al colegio
- Siempre que sea posible, el niño debería ir al colegio a pie, en patinete o bicicleta
- Si utilizas el transporte público, ponte una mascarilla, mantente a 2 metros de distancia de los demás y utiliza un desinfectante de manos
- Mantente a 2 metros de distancia de la entrada, incluso cuando estés hablando con el personal, otros padres, familiares y estudiantes

En el colegio



- Los centros habrán cambiado la forma de actuar y moverse por el edificio. Asegúrate de seguir todas las normas establecidas por la dirección
- Quédate en casa si tu hijo o alguien con quien convives está enfermo o tiene síntomas de COVID-19, o si NHS Test & Trace (servicio de seguimiento de NHS) se pone en contacto con vosotros
- Contacta con el centro inmediatamente si alguien en tu casa o en tu «burbuja» de apoyo está enfermo o tiene síntomas de COVID-19, o si NHS Test & Trace se pone en contacto con vosotros

Volver a casa



- Sigue el horario indicado por el colegio para la salida del colegio
- Siempre que sea posible, el niño debería volver a casa a pie, en patinete o bicicleta
- Si utilizas el transporte público, ponte una mascarilla, mantente a 2 metros de distancia de los demás y utiliza un desinfectante de manos
- Mantente a 2 metros de distancia de la entrada, incluso cuando estés hablando con el personal, otros padres, familiares y estudiantes
- Si te detienes en algún sitio de camino a casa, respeta las normas de distanciamiento físico y limpieza de manos
- Lávate las manos tan pronto como llegues a casa

Mantenernos libres de COVID-19

Cada colegio tendrá nuevas reglas COVID-19 y procedimientos específicos para ellas. Sin embargo, la protección de la salud es igual que en cualquier otro sitio durante la COVID-19. Seguir estos pasos protegerá la salud de todos en los colegios, en casa y en público:



1. En contacto con el colegio

- Asegúrate de que el colegio tenga tus datos de contacto correctos y actualizados.
- Contacta con el colegio por teléfono o correo electrónico.
- Si tienes alguna pregunta o preocupación, ponte en contacto con el centro.



2. Mantener la distancia

- En el colegio, sigue las normas y permanece en tu grupo o «burbuja».
- En público, mantente a 2 metros de todas las personas con quienes no convivas. Si no pudieras, lleva siempre mascarilla y acorta el tiempo de contacto.



3. Utilizar mascarilla

- Todas las personas de más de 11 años deben usar mascarilla en lugares públicos cerrados.
- El colegio te indicará si debes utilizarla cuando estés en el centro.
- Las personas que necesitan leer los labios o con otras discapacidades están exentas.



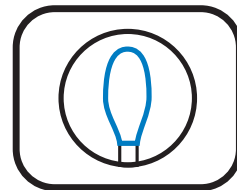
4. Lavarse las manos

- Lávate las manos frecuentemente con jabón durante al menos 20 segundos. Especialmente cuando llegas a un lugar nuevo (por ejemplo, al colegio o a casa) y antes de ponerte una mascarilla y después de quitártela.
- Utiliza un desinfectante de manos si no puedes lavarte las manos con agua y jabón.



5. Quedarse en casa

- Quédate en casa si tú, alguien con quien convives o con quien hayas pasado algún tiempo está enfermo o tiene síntomas de COVID-19, o si así te lo ha indicado NHS Test & Trace.
- Avisa al colegio si tu familia o «burbuja» de apoyo están en autoaislamiento.



6. Hacerse la prueba

- Hazte la prueba si tienes síntomas de COVID-19: temperatura alta; tos persistente; cambio o pérdida del sentido del olfato o gusto.
- Reserva una cita para la prueba en: www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test o llamando al 119.

¿Qué más necesito saber?

1. ¿Qué podemos esperar del colegio?

Los centros proporcionarán información a los padres sobre los pasos que han dado para mantener seguros a sus estudiantes.

Cada colegio tendrá reglas y procedimientos específicos para sus edificios y el número y edad de los estudiantes, etc. Estos incluyen grupos «burbuja» para limitar las interacciones entre los estudiantes, mantener el distanciamiento físico cuando sea posible, limpieza frecuente de las superficies y lavado más frecuente de manos.

No se recomiendan los controles de temperatura, ya que no son fiables para adultos y niños.

Todos los colegios se están preparando para que los niños con SEND (necesidades educativas especiales o discapacidades) regresen a las aulas y, cuando sea necesario, están poniendo en marcha medidas adicionales basadas en las necesidades específicas de los niños. Recomendamos a los padres que se pongan en contacto con el colegio para obtener más información.

2. ¿Cómo puedo ayudar al colegio a mantener la seguridad de mis hijos?

Asegúrate de que tanto tú como tu familia estáis familiarizados con las nuevas reglas y que el colegio tenga tus datos actualizados en caso de que necesiten ponerse en contacto.

Si alguien en tu hogar, o que pasa tiempo con tus hijos, está enfermo o tiene síntomas de COVID-19, o si el servicio de Test & Trace te ha dicho debes autoaislarte, debes comunicárselo inmediatamente al colegio.

3. ¿Qué es un grupo «burbuja» y cómo funciona?

Una «burbuja» es un grupo de estudiantes que permanecerán juntos durante todo el curso. Muchos colegios tendrán «clases burbuja».

Si un estudiante de la «burbuja» da positivo por COVID-19, toda la «burbuja» se quedará en casa durante 14 días.

Siempre que sea posible, mantén los juegos, guardería y vehículos compartidos, etc. dentro de la «clase burbuja».

4. ¿Qué pasa si mi hijo se lastima o enferma en el colegio?

La persona encargada de primeros auxilios ayudará como es habitual. Se pondrán algún tipo de ropa protectora (mascarilla, guantes, bata o mono y pantalla, según proceda) como precaución.

Si tu hijo tiene síntomas de COVID-19, el colegio se pondrá en contacto contigo para que puedas ir a recogerlo.

5. ¿Cómo puedo proteger a mi familia, especialmente si alguien es vulnerable?

La mejor manera de proteger a tu familia es seguir la guía de distanciamiento social, cubrirte la cara y lavarte las manos en todo momento. Cuando llegues a casa lávate las manos inmediatamente, limpia el móvil y cámbiate de ropa.

Si alguien en tu casa desarrolla síntomas, llama al 111 y ponte en contacto con tu médico de cabecera para que te aconseje y ayude lo antes posible, sobre todo si está en situación de vulnerabilidad.

¿Más preguntas? ¿Deseas más información?

Descubre cómo mantener la seguridad en el colegio, en casa y en sociedad www.newham.gov.uk/backtoschool

Si tienes preguntas sobre COVID-19, incluyendo qué ayudas hay disponibles si tu familia necesita autoaislarse, ponte en contacto con el servicio de COVID-19 Helpline: 020 7473 9711 (1-7pm, 7 días a la semana) o covidhelp@community-links.org

Para obtener la información más actualizada sobre COVID-19 conviértete en un Newham COVID-19 Health Champion visitando www.newham.gov.uk/CovidHealthChampions.

