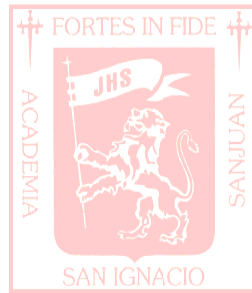


ACADEMIA SAN IGNACIO DE LOYOLA

Urb. Santa María, Calle Narciso 1908, San Juan, PR 00927
Latitud: 18.22' 37.64" N Longitud: 16.05' 05.65" W



PLAN DE CONTROL DE EXPOSICION AL COVID-19

Preparado por:

Por: Joan R. Maíz Iñesta, Gerente de Proyectos y Planta Física



Guía para la prevención de COVID-19 en las escuelas de Pre-Kínder (PK) a Grado 12

Resumen Ejecutivo

Los contagios de COVID-19 en las escuelas están asociados a la transmisión comunitaria del SARS-CoV-2. La transmisión dentro de las escuelas se puede minimizar con la implementación estricta de una combinación de estrategias preventivas. Cuando la transmisión comunitaria del SARS-CoV-2 es alta, aumenta la probabilidad que el virus se introduzca a, y potencialmente se transmita dentro del escenario escolar.

Independientemente del nivel de transmisión del SARS-CoV-2 en la comunidad, la implementación consistente y combinada de diferentes estrategias para prevenir su transmisión en las escuelas es fundamental para ofrecer clases presenciales de manera segura. Hay nueve (9) estrategias de prevención esenciales:

1. Vacunarse tan pronto sea elegible
 2. Uso universal, correcto y obligatorio de mascarillas
 3. Mantener el distanciamiento físico
 4. Uso de pruebas para la identificación temprana de casos, conglomerados y brotes
 5. Mejorar la ventilación de los salones de clases
 6. Lavado de manos e higiene respiratoria
 7. Quedarse en casa cuando esté enfermo y realizarse la prueba para COVID-19
 8. Rastreo de contactos en combinación con medidas de aislamiento y cuarentena
 9. Limpieza y desinfección de los planteles escolares
-
1. Principio fundamental de vacunarse: Recomendar la vacunación entre los maestros, personal escolar, contratistas, familias y estudiantes elegibles proveyendo información sobre la vacunación contra COVID-19, fomentando la confianza en las vacunas y estableciendo políticas y prácticas que permitan el vacunarse de manera fácil y conveniente.
 2. Principio fundamental para el uso de mascarillas: Requerir el uso universal, correcto y obligatorio de mascarillas (sólo en el interior de salones y oficinas) que se ajusten bien a la cara y por parte de todos los estudiantes, maestros, personal escolar, contratistas y visitantes, para prevenir la transmisión del SARS-CoV-2 a través de las gotitas respiratorias.
 3. Principio fundamental del distanciamiento físico: Establecer políticas escolares e implementar intervenciones estructurales para promover la distancia física entre los estudiantes, maestros, personal escolar, contratistas y cualquier otra persona.
 4. Principio fundamental del uso de pruebas para la identificación temprana de casos: Colaborar con el Departamento de Salud de Puerto Rico (DSPR) en la implementación de un programa de cernimiento mediante la administración de pruebas para COVID-19 con el propósito de evaluar y ajustar las estrategias de prevención, y proveer una medida de protección adicional, particularmente para las escuelas que no pueden proveer la distancia óptima entre los estudiantes en los salones de clase.

5. Principio fundamental de mejorar la ventilación de los salones de clases: Mejorar la ventilación en la medida posible, para aumentar la circulación de aire del exterior, aumentar la presencia de aire fresco, reducir las concentraciones de partículas transportadas por el aire y disminuir la dosis viral total para los ocupantes de los espacios interiores.
6. Principio fundamental de lavado de manos e higiene respiratoria: Enseñar a los niños el lavado correcto de manos y las medidas de higiene respiratoria, además de proveer los suministros adecuados.
7. Principio fundamental de quedarse en casa cuando esté enfermo y hacerse la prueba para COVID-19: Instruir a los padres, tutores y encargados de los estudiantes, los maestros, el personal escolar y a los contratistas acerca de quedarse en casa si están enfermos, si tienen síntomas y/o una prueba diagnóstica positiva para COVID-19.
8. Principio fundamental del rastreo de contactos: Colaborar con el DSPR, en la medida que las leyes de protección de la privacidad así lo permitan, proveyendo de manera confidencial información acerca de las personas diagnosticadas o contactos cercanos de un caso de COVID-19.
9. Principio fundamental de las tareas de limpieza y desinfección de los planteles escolares: Implementar cambios en los espacios físicos para propiciar un entorno e instalaciones sanas, lo que incluye, entre otras, limpiar y desinfectar las superficies de contacto frecuente de forma rutinaria.

La implementación consistente y combinada de las diferentes estrategias de prevención en las escuelas de Pre-Kindergarten al grado 12 (PK-12) se apoya en los siguientes conceptos fundamentales:

- Las escuelas de PK-12 deben ser los últimos escenarios en cerrar después de haber agotado todas las demás medidas de prevención en la comunidad y las primeras en reabrir cuando sea seguro hacerlo.
- Las escuelas de PK-12 deben implementar el distanciamiento físico recomendado, pero no deben excluir estudiantes de la instrucción presencial si las estructuras de la escuela no permiten implementar el distanciamiento óptimo entre estos.
- La remoción de cualquiera de las medidas de prevención debe realizarse una a la vez, combinada con el monitoreo cercano de aumento de casos, conglomerados o brotes de COVID-19.
- En la medida posible, las escuelas deben organizar a sus alumnos en cohortes (grupos de estudiantes que toman sus clases juntos todo el día) durante la instrucción presencial de manera que hay poca o ninguna interacción entre los grupos.
- Se debe priorizar la instrucción presencial por encima de las actividades extracurriculares, incluidos los deportes y los eventos escolares, para reducir al mínimo el riesgo de transmisión en las escuelas y proteger las clases presenciales.
- La susceptibilidad e incidencia más baja de COVID-19 entre los niños más pequeños en relación con los adolescentes sugiere que los estudiantes más pequeños (por ejemplo, los estudiantes de grados primarios) probablemente tengan menos riesgo de transmisión en la escuela durante clases presenciales que los estudiantes mayores (escuela intermedia y superior).

- Las familias de los estudiantes con riesgo más alto de enfermarse gravemente (incluidos aquellos con necesidades médicas especiales), o que viven con personas con riesgo alto, deben tener la opción de acceder a clases virtuales, más allá de la modalidad de educación que se ofrece en la escuela.

INDICE

<u>TEMA</u>	<u>PAGINA</u>
• PROPOSITO DEL PLAN	6
• ALCANCE	6
• PERSONAL ENCARGACO DEL PLAN	6
• CONCEPTOS IMPORTANTES EN ESTA ACTUALIZACION	7
• INFORMACIÓN GENERAL SOBRE EL COVID-19 Y RECOMENDACIONES EMITIDAS POR AGENCIAS DE SALUD PARA EVITAR LA PROPAGACIÓN DEL VIRUS	8
• COMPROMISO Y RESPONSABILIDADES BÁSICAS DE LOS EMPLEADOS	9
• ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA REDUCIR LA TRANSMISIÓN	11
• LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN	15
• OTRAS MEDIDAS DE SEGURIDAD	16
• VISITANTES Y SUPLIDORES	18
• USO DE ÁREAS COMUNES	18
• EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL/INDIVIDUAL (EPI)	19
• NORMAS DE GIRAS Y VIAJES	20
• DEPORTES Y OTROS TIPOS DE ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES GRUPALES	20
• ANEJO 1	23

PLAN DE CONTROL DE EXPOSICION AL COVID-19

I. PROPÓSITO

La Academia San Ignacio de Loyola cumpliendo con su responsabilidad con el personal, establece este Plan de Control de Exposición (PCE) para atender la emergencia de la Pandemia del Coronavirus (COVID-19) en el área de trabajo.

Nuestro Plan de Control de Exposición (PCE) está basado en la *Guía para la prevención de COVID-19 en las escuelas de Pre-Kínder (PK) a Grado 12* que preparó el Departamento de Salud de Puerto Rico siguiendo las guías de los Centros para el Control de Prevención de Enfermedades (CDC en inglés) y las recomendaciones de la Academia Americana de Pediatría. Las estrategias de prevención presentadas en este PCE tienen como objetivo lograr una operación segura de la escuela bajo estrictas medidas salubristas de prevención y mitigación para reducir el riesgo de transmisión del virus SARS-CoV-2 en el plantel escolar mientras se atienden las necesidades educativas de los niños y jóvenes.

II. ALCANCE

Este procedimiento aplica a todos los estudiantes, maestros, personal no docente y visitantes que acuden a la Academia San Ignacio de Loyola, localizada en la Urb. Santa María, Calle Narciso #1908, San Juan, Puerto Rico 00927, número de teléfono 787.765.8190; correo electrónico: academia@asiloyola.org.

Es muy importante que también seamos prudentes en los hogares y con nuestras familias. La Academia San Ignacio se encarga de la prevención en la escuela, pero todos tenemos que prevenir el riesgo de contagio en nuestra vida diaria. Por lo que:

- ✓ Los períodos de aislamiento y/o cuarentena, tienen que cumplirse
- ✓ Debemos estar atentos a las recomendaciones oficiales del Departamento de Salud, OSHA, y el CDC
- ✓ Debemos de cumplir con las Órdenes Ejecutivas presentadas por el Gobierno de Puerto Rico y Órdenes Administrativas del Departamento de Salud de PR (DSPR)

III. PERSONAL RESPONSABLE DEL PLAN

Las personas a cargo de mantener, evaluar, modificar y enmendar el PCE son la Sra. Jacynthe Riviere, Sub-Directora, Srta. Glorimar Söegaard, Principal y la Sra. Joan R. Maíz Iñesta, Gerente de Proyectos y Planta Física de la Academia San Ignacio. Las personas designadas para atender situaciones relacionadas con el COVID-19 son: en el caso de estudiantes, la enfermera afuentes@asiloyola.org, Autoridad de la Salud, y mvilleta@asiloyola.org, Registradora. En el caso de empleados, éstos deben referirse a la Gerente de Recursos Humanos a aestrella@asiloyola.org.

IV. CONCEPTOS IMPORTANTES

Caso de COVID-19 asociado a escuela PK-12 – Caso (confirmado o probable) de un (1) estudiante, maestro, miembro del personal escolar que asistió a la escuela presencialmente o que participó de alguna actividad extracurricular* auspiciada por la escuela, dentro de los 14 días previo al comienzo de los síntomas o resultado positivo, o dentro de los 10 días luego del comienzo de síntomas o resultado de prueba positiva.

*Actividad extracurricular incluye, pero no se limita a, ensayos, concursos, competencias deportivas, actividades de clubes o grupos de interés, celebraciones especiales.

Completamente vacunada - Para efectos del Sistema de Vigilancia del COVID-19 en Instituciones Educativas, una persona se considera completamente vacunada contra el COVID-19 cuando:

1. Completó una serie primaria para las vacunas de Pfizer y Moderna, ha transcurrido 14 días luego de la administración de la segunda dosis y no han pasado 5 meses desde su última dosis.
2. Completo su serie primaria para Pfizer-BioNTech o Moderna y han transcurrido 14 días luego de la administración de su dosis de refuerzo o tercera dosis.
3. Completo su serie primaria de dosis única de Johnson & Johnson/Janssen y han transcurrido 14 días luego de su dosis y no han pasado 2 meses su única dosis.
4. Completo su serie primaria de dosis única de Johnson & Johnson/Janssen y han transcurrido 14 días luego de su dosis de refuerzo.
5. Una persona también se considera completamente vacunada contra el COVID-19 cuando han transcurrido dos (2) o más semanas después de haber recibido la segunda dosis de las siguientes vacunas: Sinopharm, Sinovac y Astra-Zeneca y la dosis de refuerzo o tercera dosis.

No completamente vacunada – Para efectos del Sistema de Vigilancia de COVID-19 en Instituciones Educativas, una persona se considera no completamente vacunada contra el COVID-19 cuando cumple con una de las siguientes condiciones:

1. No han sido vacunado contra COVID-19
2. Solamente ha recibido una dosis de la serie primaria de dos dosis de vacunación (Pfizer-BioNTech o Moderna)
3. No ha transcurrido el tiempo necesario para recibir la dosis refuerzo y no la ha recibido.

Contacto cercano – Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) definen un contacto cercano como aquella persona que estuvo a menos de seis (6) pies de distancia por un tiempo acumulado de 15 minutos en un período de 24 horas con una persona con diagnóstico de COVID-19. (ej.: tres exposiciones de 5 minutos en el mismo día). También se considera un contacto físico con la persona (la abrazó o la besó), si compartió utensilios para alimentarse o beber, si la persona con COVID-19 estornudó o tosió sobre la

persona, o si le llegaron de alguna otra manera sus gotitas respiratorias.

V. INFORMACIÓN GENERAL SOBRE EL COVID-19 Y RECOMENDACIONES EMITIDAS POR AGENCIAS DE SALUD PARA EVITAR LA PROPAGACIÓN DEL VIRUS

El SARS-CoV-2, causante de COVID-19, fue identificado por primera vez en la provincia de Wuhan en China en el mes de diciembre de 2019. Tras la propagación del SARS-CoV-2 a nivel internacional, el 30 de enero de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró una emergencia de salud pública de importancia nacional. El primer caso de COVID-19 en Puerto Rico fue anunciado a la ciudadanía el 13 de marzo de 2020. El 15 de marzo de 2020, luego de confirmarse cinco (5) casos de COVID-19 y diecisiete (17) casos sospechosos, Puerto Rico ordenó el cierre total, incluyendo el cierre total de las actividades escolares en todas las escuelas de la Isla. Desde entonces, la trayectoria de la pandemia ha sido variable entre aperturas escalonadas, restricciones de movilidad y dinámicas de interacción social.

Las escuelas son una parte importante de la infraestructura de las comunidades, ya que propician un entorno de aprendizaje seguro y productivo para los estudiantes, dan empleo a maestros y otro personal escolar y permiten que los padres, encargados, tutores o cuidadores trabajen. Muchos estudiantes, empleados y cuidadores están perdiendo o han sufrido interrupciones en los servicios debido a los cierres de los planteles escolares y las modalidades de educación virtual e híbrida. Otros países han abierto las escuelas en diferentes momentos de la pandemia. Sus experiencias han contribuido al conocimiento sobre la naturaleza de la transmisión del SARS-CoV-2 en las escuelas y las comunidades aledañas.

Al presente, la evidencia científica sugiere que muchas de las escuelas PK-12 que han implementado estrictamente las estrategias de prevención han podido operar de manera segura para la instrucción presencial y mantenerse abiertas. La *Guía para la prevención del COVID-19 en escuelas de kínder a 12 grado de los CDC* provee un camino para la instrucción presencial de manera segura mediante el uso consistente de las estrategias de prevención. Todas las escuelas PK-12 deben implementar las estrategias de prevención, priorizando la vacunación, el uso universal y correcto de las mascarillas, la ventilación de los salones de clases y el distanciamiento físico.

El CDC recomienda que debemos lavarnos frecuentemente las manos por al menos veinte (20) segundos con agua y jabón, o con un desinfectante de manos, si no hay agua y jabón disponible. También es igualmente importante limpiar y desinfectar de manera rutinaria las superficies que se tocan con frecuencia, y evitar el contacto directo con personas enfermas.

El CDC recomienda que toda persona que sale de su casa a lugares públicos tenga o no síntomas, utilice una mascarilla que cubra la boca y la nariz. De igual manera, aún con mascarilla, se recomienda una distancia de aproximadamente seis (6) pies de las demás personas. De estar en su casa, o en un ámbito privado en donde no tienen puesta la mascarilla, las personas deben cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable o con la parte interna del codo al toser o estornudar. Los pañuelos desechables usados deben ser depositados en la basura inmediatamente y se deberá proceder al lavado de las manos con agua y jabón por al menos veinte (20) segundos, o con desinfectante de manos. Además, se debe limpiar y desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia como los teléfonos, las manijas de las puertas, o los lavamanos, entre otros. Si las superficies están sucias, se deben limpiar con agua y jabón antes de desinfectarlas.

Aunque el riesgo de enfermarse gravemente puede ser diferente para cada persona, todos podemos contraer y propagar el COVID-19. Por eso, todos tenemos un rol que cumplir para desacelerar la propagación y protegernos a nosotros mismos, nuestra familia y nuestra comunidad. La ASI solicita a sus empleados, padre, madre y/o encargado, a leer y seguir el presente Plan de Control que ha sido preparado de conformidad con las recomendaciones del CDC, el DTRH, el Departamento de Salud de Puerto Rico y OSHA.

En la Academia San Ignacio promovemos el que se vacunen, pueden visitar protegetevacunate.com, o llamar al Centro de Llamadas 787.709.4610 para conocer donde los estudiantes, sus familias y empleados pueden vacunarse contra el COVID-19 en la comunidad. Alertar a que se vacunen lo antes posible, así nos ayudamos todos.

VI. RESPONSABILIDADES BÁSICAS DE EMPLEADOS Y ESTUDIANTES

De presentar síntomas del COVID-19, como fiebre (más de 100.3° Fahrenheit), tos, dificultad para respirar (sentir que le falta el aire), y se encuentra en las facilidades de la ASI, se le solicitará que se retire de la escuela, para una evaluación médica. En caso de un empleado, de no tener auto en ese momento, debe ser localizado en el área designada como aislamiento, en el caso de un estudiante, se localizará en el área de aislamiento, hasta que el padre/madre/encargado pueda pasar a buscarlo a enfermería.

Conforme a este Plan de Control, todos los empleados y estudiantes deberán cumplir con las siguientes medidas básicas para prevenir el contagio en la Academia:

1. No presentarse a trabajar si está enfermo o si presenta algún síntoma del COVID-19, como fiebre, tos, dolor de garganta, escalofríos, dolor muscular, dolor de cabeza y/o pérdida de los sentidos de olfato o gusto.
2. No presentarse a trabajar si vive o cuida a una persona que presente síntomas como fiebre, tos, dolor de garganta, escalofríos, dolor muscular, dolor de cabeza y/o pérdida de los sentidos de olfato o gusto.
3. No presentarse a trabajar si vive o ha tenido contacto cercano con una persona positiva al COVID-19 o con una persona con orden médica para realizarse la prueba del COVID-19. El CDC define como contacto cercano todo individuo que estuvo a seis (6) pies o menos de distancia de la persona con COVID-19 o sus secreciones. El contacto cercano y prolongado puede ocurrir cuando vives, cuidas, visitas, transportas, trabajas o permaneces en una sala de espera o habitación.

En los tres casos anteriores el empleado deberá comunicarse inmediatamente con la Gerente de Recursos Humanos y/o la Subdirectora, para notificar su imposibilidad de asistir a trabajar. La comunicación con la persona designada puede ser por teléfono o por correo electrónico. De no poder contactar a la persona designada, puede contactar a su supervisor inmediato. Se realiza la entrevista al empleado para identificar si es necesario tomar medidas adicionales de seguridad con el resto de los empleados. Es responsabilidad de todos cooperar en el proceso de proveer la información que le sea requerida con el único objetivo de identificar si medidas adicionales serán necesarias.

Toda información médica provista por el empleado, u obtenida a través de alguna prueba con relación al COVID-19 se considerará y mantendrá confidencial. En caso de un empleado presentar

algún síntoma, o afirmar que ha sido diagnosticado con COVID-19, o que sufre algún síntoma asociado al COVID-19, dicho empleado será aislado inmediatamente y se notificará a las personas correspondientes, siempre considerando la totalidad de las circunstancias para determinar si el cierre temporero de alguna facilidad, su desinfección o cuarentena del empleado afectado fuere necesario. La Academia tomará toda medida posible para limitar el número de personas que conozcan qué empleado dio positivo a COVID-19, o presenta alguno de los síntomas, y no confirmará o revelará el nombre de dicha persona a otros empleados. No obstante, se informará a aquellos empleados que podrían haber estado expuestos al COVID-19 en el lugar del trabajo, sin revelar el nombre de la persona que se sospecha ha sido infectada con el virus. La ASI, sin embargo, podría tener la obligación de informar a las autoridades gubernamentales correspondientes el nombre y otra información médica del empleado infectado con el virus, según lo requiera el derecho aplicable. Según requerido por la Carta Circular #2020-03 emitida por el Departamento del Trabajo y Recursos Humanos el 1 de mayo de 2020, la Academia San Ignacio incluirá los casos de COVID-19 positivos en el Registro de Lesiones y Enfermedades (Formulario OSHA 300), ello sin limitación a cualquier otro informe requerido por ley u orden gubernamental. Si usted tiene dudas las puede clarificar con Sra. Arlyn Estrella y/o Sra. Joan Maiz.

En los tres casos anteriormente identificados se le proveerán instrucciones al empleado sobre el tiempo que le será requerido permanecer fuera de su empleo. Ello dependerá de las razones por las cuales estuvo fuera, el tiempo transcurrido y el diagnóstico si alguno del empleado. Entre las medidas que puede tomar la Academia San Ignacio, se encuentran requerirle que presente un resultado negativo a la prueba PCR (con no más de 72 horas antes) con relación a su situación de salud y/o sintomatología que presenta.

De presentar síntomas mientras se encuentra en el área de trabajo, se le pedirá que se retire de inmediato o será aislado (dependiendo de las circunstancias) y se referirá para que reciba atención médica. Ante la actual crisis y la limitada disponibilidad de médicos, se le proveerá tiempo razonable a los empleados para que provean la correspondiente certificación médica para excusar sus ausencias. Este asunto se atenderá según las circunstancias particulares de cada caso y se espera la total colaboración de los empleados.

Protocolo de Entrada a la Academia San Ignacio:

- ✓ Se recomienda que el empleado y el estudiante se desinfecten las manos
- ✓ Estudiante debe presentar o mostrar el rastreo semanal (lunes) antes de entrar a la ASI (durante el mes de marzo 2022)
- ✓ Empleado de la ASI, debe tener visible su tarjeta de identificación en todo momento

Entradas asignadas para estudiantes y empleados de la Academia San Ignacio:

- Los estudiantes y empleados se estarán dividiendo entre las tres (3) entradas que se estarán utilizando.
 - Estudiantes de grado PK y Sexto estarán utilizando el portón peatonal color **amarillo**, el cual se encuentra más cercano a sus salones.
 - Estudiantes de grados kínder, primero y segundo estarán utilizando el portón **verde**, frente a las banderas, al igual que los maestros de estos grados.

- Estudiantes de grados tercero, cuarto y quinto estarán utilizando el portón **rojo** del pasillo de la biblioteca, al igual que los maestros de estos grados.
- Empleados de la oficina de administración utilizarán el portón **rojo** del pasillo de la biblioteca.
- Las salidas se realizarán por los mismos portones, dejándose llevar por la información arriba escrita.

VII. ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA REDUCIR LA TRANSMISIÓN

- A. Plan de Operaciones de Emergencia por COVID-19 (POE)** - Todas las escuelas deben tener un plan de operaciones de emergencia (POE) frente al COVID-19, también conocido como Plan de Emergencias, organizado y sistemático para reducir el riesgo, estar preparados, responder y recuperarse de la propagación del SARS-CoV-2 en el plantel escolar. Se debe contemplar la posibilidad de que los estudiantes, los maestros, el personal escolar y los contratistas presenten síntomas del COVID-19, y saber qué hacer cuando esto suceda. A tales efectos es importante revisar, actualizar e implementar el POE en la escuela. Se recomienda promover la participación de los maestros, el personal escolar, los contratistas y los padres/tutores y otros socios de la comunidad escolar en la elaboración del POE. El POE debe incluir: (1) las estrategias para proteger a los estudiantes, maestros, personal escolar y contratistas de la propagación del SARS-CoV-2, y (2) el proceso para la evaluación de riesgos.

En la Academia San Ignacio se revisa y actualiza el Plan de Emergencias, en el cual está incluido el Plan de Control de Exposición al COVID-19 revisado, en el caso del Dpto. De Salud referido como POE.

B. Estrategias preventivas para reducir la transmisión del COVID-19 en las escuelas PK-12

1. **Vacunación tan pronto sea elegible:** La vacunación es la principal estrategia de prevención de salud pública para terminar con la pandemia del COVID-19. Tan pronto un estudiante llegue a la edad mínima para vacunarse será requerido presentar evidencia de vacunación.

Las personas completamente vacunadas deben seguir tomando las medidas de prevención, entre ellas, el uso de mascarillas cuando trabajan o se desempeñan en entornos rodeados de niños y adolescentes, incluyendo los niños y adolescentes con discapacidades. Por tal motivo, incluso después de vacunarse, las escuelas deben seguir implementando las medidas preventivas, incluyendo el uso obligatorio de mascarillas (interior de los salones), el mejorar la ventilación, el distanciamiento y el lavado de manos.

2. **Lavado de manos:** Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón es una de las mejores formas de protegerse usted, su familia, sus compañeros de trabajo, y todas las demás personas contra el COVID-19. La Academia San Ignacio tendrá jabón antibacterial disponible para uso de los empleados en las siguientes áreas: baños. Los empleados deberán lavarse las manos antes de comenzar sus labores y no menos de una vez cada tres (3) horas, sin que nada impida lavarse las manos con mayor frecuencia, según surja la

necesidad. Utilice la ilustración a continuación sobre cómo lavarse las manos correctamente, la cual también hemos colocado en los lugares designados por la Academia San Ignacio para los empleados lavarse las manos. Para los estudiantes, contamos con los lavamanos en los baños y tres estaciones adicionales para lavado de manos al final de receso de almuerzo.



- 3. Desinfectante de manos (hand sanitizer):** En caso de que no le sea posible lavarse las manos inmediatamente con agua y jabón, puede usar desinfectante de manos (“hand sanitizer”). La Academia tendrá desinfectante de manos disponible para uso de los empleados y/o estudiantes en las siguientes áreas: pasillos, y salones. Es importante hacer uso responsable de dicho producto y en la medida en que pueda recurrir a lavarse las manos con agua y jabón, ésta deberá ser la primera opción. La Academia San Ignacio cuenta también con alcohol para la desinfección de manos y áreas.
- 4. Distanciamiento físico:** en la academia hemos implementado la política de mantener una distancia de al menos 3 pies entre los estudiantes, todos mirando hacia una misma dirección, dentro del salón de clases con un máximo de 25 estudiantes. Esta política se combina con el uso de mascarillas por todos los estudiantes y maestros como estrategia de prevención de contagio. Según la “*Carta Circular Núm. 13 2020-2021*”, la capacidad máxima para estudiantes de escuela elemental es entre 25 a 30 estudiantes por salón. Exhortamos a métodos de saludo que no requieran contacto físico y, mientras dure la emergencia, desalentamos los saludos con abrazos, besos y el darse la mano.
- 5. Distanciamiento físico fuera del salón de clase:** ya que la mascarilla no es obligatoria en espacios abiertos, durante el recreo, clases de educación física, horarios de entrada y salida, la Academia recomienda el mantener el distanciamiento físico.

6. **Mejorar la ventilación:** todas las unidades de acondicionador de aire de los salones de clases cuentan con un dispositivo “Bipolar Ionization” que permite que el aire interior del salón se mantenga limpio. Además, las puertas de los salones se abren si los niños van a consumir alimentos dentro del salón de clases durante el receso para recreo.
7. **Quedarse en casa cuando esté enfermo y realizarse la prueba para el COVID-19:** todo estudiante, maestro o personal escolar que esté enfermo, tenga síntomas o tenga una prueba diagnóstica positiva para COVID-19 debe permanecer en su hogar. Siguiendo las indicaciones del DSPR, toda persona que haya sido diagnosticada con COVID-19, con síntomas leves o moderados, tiene que permanecer en un período de aislamiento de 10 días, antes de regresar a la escuela; hasta 20 días de aislamiento para casos de COVID-19, con síntomas graves a críticos y personas inmunocomprometidas. Si la persona ha estado enferma, sin un diagnóstico de COVID-19 debe permanecer en una cuarentena de siete (7) días y al quinto (5) día realizarse una prueba PCR.
8. **Rastreo de contactos en combinación con medidas de aislamiento y cuarentena:** el DSPR nos solicita la colaboración, en la medida que las leyes de protección de la privacidad así lo permitan, para proveer de manera confidencial información acerca de las personas diagnosticadas o contactos cercanos de un caso COVID-19. Tan pronto el personal designado recibe notificación de que algún estudiante, maestro o personal escolar haya estado expuesto a un contagio, tenga cualquier síntoma o padecimiento de salud, o tenga un resultado positivo al COVID debe tomar las siguientes medidas:
 - i. **Caso positivo al COVID-19:** cuando la escuela recibe la notificación de que un estudiante, maestro o personal escolar ha sido diagnosticado con COVID-19, debe cumplir con un aislamiento de diez (10) días. La escuela es responsable de hacer un rastreo para identificar a los contactos cercanos a la persona diagnosticada mediante entrevista a los maestros o personal escolar, según sea el caso. Una vez los contactos cercanos sean identificados deben ser notificados de que se mantendrán en una cuarentena preventiva de siete (7) días comenzando el día en que comenzaron los síntomas. Una vez se haya cumplido el período de cuarentena, los contactos cercanos tienen que presentar un resultado de laboratorio negativo de la prueba PCR de detección al COVID-19 de no más de 72 horas. La prueba puede realizarse desde el día cinco (5) de la cuarentena. La comunicación entre los padres del estudiante debe ser con la enfermera o con las personas designadas.
 - ii. **Caso de exposición directa al COVID-19:** cuando un estudiante, maestro o personal escolar ha estado a menos de seis pies de una persona con diagnóstico COVID (aunque no sea en la escuela) por un total de quince minutos o más, a lo largo de un periodo de 24 horas se considera que ha tenido un contacto cercano y la escuela debe ser notificada. En ese momento se le solicitará a la persona que tuvo un contacto cercano que se aisle de la escuela para una cuarentena de siete (7) días. Una vez se haya cumplido el período de cuarentena, los contactos cercanos tienen que presentar un resultado de laboratorio negativo de la prueba PCR de detección al COVID-19 de no más de 72 horas. La prueba puede realizarse desde el día cinco (5) de la cuarentena, pudiendo regresar de forma presencial al octavo (8) día, con resultado negativo de prueba PCR y sin síntomas. La comunicación entre los padres del estudiante debe ser con la enfermera o con las personas designadas.

Para asistir a las autoridades en la salud al identificar contactos cercanos tras ocurrir una exposición a COVID-19 en el plantel escolar, se utilizarán unas preguntas como guía, ofrecidas por el DSPR, para obtener la información de contactos cercanos. Por ejemplo: ¿Lugar donde tuvo el contacto? ¿Salón? ¿educación física? ¿área de recreo? ¿actividad extracurricular?, o ¿transportación escolar? Donde es importante saber si mantuvieron sus mascarillas en todo momento, si mantuvieron el distanciamiento físico de 6 pies o más, y si el compartir fue por más de 15 minutos.

9. **No compartir herramientas de trabajo:** En la medida posible, los empleados deben evitar utilizar los teléfonos, escritorios, oficinas u otras herramientas y equipo de trabajo de sus compañeros de labores. En caso de ser necesario, se debería de desinfectar el objeto/superficie antes y después de su uso.
10. **Uso de mascarillas:** se requiere que los estudiantes, maestros y personal escolar utilicen mascarilla, quirúrgica o desechable, cubriendo el área de boca y nariz en todo momento mientras estén en el interior de los salones, independientemente del estatus de vacunación, en espacios cerrados. Al estar en espacios abiertos, se le recomienda a todo empleado y/o estudiante que use la misma, pero no es obligatorio. De no tener mascarilla adicional y tuviera alguna situación que necesite reemplazar la misma, la Academia le estará proveyendo una. Es importante hacer uso responsable de las mismas. Si un estudiante enfrenta alguna situación que le impide el uso de una mascarilla, los padres deben acudir a la enfermería. Solo se permite el remover la mascarilla mientras se consuma alimento durante la merienda y almuerzo. A la hora de consumo de alimento el distanciamiento es de 6'. También el uso de las barreras de acrílico añade a la protección de nuestros estudiantes y empleados.
11. **Poblaciones vulnerables:** Se invita a las mujeres embarazadas, estudiantes con condición de salud, aquellas personas mayores de 65 años o que sufran de alguna de las siguientes condiciones de salud, particularmente si la misma no está actualmente bajo control, a que hagan la correspondiente notificación a Arlyn Estrella y/o Audilia Fuentes, Enfermera, de forma que se pueda evaluar adecuadamente su nivel de riesgo y la necesidad de implementar controles adicionales en su caso particular. Se consideran personas vulnerables, las siguientes:
 - Personas con enfermedades crónicas del pulmón o asma de moderada a severa;
 - Personas con condiciones cardíacas serias;
 - Personas inmunocomprometidas;
 - Se encuentran recibiendo tratamiento para el cáncer;
 - Han recibido trasplantes de médula o de órganos;
 - Sufren de deficiencias inmunológicas;
 - Tienen HIV o SIDA no controlado;
 - Presentan uso prolongado de corticoesteroides u otros medicamentos que debilitan el sistema inmunológico;
 - Personas que sufren de obesidad severa (BMI de 40 o más);
 - Personas que sufren de Diabetes;
 - Personas con enfermedad crónica de los riñones;
 - Personas con enfermedad del hígado.

Estamos en la mejor disposición de ofrecer soluciones. Consulte con su médico y déjenos saber la recomendación y el cuidado que le hayan indicado. Su salud es importante para nosotros.

VIII. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Hemos reforzado el plan de limpieza y desinfección de las áreas de trabajo, salones de clase, baños y áreas comunes, los cuales se desinfectarán mínimo una vez cada cuatro (4) horas. No obstante, si el maestro o empleado entiende necesario limpiar alguna superficie además de la limpieza rutinaria ya reforzada, usted estará en libertad de así hacerlo, recomendando el uso de guantes, de ser necesario. Para ello, se proveerán varios desinfectantes aprobados por la EPA, entre estos: Lysol en aerosol, Lysol “wipes”, Clorox, Quat líquido desinfectante, Concrobium Broad Spectrum Desinfectant (líquido – “ready to use”), y “Spartan” en aerosol, los cuales deberán ser utilizados responsablemente. Si usted es alérgico a algún desinfectante, o tiene alguna condición que le impida desinfectar su área o cualquier otra que entienda necesario, deberá notificarlo a Joan Maiz y/o Arlyn Estrella inmediatamente para el debido análisis y evaluación de la situación y medidas a tomar, de ello ser posible.

Recomendamos que cada maestra(o) y empleado desinfecte su área(s) y equipo/instrumentos de trabajo al comenzar y terminar su día de trabajo. Se creó un plan de trabajo, para que aquellas superficies de mucho contacto, como los teléfonos, las cerraduras de las puertas, las mesas, los interruptores de luz, los lavamanos, fotocopiadoras, entre otros, se desinfecten al menos tres (3) veces al día por el personal de mantenimiento. La Academia se asegurará que siempre haya inventario (suministro) de desinfectante disponible y que el tipo de desinfectante provisto y/o utilizado cumpla con las recomendaciones de las autoridades pertinentes y conforme a las instrucciones del fabricante. Cualquier pregunta con relación al inventario disponible deberá clarificarla con Joan Maiz, Gerente de Proyectos y Planta Física.

Para la desinfección de baños, tenemos una persona asignada que continuamente está desinfectando los baños y sus puntos de contacto. También tiene a su cargo el mantener disponible el dispensador de jabón y papel.

Plan de trabajo de limpieza y desinfección se trabaja como sigue:

- ✓ Para una mejor desinfección de baños, la Academia San Ignacio asignó empleados para aumentar la frecuencia de visita, para desinfectar los mismos después del uso de los estudiantes y/o empleados.
- ✓ Las unidades de acondicionador de aire se atienden con frecuencia, en adición al sistema de GPS que nos ayuda a eliminar el virus en el aire dentro de los salones.
- ✓ Se están utilizando lámparas UVC como parte complementaria del proceso de desinfección, programado para realizarse en la noche, cuando todo el personal se haya retirado de las facilidades de la ASI.

IX. OTRAS MEDIDAS DE SEGURIDAD

- Si algún empleado, por motivos de salud, no pueda estar de forma presencial en la ASI, tiene la opción de asistir a reuniones de forma virtual.
- Todos los empleados, pero con mayor particularidad los supervisores y personal gerencial, deben mantenerse alerta a riesgos de propagación en el área de trabajo y atender los mismos con sentido de urgencia. *Es responsabilidad de todos tomar medidas para evitar el contagio o propagación del COVID-19.* Si es una situación que usted no puede atender directamente, o requiere alguna acción adicional por parte de la Academia, deberá notificarlo inmediatamente a Jacynthe Riviere y/o Joan Maíz.
- Todo aquel empleado, y con mayor particularidad los supervisores y personal gerencial, de advenir en conocimiento de alguna situación o información con relación a algún riesgo de contagio o propagación del COVID-19 en el lugar de empleo tiene la obligación de notificarlo inmediatamente a Jacynthe Riviere, Sub-directora y/o Joan Maíz, Gerente Proyectos y Planta Física, por teléfono o por correo electrónico. *Omitir información y/o proveer información falsa es contrario a las normas, políticas y procedimientos de la Academia San Ignacio, y conllevaría medidas disciplinarias hasta e incluyendo el despido. Más serio aún, podría poner en riesgo la salud y seguridad de todos.*
- Todo aquel empleado, y con mayor particularidad los supervisores y personal gerencial, que presencie que otro empleado esté violando las reglas aquí establecidas, deberá notificarlo inmediatamente a Jacynthe Riviere, Sub-Directora y/o Arlyn Estrella, Gerente Recursos Humanos para tomar las medidas correspondientes, las cuales pueden incluir amonestaciones verbales, escritas y/o terminación de empleo dependiendo de la severidad de la violación y el riesgo al que expone a sus compañeros de trabajo, estudiantes y/o terceros.
- La Academia San Ignacio designa a Jacynthe Riviere, Sub-Directora, o Arlyn Estrella, Gerente Recursos Humanos, para evaluar constantemente las áreas de trabajo con el propósito de monitorear el desarrollo de nuevas áreas de riesgo y necesidades con relación a la pandemia de COVID-19. Dependiendo del lugar de trabajo, podrá haber otras personas designadas para dichos lugares de trabajo específicos.
- Para mantener una mejor ventilación dentro de los salones, se mantiene una puerta de los salones abierta, en momentos de merienda y/o almuerzo, para así aumentar la circulación de aire del exterior, lo que permite reducir la posible concentración de partículas del virus en el aire. La Academia San Ignacio considera la posibilidad de realizar las actividades y/o almuerzos al aire libre, cuando las circunstancias lo permitan.
- Las unidades de acondicionador de aire independientes (consolas de pared) podrán ser utilizadas teniendo un mejor flujo de aire del exterior y aumentar la circulación de aire. Con el apoyo de un sistema de *Global Plasma Solutions* (GPS) que utiliza la tecnología "Bipolar Ionization". Existe data que ha demostrado la eficiencia de esta tecnología para mantener una alta calidad de aire, controlando el particulado que se mantiene sostenido en el aire.

- La Academia San Ignacio cuenta con una Enfermera, designada como la Autoridad en Salud, en horario regular. Tenemos como área de aislamiento la enfermería, y se preparó un área aneja a la enfermería, si ésta no se pudiera utilizar, para acomodar a estudiantes o empleados que sean detectados con fiebre o algún otro síntoma del COVID-19, estando en las facilidades de la ASI. En ese momento, el estudiante, maestro o personal escolar debe retirarse de la Academia para recibir una evaluación médica.
- Las fuentes de agua no estarán en función para evitar ser un punto de contagio. Recomendamos que sus hijos lleven su propia botella de agua, utilizando las distintas unidades para rellenar sus botellas o termos, localizadas en pasillo de Biblioteca, pasillo del Cafetorium, pasillo de 5to grado, pasillo de 2do grado, y en la cancha bajo techo. En el área de PK y K (terraza) tenemos también fuentes para rellenar las botellas.
- Se colocaron unas señales (“stickers”) en el suelo indicando dónde deben esperar cuando van a los baños, Enfermería, Contabilidad, Recepción.
- Los maestros deben recordarles a sus estudiantes que no se permite el compartir materiales como lápices, bolígrafos, calculadoras, entre estudiantes o entre empleados.
- Los padres deben evitar que sus hijos traigan juguetes a la escuela para compartirlos con otros compañeros. Esto previene el contagio de COVID-19 y otras enfermedades.
- El DSPR desarrolló el BioPortal como repositorio centralizado de los resultados de pruebas COVID-19 y otros datos relacionados a la pandemia en Puerto Rico. En esta plataforma se habilitó un módulo exclusivo para el sector educativo del país que permite documentar, integrar y analizar los datos recopilados del sector educativo. En la Academia San Ignacio, el administrador del BioPortal será el que autorice el acceso a la información del sector educativo, añadiendo seguridad adicional al proceso. Todo estudiante, maestro o personal escolar que esté reportado en el “dashboard” del Bioportal no puede estar presente en la escuela. *La autoridad en salud es la persona designada para acceder al portal.*
- Cada salón, baños, Enfermería, Cafetorium y áreas comunes tienen una capacidad máxima identificada en las entradas.
- A pesar de una planificación cuidadosa y una implementación consistente de las estrategias de prevención, existen situaciones en las que la Administración de la Academia San Ignacio pudiera considerar el cierre temporero de la escuela, o de alguna parte de la escuela (como un salón, o un grado) para las clases presenciales, después de haberlo consultado con el DSPR. Es muy importante recordar que las escuelas de PK-12 deben ser los últimos escenarios en cerrar después de haber agotado todas las demás medidas de prevención en la comunidad y las primeras en reabrir cuando sea seguro hacerlo.
- La Academia requiere que los padres se comuniquen con el personal designado ante cualquier sospecha de contagio de algún miembro de su núcleo familiar. El personal designado mantendrá comunicación con los padres, maestros y personal escolar para actualizar medidas de seguridad, informes de cierres parciales o totales y cualquier otra información importante. Toda comunicación

entre los padres, maestros y personal escolar tiene que ser por medio de la dirección de correo electrónico oficial de la academia: academia@asiloyola.org.

X. VISITANTES Y SUPLIDORES

- A todo visitante o suplidor, que visite las facilidades de la Academia San Ignacio, recomendamos que esté vacunado, y usar una mascarilla cubriendo correctamente el área de la boca y nariz durante su visita en la ASI. Se recomienda que todos los visitantes cumplan con las medidas de distanciamiento físico, en la medida posible. En el caso de los visitantes, podrán desinfectarse las manos en las distintas estaciones con desinfectante en gel que hay instalados en los pasillos.
- La coordinación de visitas de suplidores recaerá exclusivamente en Joan Maíz, Gerente de Proyectos y Planta Física. Si usted entiende que existe la necesidad de que algún suplidor visite las facilidades de la Academia, deberá coordinarlo con la señora Maíz. Los suplidores deberán estar completamente vacunados y usar mascarilla en todo momento. No pueden saludar con la mano, besos o abrazos a ningún empleado. En el caso de entregas, deberán dejarlas en el lugar designado para ello y salir de las facilidades. No deberán, salvo que sea estrictamente necesario, utilizar el baño, tomar agua o café o utilizar las facilidades de la Academia para ningún otro fin que no sea entregar lo solicitado o proveer el servicio correspondiente. En el caso de proveedores de servicios deberán, además, mantener distancia, evitar las conversaciones, proveer el servicio y retirarse lo más pronto posible. Joan Maíz o Arlyn Estrella son las personas encargadas en notificar estas reglas a cada suplidor.

XI. USO DE ÁREAS COMUNES

- Se recomienda a todos los empleados/maestros que de congregarse en los lugares designados, mantengan su mascarilla correctamente colocada, dónde no puedan guardar una distancia de por lo menos seis (6) pies.
- Para prevenir el contagio, en el área designada para almorzar y/o descansar, se limitará el número de personas que podrán estar al mismo tiempo utilizando el área y siempre se deberá utilizar la mascarilla mientras se esté en dicha área. De ser necesario, se harán ajustes en los horarios de los empleados/maestros para facilitar el cumplimiento con esta directriz. El número límite de personas y el horario de uso será notificado a través de un aviso a ser colocado en cada área designada para almorzar y/o descansar. Es importante que usted cumpla con el horario de trabajo asignado. No se permitirá el uso común de cristalería, vasos, cubiertos, envases de comida, ni utensilios de cualquier tipo. Cada empleado será responsable de traer todos los días o tener en su área de trabajo designada sus vasos, cubiertos, y/o cualquier otro utensilio que entienda necesario utilizar para ingerir sus alimentos o meriendas.
- En la medida posible, en el área de recepción sólo se permitirá una persona a la vez, al igual que en el área de los baños.

XII. EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (INDIVIDUAL) EPI

En la Academia el nivel de riesgo es Mediano y se proveerá a los empleados equipo de protección personal, que corresponde a este nivel. Si usted entiende que el equipo de protección personal que le es provisto es insuficiente deberá contactar inmediatamente a Arlyn Estrella y/o Jacynthe Riviere para atender la situación. Nótese que al hacer dicha evaluación la Academia San Ignacio tomará en consideración el nivel de riesgo conforme a lo establecido por OSHA. Específicamente se ha establecido los siguientes niveles de riesgo:

Nivel	Descripción
Bajo	Aquellas posiciones que no requieren contacto con personas que se sabe o se sospeche que están infectadas con COVID-19 ni contacto cercano frecuente (a 6 pies de distancia o menos) con público en general. Los trabajadores de esta categoría tienen un contacto laboral mínimo con el público y otros compañeros de trabajo.
Mediano	Aquellas posiciones que requieren contacto frecuente y/o cercano (a 6 pies de distancia o menos) con personas que pueden estar infectadas con COVID-19 pero de las cuales se desconoce si son o si se sospechan que son pacientes de COVID-19. Esto incluye posiciones que tienen contacto con público en general (por ejemplo, locales comerciales que reciben un alto volumen de visitantes).
Alto	Aquellas posiciones con alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19. Incluye al personal de atención y asistencia médica (por ejemplo, médicos, enfermeras u otro personal del hospital que debe ingresar a las habitaciones de los pacientes) expuestos a pacientes conocidos o sospechosos de COVID-19, siempre que dicho personal no realice procedimientos que generen aerosol. Incluye también trabajadores de transporte médico (por ejemplo, operadores de ambulancias) que transporten en vehículos cerrados pacientes que estén o se sospeche que estén infectados con COVID-19. Además, incluye trabajadores mortuorios involucrados en preparar cuerpos (por ejemplo, para entierro o cremación) de personas que se sabe o se sospecha que estaban infectadas con COVID-19.
Muy Alto	Aquellas posiciones con alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19 durante procedimientos médicos, post mortem o de laboratorio específicos. Incluye trabajadores de la salud (por ejemplo, médicos, enfermeras, dentistas, paramédicos, técnicos de emergencias médicas) que realizan procedimientos de generación de aerosoles (por ejemplo, intubación, procedimientos de inducción de tos, broncoscopias, algunos procedimientos y exámenes dentales, o colección de muestras invasivas) en pacientes con COVID-19 conocidos o sospechados. También incluye personal de cuidado de salud o laboratorios que coleccionan y manejan especímenes de pacientes de COVID-19 conocidos o sospechosos, así como trabajadores de morgues que realizan autopsias, que generalmente involucra procedimientos que generan aerosol, en cuerpos de personas que estaban o se sospechaba que estaban infectados con COVID-19 al momento de su muerte.

Según OSHA, la mayoría de los trabajadores probablemente estarán en los niveles de riesgo de exposición bajo o medio, conforme se ilustra en el siguiente diagrama provisto por OSHA:

Pirámide de riesgo ocupacional para el COVID-19



Mientras así lo dispongan las autoridades pertinentes, es imperativo que todos los empleados en el lugar de empleo, independientemente del nivel de riesgo en el que se encuentren, se cubran el área de la boca y la nariz con una mascarilla, quirúrgica o desechable.

Finalmente, los empleados deben de continuar utilizando cualquier equipo de seguridad que rutinariamente utilizan para sus tareas, como por ejemplo gafas de seguridad, fajas, etc.

XIII. NORMAS DE GIRAS Y VIAJES

Queremos ser consistentes con las guías de Salud Pública establecidas, y en atención a ellos se seguirán las siguientes normas:

- Las giras escolares estarán suspendidas hasta nuevo aviso.
- No será necesario presentar una prueba PCR para poder entrar a la Academia San Ignacio después del regreso de un viaje fuera de la isla.

IVX. DEPORTES Y OTROS TIPOS DE ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES GRUPALES

Muchos deportes y otros tipos de actividades extracurriculares grupales pueden aumentar el riesgo de la transmisión del COVID-19 para los participantes, entrenadores y espectadores. La participación en actividades extracurriculares y deportes también puede aumentar el riesgo de transmisión del SARS-CoV-2 entre otros estudiantes, maestros y personal escolar. Deportes de contacto cercano y deportes de interiores, tales como la lucha libre, parecen representar actividades de alto riesgo particular, debido a que los participantes no pueden mantener al menos 6 pies de distancia y la ventilación puede ser limitada. El ejercicio intenso causa que los participantes respiren profundo, lo cual puede causar que gotitas respiratorias viajen más lejos de lo que harían de personas en descanso al exhalar.

Otras actividades extracurriculares, especialmente aquellas que ocurren al interior y envuelven gritar o cantar, también aumentan el riesgo de transmisión si un participante está infectado, debido a que las gotitas respiratorias pueden viajar a distancias mayores y a mayor velocidad. Por estas razones, las estrategias para controlar la transmisión del COVID-19 en las escuelas deben tomar en cuenta el rol de los deportes y de otras actividades al compararlas con la instrucción presencial.

La Federación Nacional de Asociaciones de Escuelas Superiores Estatales (NFHS, por sus siglas en inglés) emitió guías específicas para atletismo, clasificando los deportes por nivel de riesgo de COVID-19.

- ✓ **Riesgo alto** – deportes donde el contacto entre los jugadores, el cercano y sostenido, tales como lacrosse, fútbol, lucha libre, baile y competencias de porristas.
- ✓ **Riesgo moderado** – deportes donde el contacto es intermitente o el equipo no se puede limpiar entre participantes tales como el beisbol, baloncesto, gimnasia, balompié, hockey sobre césped, softbol, tenis y voleibol.
- ✓ **Riesgo bajo** – deportes que permitan el distanciamiento físico y no se comparte el equipo, incluyendo golf, natación, correr, porrista de campo, y levantamiento de pesas.

No obstante, en lugar de depender de unas “categorías de riesgo” rígidas y simples, ambos, la NFHS y los CDC, recomiendan considerar el riesgo de participar en actividades atléticas como un continuo representado por diferentes variables, algunas de las cuales pueden ser mitigadas para modificar el riesgo de un deporte o actividad en particular.

1. **¿De qué tipo de deporte o actividad se trata?**
Los deportes y las actividades físicas en los que es posible la participación individual y el distanciamiento físico, tales como el golf o tenis individual, tienen menos riesgos que los deportes en los cuales hay mucho contacto cercano como el baloncesto o la lucha libre.
2. **¿Los jugadores comparten el equipo?**
Los deportes y las actividades físicas en donde no se comparten los equipos, como en carreras de fondo, son probablemente menos riesgosos que los deportes como el fútbol donde se comparte el balón para jugar.
3. **¿Cuánto tiempo están los atletas en contacto con otros?**
Los deportes y actividades físicas son exposición mínima a otros jugadores podrían ser una opción más segura. Una competencia es una carrera de pista, por ejemplo, puede tener menos riesgo que los deportes donde alguien está en contacto cercano con otro jugador por un periodo largo de tiempo.
4. **¿El deporte se practica en un lugar cubierto o al aire libre?**
Donde los atletas entrenan, practican y compiten también afecta el riesgo. Es más probable que el COVID-19 se propague en espacios interiores cerrados con poca ventilación. Los deportes y las actividades en espacios interiores probablemente tienen más riesgo, según la evidencia, especialmente la lucha libre y el hockey sobre hielo.
5. **¿Cuántos jugadores hay en el equipo?**
Entre más personas haya para interactuar, mayor será la oportunidad para exponerse al COVID-19. Así que los equipos pequeños, grupos de prácticas o clases que permanecen juntos, en lugar de intercambiar con otros equipos, entrenadores o profesores serán una opción más segura. Esto también facilita contactar a los individuos en el caso de que se presente una exposición al COVID-19.
6. **¿Los equipos viajan?**
El permanecer dentro de su comunidad será más seguro que participar con equipos que viajan o se trasladan a otros lugares para competir. Viajar a zonas donde hay más casos de COVID-19 podría incrementar la posibilidad de transmisión y propagación. Los deportes donde se viaja también intercambian jugadores, por lo que en general los atletas están expuestos a más personas.
7. **¿Se usan mascarillas?**

Las mascarillas son muy importantes en los eventos deportivos donde es común que los entrenadores, jugadores, oficiales de juego y espectadores hablen en voz alta, griten, canten o canten en coro. Los atletas deben usar mascarillas para la cara durante todas las prácticas y competencias, excepto en ciertos deportes en los que podría ser menos seguro jugar con mascarillas o aquellos con bajo riesgo de transmisión del SARS-CoV-2. Los entrenadores, oficiales de juego, voluntarios y espectadores también deben usar mascarillas.

8. **¿Están todos cumpliendo los procedimientos de seguridad del COVID-19?**

Con el fin de crear entornos seguros para todos, nuevos procedimientos de seguridad deben ser establecidos para las prácticas y los juegos. Los padres, los atletas, entrenadores y oficiales necesitan trabajar juntos para ayudar a mantener a todos sanos y seguros cumpliendo con las recomendaciones. Cuando las personas no toman estas precauciones, pueden poner en riesgo a todo el equipo. Así que recuerde ser un buen compañero de equipo y aficionado con estas nuevas reglas de seguridad.

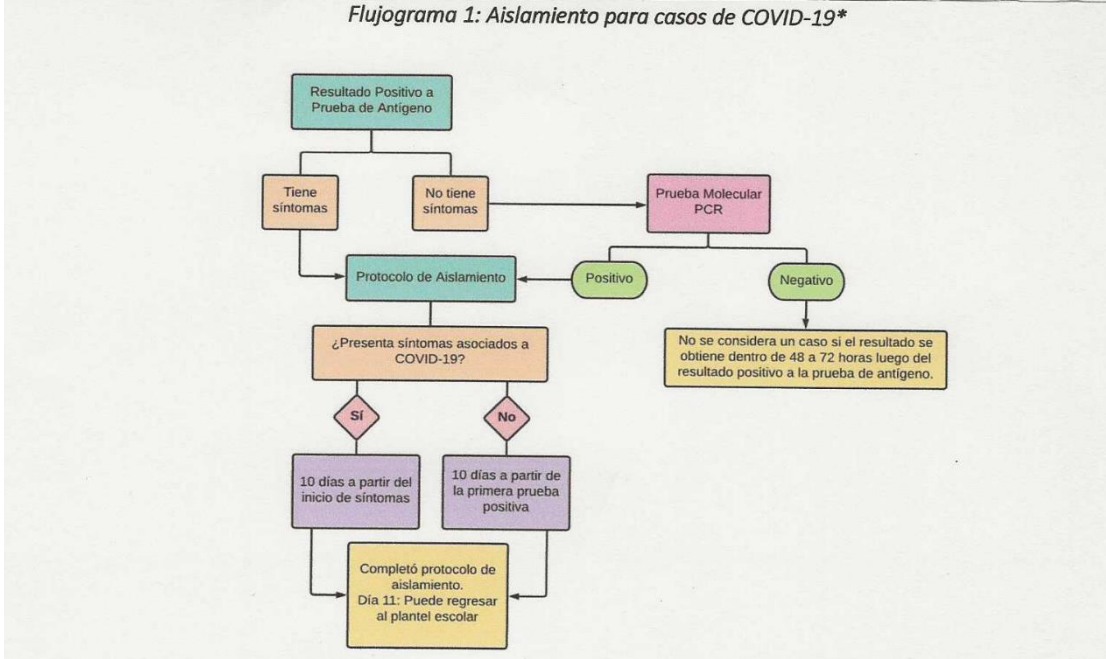
Recuerde:

Participar en los deportes y otras actividades físicas ofrece muchos beneficios a los niños, nuestros estudiantes. Puede mejorar la salud del sistema cardiovascular, la fuerza, la composición del cuerpo, y en general el estado físico. El ejercicio también beneficia el sistema inmunológico. Además, socializar con amigos y entrenadores, y volver a una rutina mas estructurada, puede tener un impacto positivo en la salud mental de los niños. Pero hay que tener en cuenta los riesgos que presenta durante la pandemia, y cerciorarse de mantener al mínimo la posibilidad de esparcir el virus.

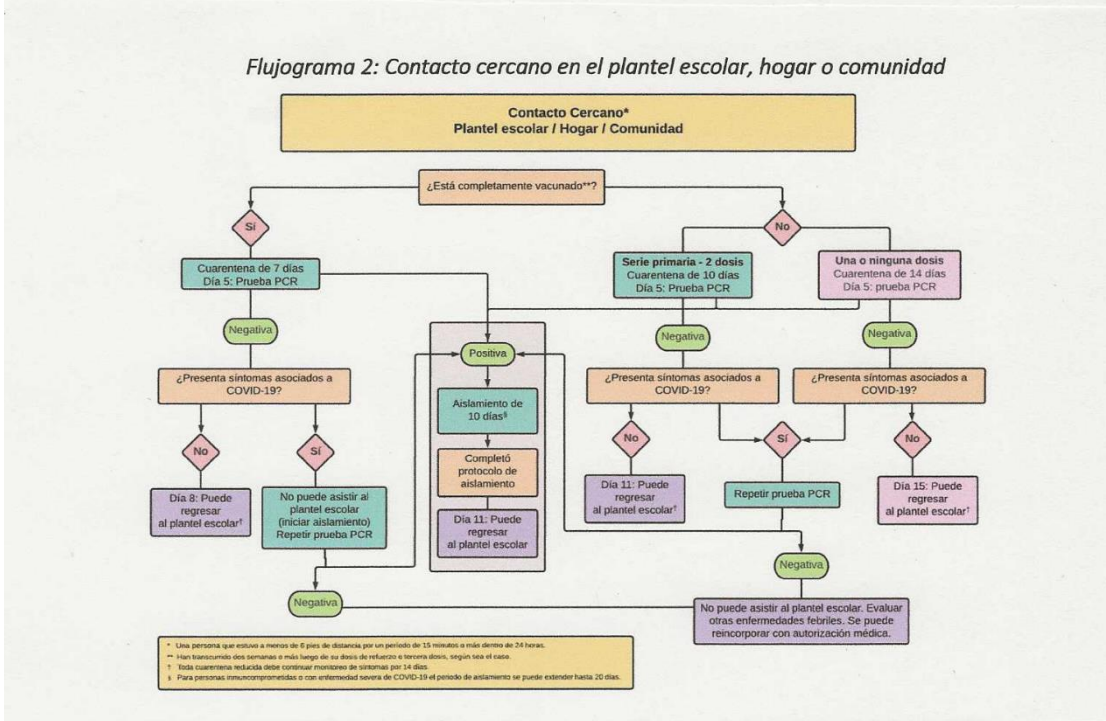
- ✓ Los deportistas deben cambiar su mascarilla si esta se moja, suda, ensucia, rompe o dana.
- ✓ Los deportistas deben mantener al menos 6 pies de distancia entre otros jugadores y de adultos mientras toman sus periodos de descanso.
- ✓ Los deportistas de riesgo medio o bajo incluyen los que se pueden practicar al aire libre o en espacios interiores con mascarilla.
- ✓ Los deportes de alto riesgo incluyen los que no se pueden practicar al aire libre o con mascarilla.
- ✓ Los deportes de alto riesgo y las actividades extracurriculares se cancelarán en las áreas con nivel de transmisión comunitaria sustancial o alto.

ANEJO 1

Flujograma 1: Aislamiento para casos de COVID-19*



Flujograma 2: Contacto cercano en el plantel escolar, hogar o comunidad



* Una persona que estuvo a menos de 6 pies de distancia por un período de 15 minutos o más dentro de 24 horas.
 ** No transcurrido dos semanas o más luego de su dosis de refuerzo o tercera dosis, según sea el caso.
 † Toda cuarentena reducida debe constatar monitoreo de síntomas por 14 días.
 ‡ Para personas inmunocomprometidas o con enfermedad severa de COVID-19 el periodo de aislamiento se puede extender hasta 20 días.

Información suministrada por el Departamento de Salud de Puerto Rico.