

17 de septiembre de 2021

ASUNTO: Recordatorios de prevención contra el COVID-19

Estimados estudiantes, familias y personal escolar:

Es alentador poder ver a los estudiantes, maestros y personal escolar de vuelta a los salones de clases. Su escuela y líderes escolares han hecho un gran trabajo en preparar las instalaciones para dar la bienvenida a los alumnos de vuelta a sus planteles. La transmisión del COVID sigue siendo elevada en estos momentos en el condado de Snohomish. Por esta razón, queremos compartirles algunos recordatorios importantes.

Siga las indicaciones de aislamiento y cuarentena

Sabemos que da miedo y estrés descubrir que usted o su estudiante tienen COVID-19 o estuvieron en contacto cercano a un caso. También puede ser confuso si escucha diferentes versiones de la información o que se contradicen. Aquí le presentamos las medidas para todas las escuelas y lugares de cuidado infantil del condado de Snohomish en lo referente al aislamiento y las cuarentenas.

- Aislamiento por un caso confirmado de COVID-19
Las personas con resultados positivos de COVID-19 deben aislarse en casa, alejados de las demás personas en su vivienda, por al menos 10 días. Los estudiantes y el personal escolar pueden terminar su aislamiento después de que:
 - Hayan pasado 10 días desde que iniciaron los síntomas, o desde la fecha que la prueba salió positiva si no se tuvieron síntomas (asintomático), Y
 - Los síntomas han mejorado, Y
 - Han pasado por lo menos 24 horas desde que ya no se tiene fiebre sin haber usado medicamento para controlarla.

- No hay cuarentena para personas que tuvieron contacto cercano y que están completamente vacunados
Si un estudiante o miembro del personal escolar que esté completamente vacunado es notificado de que tuvo un contacto cercano a un caso, no necesita ponerse en cuarentena siempre y cuando esté bien y se mantenga sin síntomas. Deberá hacerse una prueba 3 a 5 días después de la última exposición. Si llega a desarrollar síntomas de COVID, deberá reportarlo a la escuela, quedarse en casa y buscar hacerse la prueba lo más pronto posible.

- Cuarentena para estudiantes y personal escolar que no está completamente vacunado
Las personas que tuvieron contactos cercanos y que no están completamente vacunados, deberán ponerse en cuarentena por 14 días, a menos que la escuela ofrezca una cuarentena modificada. Idealmente se debe hacer la prueba de inmediato y una vez más 5-7 días después de la fecha de la última exposición. Si no es posible hacerse dos pruebas, entonces hágase una 5-7 días después de la fecha de exposición. **Los estudiantes y el personal escolar que no están vacunados, se deberán quedar en casa los 14 días completos, incluso si sus pruebas salen negativas o si la escuela ofrece cuarentena modificada.** Note que el periodo de cuarentena puede ser mayor si el caso confirmado es un miembro de su vivienda.

Estamos también recibiendo solicitudes de estudiantes y padres apelando el proceso de su cuarentena o con confusión debido a que alguna clínica o proveedor les indicó que ya estaban bien. Sin embargo, los proveedores de atención a la salud no tienen la autoridad de cambiar el periodo de cuarentena establecido por la escuela o salud pública. Si tiene preguntas o inquietudes sobre alguna de estas

discrepancias entre lo que usted escuchó de las escuelas y salud pública y lo que una clínica le dijo, por favor quédese en cuarentena y contacte a su escuela para más orientación.

Quédese en casa cuando este enfermo

Las personas encargadas de rastrear contactos en el Distrito de Salud de Snohomish están viendo una gran cantidad de casos en los que se asistía a la escuela, eventos escolares, trabajo o reuniones teniendo síntomas. Algunos tenían fiebre o una tos, mientras que otros creían que estaban teniendo alergias. Si usted o su estudiante no se sienten bien, por favor quédese en casa hasta que pasen los síntomas.

Hágase la prueba

Desafortunadamente, también escuchamos reportes de padres o amigos que le dicen a la gente que no se hagan la prueba para evitar aislarse o ponerse en cuarentena. No podemos dejar de insistir en la importancia que tienen las pruebas, el aislamiento de casos y poner en cuarentena a los contactos en nuestra lucha contra este virus. No podemos interrumpir la transmisión o prevenir que otros se enfermen sin hacer estas acciones.

Los síntomas del COVID pueden incluir uno o más de lo siguiente:

- Fiebre
- Escalofríos
- Tos
- Dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolores musculares o dolores del cuerpo
- Dolores de cabeza
- Dolor de garganta
- Esgurrimiento nasal o congestión nasal
- Nueva pérdida del gusto o del olfato

Si desarrolla síntomas, esté vacunado o no, busque hacerse la prueba con su proveedor de salud, clínica o farmacia, o visítenos en línea en www.snohd.org/testing. Las personas sin acceso al internet o que necesitan asistencia en su idioma pueden comunicarse al centro de atención telefónica al 425.339.5278 para programar una cita para hacerse la prueba. El centro de atención telefónica está abierto de 8:30 a.m. a 4:30 p.m., de lunes a viernes. Las personas que llamen fuera del horario de atención o los fines de semana pueden dejar su mensaje y le regresarán la llamada al siguiente día hábil.

Las personas deberán quedarse en casa y alejados de los demás hasta que reciban sus resultados. Está definitivamente permitido buscar atención médica, si así se necesita. Solo recuerde llamar con anticipación para que sepan que van en camino y puedan tomar las precauciones pertinentes.

Vacúnese

A manera de recordatorio, existen muchas maneras de buscar citas disponibles para la vacuna. Contáctese con su proveedor principal de atención médica, farmacia local o visite www.snohd.org/covidvaccine para más recursos.

Tenemos algunos recordatorios importantes para cuando se vacunen los menores de edad:

- La vacuna Pfizer-BioNTech es actualmente la única vacuna COVID-19 autorizada para niños y niñas de 12 años y mayores. Las vacunas Moderna y Johnson & Johnson solamente están autorizadas para personas de 18 años o mayores en estos momentos. Por favor verifique qué marca está disponible en su localidad antes de hacer una cita.
- Para las personas de 12 a 17 años se necesitará tener un consentimiento por parte de los padres o tutores para recibir la vacuna. Los proveedores pueden tener diferentes requisitos para documentar el consentimiento, así que por favor consulte el sitio web o llame de antemano para averiguar que necesita para el consentimiento de los padres.
- **Por favor no busque hacer o programar citas para menores que no sean elegibles.**

Las pruebas de vacunas para niños menores están en camino. Hasta que estas vacunas sean autorizadas por la FDA para niños y niñas menores de 11 años de edad, es importante que los jóvenes, las familias y el personal escolar se aseguren de seguir constantemente todas las medidas de prevención de salud pública. Esto quiere decir usar el cubrebocas cuando estén fuera de casa, evitar hacer reuniones sociales innecesarias, mantener su distancia de las personas con las que no vive, mantener una buena ventilación en los interiores y lavarse las manos o usar sanitizante/antibacterial de manos frecuentemente.

Le agradecemos a usted y a sus estudiantes por su paciencia y perseverancia durante estos tiempos difíciles.

Atentamente,



Christopher Spitters, MD, MPH
Oficial de Sanidad