

Marysville Joint Unified School District
Guía de COVID-19
Actualizado 18 de enero de 2022

- **Qué hacer si está enfermo**

Síntomas leves

Las personas con síntomas leves, que no están lo suficientemente enfermas como para ser hospitalizadas, deben aislarse en casa. Estas personas deberían:

- Hacerse la prueba de COVID-19, de inmediato, si aún no lo han hecho. Informe cualquier resultado positivo de la prueba a su escuela y/o al supervisor de lugar de trabajo.
- Puede regresar para recibir instrucción en persona cuando se cumplan los siguiente criterios:
 - Han pasado al menos 24 horas desde la resolución de la fiebre sin el uso de medicamento para reducir la fiebre Y
 - Otros síntomas han mejorado Y
 - Una prueba negativa para COVID-19 O un proveedor de atención médica ha proporcionado documentación de que los síntomas son típicos de su afección crónica subyacente O un proveedor de atención médica ha confirmado un diagnóstico alternativo O han pasado al menos 10 días desde el inicio de los síntomas

Síntomas severos

Las personas con síntomas graves de enfermedad respiratoria deben llamar a su proveedor de atención médica de inmediato. Llame con anticipación para que pueda ser evaluado de manera segura para evitar exponerse a otros. Su proveedor de atención médica lo evaluará y determinará el mejor curso de acción para su enfermedad, incluso si debe o no hacerse la prueba.

- **Qué hacer si da positivo en la prueba de COVID-19** (se aplica a todos los estudiantes y el personal, sin importar del estado de vacunación, infección previa o falta de síntomas)

- Evite el contacto cercano con otros
- Quédese en casa por lo menos 5 días desde el inicio de los síntomas o la fecha que dio positivo, lo que ocurra primero
- Si cumple con **todos los siguientes criterios**, puede terminar el aislamiento después del día 5.
 - prueba de antígeno resultado negativo con muestra del día 5 o después Y
 - no síntomas o síntomas respiratorios mejorados Y
 - no fiebre durante 24 horas sin medicamento para bajar la fiebre Y
 - Cubrebocas y distanciamiento social de los demás por 5 días adicionales

- Si no puede hacerse la prueba o elige no hacerlo, y los síntomas no están presentes o se están resolviendo, el aislamiento puede terminar después del día 10. Si tiene fiebre y no, el aislamiento debe continuar hasta que no tenga fiebre.
 - Si los síntomas, además de la fiebre, no se resuelven, siga aislado hasta que los síntomas se mejoran o hasta después del día 10.
 - Informe a cualquier persona con la que haya tenido contacto cercano (dentro de 6 pies, con o sin cubrebocas, durante 15 minutos o más en un período de 24 horas). Considere cualquier contacto cercano dos días antes del inicio de los síntomas.
 - Para preguntas e inquietudes individuales, comuníquese con nuestro equipo de COVID en jwells@mjusd.k12.ca.us.
 - Revise [la guía de aislamiento de CDPH](#) del 8 de enero de 2022
- **Qué hacer si estado expuesto* a un caso positivo en un ambiente de la escuela**
Si se le informo que estuvo potencialmente expuesto a una persona con COVID-19, CDPH y Cal OSHA recomienda la siguiente guía para los estudiantes y el personal, respectivamente:
- Para los estudiantes:
 - ***Para los estudiantes asintomáticos y han completado la serie primaria de vacunas para COVID-19 (no se requiere refuerzo) O que previamente se infectaron con SARS-CoV-2 (confirmado por laboratorio) en los últimos 90 días:***
 - NO se recomienda la cuarentena. Los estudiantes sin síntomas pueden permanecer en la escuela y participar en todas las actividades escolares. Si se desarrollan síntomas, háganse la prueba y quédese en casa (vea arriba “Qué hacer si está enfermo”)
 - Prueba para COVID-19 5-7 días después de la exposición
 - Cubrebocas para 14 días después de la exposición
 - ***Para estudiantes que NO han completado la series primaria de vacunas Ni estuvieron previamente infectados con SARS-Co-V-2 (confirmado por laboratorio) en los últimos 90 días y tenían cubrebocas al momento de la exposición:***
 - Cuando ambas partes usaban un cubrebocas, los estudiantes que tuvieron contacto cercano (más de 15 minutos durante un periodo de 24 horas dentro de 0 a 6 pies) pueden someterse a una cuarentena modificada de la siguiente manera. Puede continuar asistiendo a la escuela para recibir instrucción en persona si:
 - Son asintomáticos
 - Continúe usando cubrebocas adecuadamente, según sea requerido
 - Someterse a pruebas al menos dos veces por semana durante la cuarentena ([consulte el formulario de consentimiento](#)).

- Continué en cuarentena para todas las actividades extracurriculares en la escuela, incluidos los deportes y las actividades dentro del ambiente comunitario.
 - Los estudiantes que no deseen participar en la cuarentena modificada deben permanecer en cuarentena durante 10 días desde la última exposición.
- ***Para los estudiantes que NO han completado la serie primaria de vacunas NI previamente infectados con SARS-Co-2 (confirmado por laboratorio) en los últimos 90 días en el momento de la exposición:***
 - Cuarentena Estándar (estudiantes que no usaban cubrebocas o para quienes la persona infectada no usaba un cubrebocas durante la exposición) O
 - Si son asintomáticos, los estudiantes pueden hacer la prueba el día 5 y regresar el día 6 si el resultado es negativo y no se han desarrollado síntomas. Si no puede hacer la prueba o elige no hacerlo y los síntomas no están presentes la cuarentena puede terminar después del día 10
- Para el personal:
 - ***Para los empleados asintomáticos y están al día** con las vacunas y el refuerzo de COVID-19 (si son elegible):***
 - No es necesaria la cuarentena
 - Use un cubrebocas que le quede bien alrededor de otras personas durante 10 días después de la última exposición
 - Monitorear los síntomas; si desarrolla síntomas, quédese en casa y hágase la prueba el día 5
 - Si la prueba es positiva, siga las pautas de aislamiento anteriores
 - ***Para los empleados que no están al día** vacuna de refuerzo y asintomáticos:***
 - Quedarse en el trabajo
 - Prueba de COVID negativa el día 3-5 después de la última exposición
 - Use un cubrebocas que le quede bien alrededor de otras personas por un total de 10 días
 - Continúe monitoreando los síntomas
 - ***Para empleados no vacunados :***
 - Cuarentena de los demás durante al menos 5 días desde su última exposición al caso positivo
 - Monitorear los síntomas; si desarrolla síntomas, quédese en casa y hágase la prueba
 - Hágase la prueba el día 5
 - La cuarentena puede terminar después del día 5 si no tiene síntomas y una muestra recolectada el día 5 o después da negativo

- Continúe usando un cubrebocas que le quede bien alrededor de los demás hasta el día 10
- Si no puede hacer la prueba o elige no hacerlo y los síntomas no están presentes, la cuarentena puede terminar después del día 10
- Continúe usando un cubrebocas que le quede bien alrededor de otras personas durante 10 días

Si una persona expuesta se vuelve sintomática, se recomienda que se aíle y se haga la prueba de inmediato, no importa el estado de vacunación. Espere a que los resultados de las pruebas y los síntomas mejoren antes de estar cerca de otras personas.

*Expuesto significa que una persona positiva estuvo a menos de 6 pies de usted durante 15 minutos o más en un período de 24 horas. El rastreo de contactos deben incluir cualquier contacto durante los 2 días (48 horas) anteriores a la prueba positiva o al inicio de los síntomas

**Actualizado significa completamente vacuna + refuerzo, si es elegible (al menos 5 meses después de recibir una segunda dosis de Moderna o Pfizer-BioNTech, o al menos 5 meses después de recibir una dosis única de la vacuna J&J). Consulte la [guía de CDC](#) para obtener más información.

Para obtener más información, por favor consulte [las preguntas frecuentes sobre COVID-19](#) de MJUSD en el documento.