



Preparing every student to thrive in a global society.

## Guías Saludables a Seguir en el Distrito Escolar (ESUHSD)



### Promover Prácticas Saludables de Higiene

Enseñar y reforzar el lavado de las manos, evitando el contacto con los ojos, la nariz y la boca, y cubriendo la tos y los estornudos entre los estudiantes y el personal.

- Enseñar a los estudiantes y recordarle al personal que use pañuelos desechables para limpiarse la nariz, y toser/estornudar dentro de un pañuelo desechable o el codo.
- Los estudiantes y el personal deben lavarse las manos antes y después de comer; después de toser o estornudar; después de estar afuera; y antes y después de usar el baño.
- Los estudiantes y el personal deben lavarse las manos durante 20 segundos con jabón, frotarse bien después de la aplicación y usar toallas de papel (o toallas desechables de tela) para secarse bien las manos.
- El personal debe ser ejemplo y practicar el lavado de las manos. Por ejemplo, para niveles de grado más bajos, use el tiempo en el baño como una oportunidad para reforzar hábitos saludables y supervisar el lavado adecuado de las manos.
- Los estudiantes y el personal deben usar un desinfectante para manos sin fragancia cuando no sea posible lavarse las manos. El desinfectante se debe frotar en las manos hasta que esté completamente seco. Nota: el lavado frecuente de las manos es más efectivo que el uso de desinfectantes para manos.
- Se prefieren los desinfectantes para manos a base de alcohol etílico y deben usarse cuando exista la posibilidad de que los niños lo usen sin supervisión. Los desinfectantes para manos con isopropilo son más tóxicos y se pueden absorber a través de la piel.
- **Se requiere** que todo el personal use cubiertas faciales de tela a menos que las normas de Cal/OSHA requieran protección respiratoria. Los maestros pueden usar protectores faciales, si están disponibles, que permiten a los estudiantes ver las caras de sus maestros y evitar posibles barreras a la enseñanza fonológica.
- Los trabajadores del servicio de alimentos y el personal en contacto de rutina con el público (por ejemplo, la oficina principal) deben usar guantes y coberturas faciales.
- **Se requiere** que los estudiantes usen cubiertas de tela para la cara. Los revestimientos de tela para la cara son más esenciales en entornos donde el distanciamiento físico no pueda mantenerse fácilmente, como los autobuses escolares u otros entornos donde el espacio pueda ser insuficiente. Cada escuela proporcionará máscaras desechables.
- Se debe recordar con frecuencia a los estudiantes y al personal que no toquen la cubierta de la cara y que se laven las manos con frecuencia.
- Se debe proporcionar información a todo el personal y a las familias de la comunidad escolar sobre el uso, retiro y lavado adecuados de las mascarillas de tela para la cara.