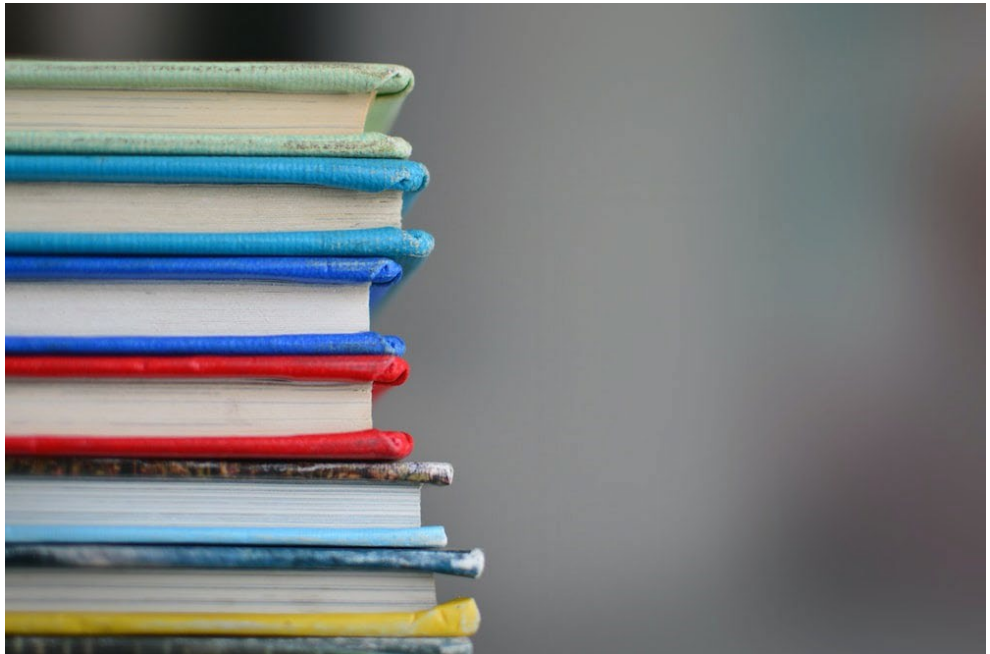


# GUÍA DE SALUD PÚBLICA PARA ESCUELAS Y PROVEEDORES DE CUIDADO INFANTIL, 2024-2025



AGOSTO  
DE 2024

DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA DEL  
CONDADO DE SACRAMENTO

SACRAMENTO COUNTY



**PUBLIC  
HEALTH**

Promote • Prevent • Protect

# ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>3</b>
<b>CONTACTOS DEL SCPH</b> .....	<b>4</b>
<b>CALIDAD DEL AIRE Y CALOR EXTREMO</b> .....	<b>5</b>
<b>ANIMALES</b> .....	<b>7</b>
<b>AFECCIONES MÉDICAS Y ENFERMEDADES CONTAGIOSAS</b> .....	<b>10</b>
REQUISITOS DE NOTIFICACIÓN DE ENFERMEDADES.....	12
REEMBOLSO DE LA ADA POR EPIDEMIAS .....	13
HERRAMIENTAS DE DETECCIÓN Y SEGUIMIENTO .....	14
DIRECTRICES DE EXCLUSIÓN .....	16
ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS.....	17
<b>PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS</b> .....	<b>20</b>
<b>EPINEFRINA</b> .....	<b>21</b>
<b>VACUNAS</b> .....	<b>22</b>
<b>PREVENCIÓN Y CONTROL DE INFECCIONES</b> .....	<b>25</b>
<b>PIOJOS</b> .....	<b>30</b>
<b>SALUD MENTAL</b> .....	<b>31</b>
<b>NALOXONA</b> .....	<b>32</b>
<b>SALUD BUCAL</b> .....	<b>33</b>
<b>RABIA</b> .....	<b>34</b>
<b>VIRUS RESPIRATORIOS</b> .....	<b>35</b>
<b>SALUD SEXUAL</b> .....	<b>36</b>
<b>TABACO, NICOTINA Y VAPEO</b> .....	<b>37</b>
<b>PISCINAS PARA NIÑOS</b> .....	<b>38</b>

# Introducción

## UN MENSAJE DE LA FUNCIONARIA DE SALUD PÚBLICA

Estimados directores de escuelas y proveedores de cuidado infantil:

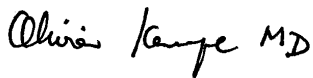
A medida que la clase de 2037 comienza su trayecto educativo como niños de jardín de infantes este otoño, el Departamento de Salud Pública del Condado de Sacramento (Sacramento County Public Health, SCPH) se complace en publicar la edición de este año de nuestra Guía de salud pública para escuelas y proveedores de cuidado infantil.

Los niños aprenden y prosperan mejor cuando están sanos. Si bien no podemos cubrir todas las posibles situaciones de salud que puede enfrentar en su establecimiento, esperamos que esta referencia rápida proporcione orientación y recursos básicos para muchas de las situaciones que es más probable que enfrenten. La guía de este año se ha reorganizado para que sea más fácil encontrar la información por tema. También hemos agregado información y recursos sobre epinefrina, salud mental, naloxona, salud bucal, salud sexual y tabaco, nicotina y vapeo.

Les recomiendo familiarizarse con este documento y utilizar su contenido durante todo el año escolar. Si se encuentran con una situación que no hemos abordado aquí, o si necesitan orientación o apoyo del SCPH, no duden en comunicarse con nuestros equipos.

Les agradecemos su compromiso con la salud y la seguridad de sus comunidades escolares y esperamos trabajar juntos nuevamente este año escolar.

Atentamente.



Dra. Olivia Kasirye, MS,  
funcionaria de Salud Pública

# Contactos del SCPH

## CÓMO COMUNICARSE CON EL DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA DEL CONDADO DE SACRAMENTO

### NOTIFICACIÓN DE ENFERMEDADES Y RESPUESTA

Para obtener orientación urgente sobre cómo notificar enfermedades, afecciones o posibles brotes y responder a ellos, llame a este número:

**(916) 875-5881**

### ASISTENCIA PARA VACUNACIÓN

Para obtener orientación sobre los cronogramas de vacunación, informes y recursos, llame al [Programa de Asistencia para Vacunación](#) al siguiente número:

**(916) 875-7468**

### ORIENTACIÓN Y CONSULTAS GENERALES SOBRE SALUD ESCOLAR

Para consultas y orientación generales y no urgentes sobre salud escolar, comuníquese con el [Equipo de Escuelas del SCPH](#) a la siguiente dirección de correo electrónico:

**[SCPHschools@saccounty.gov](mailto:SCPHschools@saccounty.gov)**



# Calidad del aire y calor extremo

## ORIENTACIÓN Y RECURSOS

### INFORMACIÓN GENERAL

A medida que los eventos extremos de calor y humo se vuelven más comunes en nuestra región, es esencial que las escuelas y los operadores de cuidado infantil estén preparados para adaptar sus operaciones a fin de garantizar la salud y la seguridad de los niños y los empleados. Esto puede implicar lo siguiente:

- prestar especial atención a las personas sensibles (por ejemplo, personas con asma u otras afecciones médicas);
- trasladar eventos y actividades al aire libre al espacios interiores;
- limitar la actividad enérgica; o
- posponer o cancelar eventos.



### CALIDAD DEL AIRE Y EVENTOS DE HUMO

La mala calidad del aire, como la causada por el humo de los incendios forestales, puede hacer que estar al aire libre sea desagradable y poco saludable. Debido al tamaño y la geografía del condado de Sacramento, la calidad del aire puede variar mucho en todo el condado. El [Distrito de Gestión de la Calidad del Aire Metropolitano de Sacramento](#) tiene herramientas y recursos que le permiten monitorear la calidad del aire cerca de su(s) establecimiento(s) y tomar decisiones para adaptar sus operaciones en consecuencia.

#### [Cuadro de acción para escuelas ante eventos de humo y determinada calidad del aire](#)

(Distrito Metropolitano de Gestión de la Calidad del Aire de Sacramento [Sacramento Metropolitan Air Quality Management District, SMAQMD])

#### [Mapa de incendios y humo](#) (AirNow)

#### [Impactos del humo en la salud](#) (SMAQMD)

#### [Kit de herramientas de divulgación](#) (SMAQMD)

#### [Plan de emergencia para Sacramento por contaminación del aire a causa del humo de los incendios forestales](#) (SMAQMD)

## CALIDAD DEL AIRE EN ESPACIOS INTERIORES

Las escuelas deben considerar medidas para garantizar una buena calidad del aire en espacios interiores, independientemente de las condiciones exteriores. Una buena ventilación y filtración del aire pueden reducir la propagación de virus respiratorios y limitar la exposición al humo y a productos químicos cuando la calidad del aire exterior es mala.

Considere estrategias para mejorar la calidad del aire en espacios interiores, incluida la optimización o actualización de los sistemas HVAC, la apertura de puertas y ventanas cuando la calidad del aire exterior sea buena y la incorporación de dispositivos portátiles de purificación del aire.

[Mejorar la calidad del aire en espacios interiores en las escuelas](#) (Departamento de Salud Pública de California [Departamento de Salud Pública de California, CDPH])

[Guía provisional para ventilación, filtración y calidad del aire](#) (CDPH)

[Consejos para purificadores de aire portátiles](#) (CDPH)

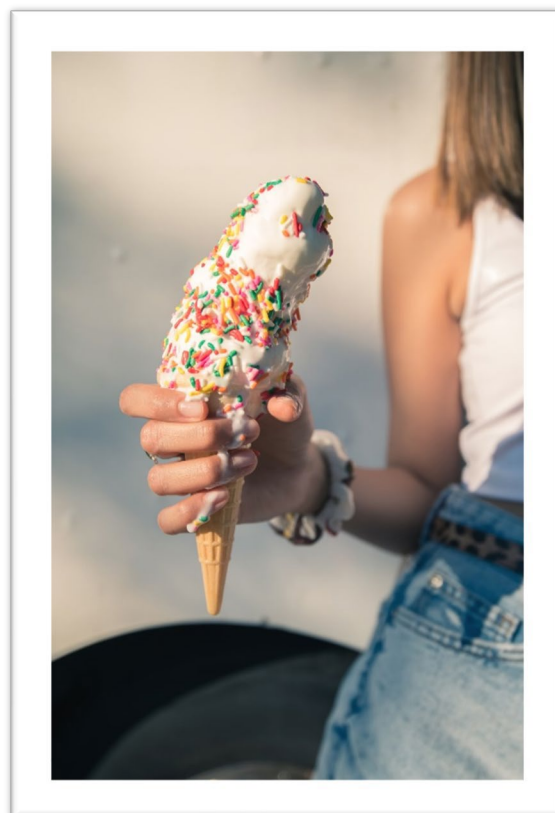
## CALOR EXTREMO

El área de Sacramento es propensa al clima cálido y se proyecta que los eventos de calor extremo se volverán más frecuentes. Las afecciones relacionadas con el calor son una de las principales causas de muerte entre los deportistas adolescentes y existen riesgos de salud para cualquiera que realice actividad física de alto esfuerzo en condiciones de calor extremo. El Departamento de Salud Pública de California ha elaborado una [Guía de salud para las escuelas sobre deportes y actividades extenuantes en condiciones de calor extremo](#), que contiene información y recursos para ayudar a orientar a las escuelas durante eventos de calor extremo.

[Kit de herramientas de comunicación para la seguridad en situaciones de calor y el verano](#) (CDPH)

[California preparada para el calor](#)

[Tabla de riesgo térmico](#) (CDPH)



# Animales

## CONSIDERACIONES PARA MANTENER EL AULA SEGURA

### INFORMACIÓN GENERAL

Los beneficios de tener una mascota superan los riesgos, pero se recomienda tomar precauciones. Si decide tener un animal en la guardería o en la escuela, siga las directrices enumeradas para disminuir el riesgo de que se propaguen enfermedades. Consulte con su distrito escolar o agencia de licenciamiento de cuidado infantil antes de incluir mascotas en su guardería o escuela, porque es posible que existan reglas que se deban seguir.

- Informe a los padres o tutores sobre los beneficios y posibles riesgos asociados con los animales en el aula.
- Consulte con los padres o tutores para determinar las consideraciones especiales necesarias para los niños con sistemas inmunitarios debilitados, alergias o asma.
- Notifique a los padres o tutores sobre todo niño que sufra una herida en la piel por la mordedura o el rasguño de un animal.
- Supervise a los niños cuando manipulen animales.

### GENERALMENTE PERMITIDOS (CONSULTE LAS REGLAS ESPECÍFICAS DE SU ESTABLECIMIENTO):

- |   |                        |
|---|------------------------|
| • Aves (sin <i>Chlamydophila psittaci</i> ) | • Jerbos               |
| • Gatos                                     | • Conejillos de indias |
| • Perros                                    | • Hámsteres            |
| • Ratones o ratas criados en casa           | • Conejos              |
| • Peces                                     |                        |

### NO RECOMENDADOS:

- |  |   |
|--|---|
| • Animales domésticos agresivos o impredecibles  | • Primates no humanos (por ejemplo, monos y simios)                     |
| • Todos los animales salvajes (por ejemplo, murciélagos, mapaches, zorrillos y zorros) | • Aves de corral (especialmente pollitos y patitos)                     |
| • Anfibios   | • Reptiles (por ejemplo, lagartijas, tortugas, serpientes, iguanas)     |
| • Hurones  | • Animales callejeros cuyo historial de salud y vacunación se desconoce |
| • Erizos   | • Arañas e insectos venenosos o que producen toxinas                    |
| • Animales inherentemente peligrosos (por ejemplo, leones, tigres, pumas y osos)       |   |

### ¿Por qué no se recomiendan?

- Los reptiles, anfibios y aves de corral pueden ser portadores de la bacteria *Salmonella* y pueden ser una fuente de infección para bebés, niños y personal.
- Los animales salvajes pueden ser una fuente de bacterias infecciosas, parásitos, virus (como el virus de la rabia) y hongos. Las mordeduras de animales son una preocupación, especialmente si se trata de animales salvajes.
- Los animales mantenidos en condiciones de cría no óptimas tienen mayor probabilidad de propagar enfermedades.

### **NO alimente a animales salvajes o callejeros**

## DÓNDE MANTENER MASCOTAS

- Mantenga las mascotas únicamente en las áreas designadas. Deben estar separados de las áreas de preparación y almacenamiento de alimentos, y de los comedores.
- Mantenga a las mascotas en espacios habitables limpios. Las jaulas deben estar cubiertas y ser resistentes y fáciles de limpiar, y deben colocarse sobre superficies sólidas y fáciles de limpiar.

## CUIDADO Y MANTENIMIENTO

- Redacte procedimientos por escrito sobre el cuidado y mantenimiento de las mascotas con el asesoramiento de su veterinario y sígalos.
- Asegúrese de que las mascotas estén debidamente vacunadas, de que no tengan parásitos (esto incluye garrapatas, pulgas y gusanos intestinales) e infecciones fúngicas de la piel (por ejemplo, tiña).
- Mantenga animales que estén en buen estado de salud y que no muestren indicios de enfermedad. Los animales sanos son mejores mascotas.
  - Alimente a las mascotas con alimentos comerciales apropiados de manera regular y asegúrese de que dispongan de agua fresca en todo momento.
  - Mantenga la ropa de cama seca y limpia.
  - Limpie las jaulas a diario. Esto debe hacerlo el personal de la escuela o de la guardería, NO los niños. - Utilice un área de limpieza para lavar y limpiar jaulas o acuarios. NO utilice los fregaderos de la cocina ni del servicio de alimentos.
  - Lávese bien las manos después del contacto con los animales y sus jaulas.
- Reduzca al mínimo el contacto con la orina y las heces. La orina y las heces que no estén confinadas en una jaula cerrada deben limpiarse de inmediato. Deseche estos residuos en un contenedor tapado y fuera del alcance de los niños.
- **LÁVESE LAS MANOS INMEDIATAMENTE** después de manipular animales, sus heces u orina y su entorno.
- Consulte con las autoridades locales (policía) las normas relativas al desecho adecuado de una mascota cuando muere.
- Evite cambiar las cajas de arena de los gatos, manipular animales y entrar en contacto con su entorno si está cursando un embarazo.
- Cubra los areneros de los niños cuando no estén en uso.

## REDUCCIÓN DE LOS RIESGOS DE ENFERMEDADES PARA LOS NIÑOS EN ZOOLOGICOS Y GRANJAS DE MASCOTAS

Los gérmenes pueden aparecer de forma natural en el intestino de algunos animales sin causarles ningún daño. Estos gérmenes luego se liberan al medio ambiente a través de las heces de estos animales. Cuando las personas tienen contacto con animales o el área donde viven, pueden contaminarse las manos. La propagación de enfermedades puede ocurrir cuando las manos sucias (sin lavar, contaminadas) ingresan a la boca o se utilizan para comer.

- NO permita que niños menores de 5 años tengan contacto con animales de granja. Estos niños corren un mayor riesgo de contraer una enfermedad grave, porque es posible que su sistema inmunitario aún no esté completamente desarrollado.
- Eduque al personal de escuelas y guarderías sobre el potencial de transmisión de microorganismos patógenos entéricos (intestinales) de los animales de granja a los humanos y las estrategias para prevenir la propagación. Se han atribuido brotes de *E. coli* O157:H7, salmonelosis y criptosporidiosis a niños que visitan granjas y zoológicos de mascotas. Algunos animales de granja, incluidos terneros, aves de corral jóvenes y animales enfermos, conllevan un mayor riesgo de transmitir infecciones entéricas a los humanos.
- Implemente políticas y procedimientos de guardería o escolares a los animales traídos para exhibiciones, entretenimiento o programas educativos.



## PREVENCIÓN Y CONTROL

- **Lávese las manos para detener la propagación de enfermedades.** Inmediatamente después del contacto con animales, los niños y los adultos deben lavarse las manos. Debe haber agua corriente, jabón y toallas desechables disponibles. Los adultos deben supervisar de cerca el lavado de manos de todos los niños. Lávese las manos después de tocar animales o su entorno, al salir del área donde se encuentran los animales y antes de comer. Haga énfasis en estas recomendaciones con capacitaciones para el personal y colocando carteles. Los lavabos comunitarios no son instalaciones adecuadas para lavarse las manos. Si no hay agua corriente disponible, los desinfectantes para manos sin agua brindan cierta protección.
- Asegúrese de que en las granjas o zoológicos de mascotas:
  - existan dos zonas separadas, una en la que se produce el contacto con los animales y otra en la que no se permite la presencia de animales;
  - los alimentos y las bebidas se preparen, sirvan y consuman únicamente en áreas libres de animales;
  - **no** se permita que haya juguetes ni chupetes en las áreas de contacto con los animales;
  - el contacto con animales ocurra únicamente bajo la estrecha supervisión de un adulto.
- NO se debe consumir leche, jugo de manzana ni jugos no pasteurizados.
- NO se debe comer frutas ni verduras sin lavar.
- Tenga en cuenta el tipo de animales y las instalaciones antes de visitar una granja educativa o un zoológico de mascotas.

Hay otros recursos en la [sección de Salud Pública Veterinaria](#) del Departamento de Salud Pública de California.



### **Animales salvajes**

**Ideales como mascotas escolares o incluso para una excursión al zoológico.**

**No tan buenos para exhibiciones.**

# Afecciones médicas y enfermedades contagiosas

## TRABAJAR CON CONTROL DE ENFERMEDADES CONTAGIOSAS DEL SCPH

Control de Enfermedades Contagiosas del SCPH tiene como objetivo controlar y prevenir la propagación de enfermedades en la comunidad, y se debe consultar a esta área sobre los criterios de exclusión y los requisitos de autorización para regresar a la guardería, la escuela o el trabajo. A veces se producen brotes de enfermedades contagiosas (por ejemplo, enfermedades respiratorias, gastrointestinales, relacionadas con sarpullidos, etc.) en las aulas. El SCPH puede proporcionar a su establecimiento orientación sobre cómo responder ante presuntos brotes de enfermedades contagiosas. Nuestros enfermeros y epidemiólogos pueden ayudar a determinar si está ocurriendo un brote en su establecimiento, pero necesitamos su ayuda para hacer un seguimiento de los grupos de enfermedades e informar al respecto.

### Estas son las acciones que debe llevar a cabo:

1. Recopilar la información sobre ausencias relacionadas con enfermedades en el momento de la ausencia del estudiante o del personal y realizar un seguimiento al respecto.
2. Informar al SCPH sobre cualquier cantidad inusualmente alta de ausencias de estudiantes relacionadas con enfermedades (por ejemplo, más del 10 % de toda la población escolar o más del 25 % de un grupo vinculado epidemiológicamente [aula, grado, equipo deportivo/de actividades, grupo extraescolar]) a través del [Módulo de informes de brotes del SCPH](#). No incluya otros tipos de ausencias escolares (por ejemplo, vacaciones familiares).
3. Exigir que los estudiantes y el personal con síntomas agudos similares a los de la gripe permanezcan en casa hasta 24 horas después de que se haya ido la fiebre y 48 horas después de que hayan cesado los síntomas gastrointestinales. Comuníquese con el SCPH al (916) 875-5881 para obtener orientación sobre el tiempo durante el cual debe excluir a los estudiantes y al personal en caso de que presenten una afección con sarpullido.

### Se le pueden exigir estas acciones adicionales si se sospecha que hay un brote en su escuela:

4. Proporcionar una lista diaria completa de todos los estudiantes y el personal con enfermedades respiratorias, gastrointestinales o con sarpullido si, y solo si, su escuela presenta una cantidad inusualmente alta de ausencias relacionadas con enfermedades. Las listas deben incluir, como mínimo, el nombre y apellido del estudiante, el nombre del padre/madre/tutor, el número de teléfono de contacto, el grado, el aula, la escuela, la fecha de inicio de la enfermedad y los síntomas (por ejemplo, náuseas, vómitos o diarrea; fiebre\* acompañada de uno o más de los siguientes: sarpullido, dificultad para respirar, tos persistente, disminución de la conciencia o confusión de aparición reciente, hematomas o sangrado nuevos e inexplicables [sin lesiones previas], diarrea persistente, vómitos persistentes [no por cinetosis], dolor de cabeza con rigidez en el cuello o apariencia evidente de malestar). Obtener esta información y transmitirla al SCPH no constituye una infracción de la Ley de Responsabilidad y Portabilidad de los Seguros Médicos (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA). (14) artículo 120130 del Código de Salud y Seguridad, (15) artículo 120130 del Código de Salud y Seguridad, (17) artículo 2500(9) del Código de Reglamentaciones de California (California Code of Regulations, CCR). **El método que se prefiere para la transmisión de la información es utilizar el [Módulo de informes de brotes del SCPH](#).**

5. Coordinar con el SCPH para distribuir kits de recolección de muestras a algunos estudiantes y miembros del personal que actualmente presentan una afección (es decir, personas con síntomas por <72 horas) para realizar pruebas en el laboratorio del SCPH. El SCPH no puede confirmar la causa de ningún brote sin al menos dos muestras positivas de cada brote escolar. Además, no se realizarán pruebas en muestras que estén etiquetadas incorrectamente. Que las escuelas distribuyan kits de prueba o que los estudiantes devuelvan los kits a las escuelas no constituye una infracción de la privacidad de la HIPAA. Asegúrese de incluir los nombres de los estudiantes y los padres, fecha de nacimiento, número de teléfono, grado, aula, fecha y hora de recolección en cada kit devuelto.
  
6. Seguir otras directrices de salud pública para prevenir la propagación de enfermedades. Esto puede incluir la desinfección de superficies u otras medidas de prevención.  
\*Temperatura en el oído, la frente o el recto de 100.4° F o más; temperatura oral de 100° F o más; temperatura en la axila de 99° F o más o sensación de calor al tacto; o especificación de antecedentes de sensación febril.

## REQUISITOS DE NOTIFICACIÓN DE ENFERMEDADES

Artículos 2500, 2593, 2641.5-2643.20 y 2800-2812 del Código de Reglamentaciones de California (CCR), Enfermedades y afecciones de declaración obligatoria\*

### Artículo 2500: DECLARACIÓN ANTE LA AUTORIDAD SANITARIA LOCAL

- **Artículo 2500(b)** Será deber de todo proveedor de atención médica que conozca o esté presente en un caso o caso sospechoso de cualquiera de las enfermedades o afecciones que se enumeran a continuación informar al funcionario de salud local de la jurisdicción donde reside el paciente. Cuando no haya ningún proveedor de atención médica presente, cualquier persona que tenga conocimiento de una persona que se sospecha que padece una de las enfermedades o afecciones que se enumeran a continuación puede presentar un informe al funcionario de salud local de la jurisdicción donde reside el paciente.
- **Artículo 2500(c)** El administrador de cada centro de salud, clínica u otro entorno donde más de un proveedor de atención médica pueda saber de un caso, un caso sospechoso o un brote de enfermedad dentro del establecimiento deberá establecer los procedimientos administrativos para garantizar que se realicen declaraciones ante el funcionario local y asumirá la responsabilidad por ellos.
- **Artículo 2500(a)(14)** “Proveedor de atención médica” significa un médico y cirujano, un veterinario, un podólogo, un enfermero, un asistente médico, un enfermero registrado, una partera, una enfermera escolar, un especialista en control de infecciones, un médico forense o un dentista.

**Para obtener la lista completa de afecciones de declaración obligatoria del título 17, incluidas todas las afecciones de declaración obligatoria a nivel local, visite la [página de afecciones de declaración obligatoria del SCPH](#).**



## REEMBOLSO DE LA ADA POR EPIDEMIAS

Los Códigos de California (California Codes) proporcionan un medio para evitar posibles pérdidas de fondos debido a una “disminución significativa” en la asistencia diaria promedio (average daily attendance, ADA) debido a una epidemia. Una disminución significativa en la ADA se define como una disminución del 10 % de la asistencia normal en un día determinado, como mínimo. Como referencia de la asistencia normal se utiliza la ADA escolar durante mayo u octubre del mismo año escolar, a criterio del Distrito.

### Las escuelas deben proporcionar lo siguiente al SCPH:

1. Una lista de las fechas en las que las ausencias estuvieron más de un 10 % por debajo de la ADA de octubre o mayo del mismo año escolar, según lo define el Departamento de Educación de California (California Department of Education, CDE), junto con la cantidad de niños que asistieron en esas fechas.
2. La ADA de referencia de octubre o mayo.
3. Comentarios sobre por qué cree que el exceso de ausentismo puede deberse a una situación epidémica (por ejemplo, muchos certificados médicos, muchos estudiantes enfermos en la escuela).

### El SCPH hará lo siguiente:

1. Determinar si existió una situación “epidémica” en la comunidad que cumpla con los propósitos del Código de Educación de California (California Education Code). El SCPH recopila datos sobre enfermedades de diversas fuentes:
  - a. Vigilancia de la gripe y otras enfermedades infecciosas en la comunidad
  - b. Informes de laboratorio de determinadas enfermedades respiratorias y gastrointestinales
  - c. Informes de hospitalizaciones de niños con un cuadro de gripe grave
  - d. Resultados de pruebas de laboratorio de enfermedades respiratorias recopiladas por médicos de vigilancia
  - e. Otros informes de brotes de enfermedades en la comunidad
2. Comparar los datos e informes de enfermedades (agente o síndrome de la enfermedad, período de la enfermedad en la comunidad) con los datos de ausentismo enviados por la(s) escuela(s) al SCPH.
3. Determinar si es probable que una “epidemia” en la comunidad esté contribuyendo a la disminución significativa de la asistencia a una escuela o distrito en particular.
4. Enviar una carta al superintendente escolar con respecto a la determinación del SCPH sobre si existió una epidemia que probablemente esté relacionada con el aumento del ausentismo en las fechas presentadas. Esta carta se puede utilizar para respaldar una solicitud de reembolso de fondos de la ADA al CDE por parte de la Junta Escolar y la Oficina de Educación del Condado de Sacramento (Sacramento County Office of Education, SCOE).

### Referencias

Artículo 428 del título 5 del Código de Reglamentaciones de California (CCR), Disminución significativa

- La disminución en la ADA debe ser de un 10 % como mínimo (ADA de octubre o mayo) para que se considere significativa. Asistencia normal definida.

Artículo 2500 del título 17 del Código de Reglamentaciones de California (CCR)

- “Brote. La aparición de casos de una enfermedad por encima del nivel de referencia esperado, generalmente durante un período determinado, en un área geográfica o establecimiento, o en un grupo poblacional específico”.
- Artículo 35252 del Código de Educación de California: “la asistencia diaria promedio de cualquier distrito escolar se ha visto materialmente afectada... por... una epidemia de duración y prevalencia inusuales”.

Artículos 46392 y 41422 del Código de Educación de California: Causas de “disminución significativa”

- Las causas de disminución material de la ADA que pueden calificar para evitar la pérdida de fondos de la ADA incluyen incendio, inundación, caminos intransitables (por ejemplo, días de nieve), epidemia, terremoto, peligro para la seguridad importante e inminente determinado por la policía local, huelga, cierre de escuela u orden de un oficial civil o militar relacionada con una emergencia (guerra u otra situación extraordinaria), o ausencia de maestros.

# CUESTIONARIO DE DETECCIÓN DE ENFERMEDADES

## PREGUNTAS A MODO DE EJEMPLO PARA EVALUAR AFECCIONES DE ESTUDIANTES

Escuela:

Nombre del estudiante:

Nombre del padre/madre/tutor:

Número de teléfono de contacto:

Fecha de finalización:

1. Edad: \_\_\_\_\_

2. Género: \_\_\_\_\_

3. Fecha en que comenzaron los síntomas: \_\_\_\_\_

4. ¿Qué síntomas presenta el estudiante? (seleccione todas las opciones que correspondan)

Escalofríos

Tos

Diarrea

Cansancio

Fiebre:

temperatura de 100.4° F o más en el oído, la frente o el recto, o temperatura oral de 100° F o más; temperatura en la axila de 99° F o más.

Dolores musculares o corporales

Náuseas

Sarpullido

Rinorrea o congestión nasal

Estornudos

Dolor de garganta

Vómitos

Otro:

5. ¿El niño ha recibido la vacuna contra la gripe de la temporada actual?

Sí

No



## DIRECTRICES DE EXCLUSIÓN

### LINEAMIENTOS GENERALES PARA NIÑOS Y PERSONAL

Determinados síntomas en los niños pueden ser indicio de una enfermedad contagiosa. Excluir a un niño enfermo puede disminuir la propagación de la enfermedad a otras personas en la escuela o el centro de cuidado infantil. La exclusión recomendada varía según la enfermedad o el agente infeccioso. Los niños que presenten los síntomas que se enumeran a continuación deben ser excluidos del centro de cuidado infantil o la escuela hasta que los síntomas mejoren o un proveedor de atención médica haya determinado que el niño puede regresar.

**Las escuelas y los proveedores de cuidado infantil deben tener políticas claras y escritas para excluir a los niños y al personal enfermos.** Estas políticas deben incluirse en los manuales para estudiantes y empleados o en el sitio web del centro de cuidado infantil o de la escuela. Los padres o tutores y el personal deben recibir estos recursos al comienzo de cada año escolar o cuando se inscribe al niño o se contrata al miembro del personal, o se los debe guiar para que los encuentren. Esto ayudará a prevenir problemas más adelante cuando el niño o el miembro del personal esté enfermo.

#### LOS NIÑOS QUE PRESENTEN LO SIGUIENTE DEBERÁN SER EXCLUIDOS:

**Enfermedad:** el niño no puede participar en actividades de rutina o necesita más atención de la que puede brindarle el personal.

**Fiebre:** el niño tiene una temperatura corporal superior a lo normal acompañada de cambios de comportamiento, rigidez en el cuello, dificultad para respirar, sarpullido, dolor de garganta u otros signos o síntomas de enfermedad; o no puede participar en actividades rutinarias. **Mida la temperatura antes de administrar medicamentos para reducir la fiebre.** Las siguientes temperaturas se consideran superiores a lo normal:

- Temperatura de 100.4° F o más en el oído, la frente o el recto
- Temperatura oral de 100° F o más
- Temperatura de 99° F o más en la axila

**Signos y síntomas de una posible enfermedad grave:** se debe excluir al niño hasta que un proveedor de atención médica haya realizado una evaluación para descartar una enfermedad grave cuando el niño esté inusualmente cansado, tenga tos incontrolable, presente irritabilidad inexplicable, llore de forma persistente, le cueste respirar, exhiba sibilancias o presente otros signos inusuales.

**Diarrea:** hasta 48 horas después de que cese la diarrea o hasta que un examen médico indique que no se debe a una enfermedad contagiosa. La diarrea se define como un aumento en el número de deposiciones en comparación con el patrón normal de un niño, junto con una disminución en la forma de las heces o heces acuosas, con sangre o que contienen moco.

**Vómitos:** hasta 48 horas después de que cese el vómito, a menos que se determine que es causado por una afección no contagiosa y el niño no esté en peligro de deshidratación.

**Llagas en la boca con expulsión de saliva:** hasta que un examen médico indique que el niño puede regresar o las llagas hayan sanado.

**Sarpullido con fiebre o cambio de comportamiento:** hasta que un examen médico indique que estos síntomas no son compatibles con una enfermedad contagiosa que requiere exclusión.

**Drenaje ocular:** cuando hay drenaje purulento (con pus) o fiebre o dolor ocular o hasta que un examen médico indique que el niño puede regresar.

**Color inusual en la piel, los ojos, las heces o la orina:** hasta que un examen médico indique que el niño no tiene hepatitis. Los síntomas de la hepatitis incluyen ojos o piel amarillos (ictericia), heces grises o blancas u orina oscura (color té o marrón).



## ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS

### GUÍA PARA LA PREVENCIÓN

#### ¿QUÉ ES UNA ENFERMEDAD TRANSMITIDA POR ALIMENTOS?

Una enfermedad transmitida por los alimentos es una enfermedad que puede ser causada por un germen (virus o bacteria) o una sustancia química que contamina los alimentos que se consumen.

#### ¿CÓMO SE CONTAMINAN LOS ALIMENTOS?

Los alimentos pueden contaminarse cuando la persona que los prepara no se ha lavado las manos. Las frutas, verduras, productos lácteos, carne y otros alimentos pueden entrar en contacto con el suelo, el agua y los desechos humanos o animales que contienen gérmenes que causan enfermedades. Las enfermedades transmitidas por alimentos pueden producirse cuando los alimentos no se mantienen a la temperatura correcta, lo cual permite que un germen en un alimento se multiplique. Los alimentos también pueden volverse inseguros si se derrama una sustancia química (como un producto de limpieza) sobre ellos.

#### ¿CUÁLES SON LOS TIPOS DE GÉRMENES QUE HACEN QUE LOS ALIMENTOS SEAN INSEGUROS?

Estas son las causas más comunes de enfermedades transmitidas por alimentos:

**Salmonella:** bacteria que se encuentra en muchos alimentos diferentes, más frecuentemente en el pollo crudo u otras carnes (fuentes de proteínas). Los síntomas de la infección por *Salmonella* incluyen diarrea, fiebre y calambres estomacales.

**Campylobacter:** bacteria que también se encuentra en el pollo crudo. Los síntomas de *Campylobacter* incluyen fiebre, dolor de cabeza, náuseas, diarrea y calambres abdominales.

**E. coli:** bacteria que puede propagarse a través del agua o alimentos que han sido contaminados con desechos animales o humanos (heces). Hay muchos tipos de *E. coli*. Algunos tipos pueden causar enfermedades en los humanos. Los síntomas de *E. coli* incluyen diarrea intensa, a veces incluso diarrea con sangre.

**Shigella:** bacteria que se transmite a partir de una persona infectada que prepara o toca la comida de otros.

#### ¿CÓMO SE PUEDEN PREVENIR LAS ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS?

Las enfermedades transmitidas por los alimentos son más frecuentes en climas cálidos. En verano, el riesgo de contraer enfermedades transmitidas por los alimentos es mayor porque las bacterias que las transmiten crecen más rápido a temperaturas de entre 90 y 110° F. Además, más gente cocina al aire libre en pícnic, barbacoas y campamentos, lejos de las instalaciones de refrigeración y lavado presentes en una cocina. Para mantener los alimentos seguros durante el verano y todo el año, siga estos pasos:



## LIMPIAR

Lávese las manos y limpie las superficies con frecuencia. La falta de limpieza de las manos y las superficies donde se cocina y se come es una de las principales causas de enfermedades transmitidas por los alimentos.

- Lávese las manos con agua caliente y jabón antes de manipular alimentos y después de usar el baño, cambiar pañales y manipular mascotas.
- Cuando coma fuera de casa, averigüe si hay una fuente de agua limpia. De lo contrario, lleve agua para preparar y limpiar o empaque paños desechables limpios y húmedos, toallitas húmedas o gel antibacteriano para manos y toallas de papel para limpiarse las manos y limpiar las superficies.

## SEPARAR

Evite la contaminación cruzada, ya que si se produce al preparar, asar y servir alimentos puede provocar enfermedades transmitidas por los alimentos.

- Al preparar la hielera para una salida, envuelva bien las carnes crudas y evite que los jugos de la carne cruda entren en contacto con los alimentos listos para comer.
- Lave los platos, utensilios y tablas de cortar que hayan contenido carne o aves crudas antes de volver a usarlos para alimentos cocidos.
- No utilice la marinada que se ha usado para carnes crudas para untar los alimentos una vez que haya comenzado a cocinarlos. En lugar de eso, reserve un poco de la marinada antes de agregar la carne, las aves o el pescado crudos.
- No utilice el hielo suelto que utilizó para armar la hielera como hielo para sus bebidas. Empaque el hielo para bebidas en bolsas separadas y que se puedan volver a cerrar.

## COCINAR

Cocine los alimentos a temperaturas adecuadas. Los alimentos están bien cocinados cuando se calientan durante el tiempo suficiente y a una temperatura lo suficientemente alta para matar las bacterias que causan enfermedades transmitidas por los alimentos.

- Lleve consigo un termómetro. La carne y las aves cocinadas en una parrilla a menudo se doran muy rápido por fuera, así que asegúrese de que las carnes estén bien cocidas. Compruébelo con un termómetro para alimentos.
- Cocine la carne y los filetes que hayan sido ablandados, deshuesados, enrollados, etc., a una temperatura interna de 160° F para que estén a punto y 170° F para que estén bien cocidos. Los filetes enteros y la carne se pueden cocinar a 145° F para que queden a punto.
- El muslo de aves debe cocinarse a 180° F y, la pechuga, a 170° F.
- Cocine las hamburguesas y otras carnes picadas (ternera, cordero y cerdo) a una temperatura interna de 160° F y la carne picada de ave a 165° F.
- El pescado bien cocinado debe desmenuzarse fácilmente al pincharlo con un tenedor.
- Cocine la carne y las aves completamente en el lugar del pícnic. La cocción parcial de los alimentos con antelación permite que las bacterias sobrevivan y se multipliquen hasta el punto de que la cocción posterior no puede destruirlas.

## ENFRIAR

Refrigere los alimentos de inmediato. Mantener los alimentos a una temperatura insegura es una de las principales causas de enfermedades transmitidas por los alimentos. Mantenga fría la comida fría.

- Marine la carne, las aves y el pescado crudos en un recipiente tapado en el refrigerador. No deje los alimentos marinados sobre la encimera. Transpórtelos en una hielera por separado de los alimentos listos para consumir.
- Los alimentos fríos perecederos refrigerados, como fiambres, carnes cocidas, pollo y ensaladas de papas o pastas, deben guardarse en una hielera aislada con varias pulgadas de hielo, bolsas de hielo o recipientes con agua congelada.
- Considere empacar las bebidas enlatadas en una hielera y los alimentos perecederos en otra, porque es probable que la hielera de bebidas se abra con frecuencia. Mantenga las hieleras en la parte más fresca del automóvil y colóquelas a la sombra o en un lugar protegido, fuera del sol, siempre que sea posible.
- Si el hielo comienza a derretirse, coloque más en la hielera.

## RESTRINGIR

En colaboración con el SCPH, a las personas con diagnóstico de determinadas enfermedades entéricas se les puede restringir el acceso a ocupaciones o situaciones sensibles (por ejemplo, niños menores de 5 años que asisten a guarderías, manipuladores de alimentos, etc.) a la espera de la autorización del Departamento de Salud Pública. Si el SCPH identifica a un individuo que requiere exclusión debido a una enfermedad entérica en su escuela, se le proporcionará una carta de exclusión oficial al individuo y a la administración de la escuela. Una vez que el SCPH autorice al individuo, se le proporcionará una carta de autorización oficial al individuo y a la administración de la escuela.



# Preparación para emergencias

**PREPARE SU ESTABLECIMIENTO. PREPARE A SUS FAMILIAS.**

## INFORMACIÓN GENERAL

Las emergencias se presentan en muchas formas y pueden variar en alcance, gravedad y duración. Ya sea un terremoto, una inundación, un incendio, un ataque criminal o terrorista, o una pandemia, es importante que los centros de cuidado infantil y las escuelas estén preparados para una emergencia y ayuden a sus familias a pensar también en la preparación. Durante una emergencia, quizás sea imposible acceder a su establecimiento a través de los medios habituales (por ejemplo, cierres de caminos), o quizás el establecimiento esté cerrado por completo o el personal de emergencia necesite usarlo como lugar de preparación, refugio o punto de dispensación o distribución de bienes o servicios.

## PLAN DE OPERACIONES DE EMERGENCIA (EOP)

Se recomienda que cada distrito o escuela cree e implemente un Plan de Operaciones de Emergencia (Emergency Operations Plan, EOP). Estos planes describen cómo una escuela se preparará para una emergencia, para responder a ella y para recuperarse posteriormente. Los componentes del plan deben incluir políticas, procedimientos, y roles y responsabilidades durante una emergencia. La capacitación del personal y los simulacros o ejercicios pueden ayudar a preparar al personal y a los estudiantes para responder en una emergencia. Existe una [guía](#) federal integral para desarrollar un EOP escolar así como un [EOP escolar de muestra](#). Los CDC también tienen [recursos](#) para desarrollar un EOP escolar.

## CÓMO PREPARAR A LAS FAMILIAS PARA UNA EMERGENCIA

La [Oficina de Servicios de Emergencia del Condado de Sacramento](#) se ha asociado con ciudades locales para proporcionar a los residentes [mapas de zonas de evacuación en línea](#). Conocer su zona de evacuación y ruta de evacuación antes de que ocurra una catástrofe inesperada puede ayudarlos a usted y a su familia a mantenerse seguros.

- **Conozca su zona:** visite el [mapa interactivo en línea](#) y escriba la dirección de su casa. El mapa generará su número de zona.
- **Descargue el mapa de su zona de evacuación y la lista de verificación del kit de emergencia:** visite la [página web del Mapa de zonas de evacuación](#) y haga clic en su número de zona.
- **Informe a su familia y vecinos:** comparta el mapa y la lista de verificación con los miembros de su hogar y los vecinos, luego planifique su ruta de evacuación y punto de encuentro.
- **Prepare su bolso de emergencia:** con cada mapa se proporciona una lista de verificación. Su bolso de emergencia debe incluir elementos esenciales como alimentos, agua, cargadores, una radio, una muda de ropa, medicamentos y documentos importantes para todos los miembros del hogar, incluidas las mascotas.
- **Regístrese para recibir alertas de emergencia:** visite [Sacramento-Alert.org](#) para recibir mensajes de texto, llamadas o correos electrónicos de emergencia en su dispositivo.
- **Prepare a los más pequeños:** la serie de cuentos infantiles Ready Wrigley de los CDC aborda una variedad de temas de preparación, como [terremotos](#), [calor extremo](#), [recuperación ante tormentas e inundaciones](#), [gripe](#) e [incendios forestales y humo](#).

Los mapas son accesibles, descargables, imprimibles y están disponibles en nueve idiomas diferentes. Los residentes del condado también recibirán una copia impresa de los mapas de sus zonas de evacuación por correo.

Para saber cómo prepararse y como preparar a su familia para una emergencia como un incendio forestal o una inundación, visite [SacramentoReady.org](#).

# Epinefrina

## AUTOINYECTORES

### INFORMACIÓN GENERAL

Los autoinyectores de epinefrina se pueden utilizar para tratar la anafilaxia, una hipersensibilidad a una sustancia potencialmente mortal. Los síntomas de la anafilaxia pueden incluir falta de aliento, sibilancias, dificultad para respirar, dificultad para hablar o tragar, urticaria, picazón, hinchazón, choque o asma. Las causas de la anafilaxia pueden incluir, entre otras, una picadura de insecto, una alergia alimentaria, una reacción a un medicamento y el ejercicio.

### ORDEN PERMANENTE

En asociación con el Departamento de Educación de California, el Departamento de Salud Pública de California ha emitido una orden permanente a nivel estatal para ayudar a reducir la morbilidad y la mortalidad asociadas con la anafilaxia facilitando la distribución y administración de epinefrina en las escuelas de California. Esta orden permanente autoriza a una escuela de California (pública, subvencionada o privada), un distrito escolar o una oficina de educación del condado a obtener autoinyectores de epinefrina para escuelas primarias, secundarias, intermedias y preparatorias.

#### **PASO 1:**

Complete la [solicitud de orden permanente](#) de epinefrina del CDPH. Esto generará una receta.

#### **PASO 2:**

Utilice la orden permanente generada en formato PDF en una farmacia de California **o** solicite autoinyectores de epinefrina gratuitos del [Programa EpiPen4Schools](#)

### NORMAS DE CAPACITACIÓN

El Departamento de Educación de California ha emitido [normas de capacitación](#) para la administración de autoinyectores de epinefrina de conformidad con el [artículo 49414 del Código de Educación](#).

# Vacunas

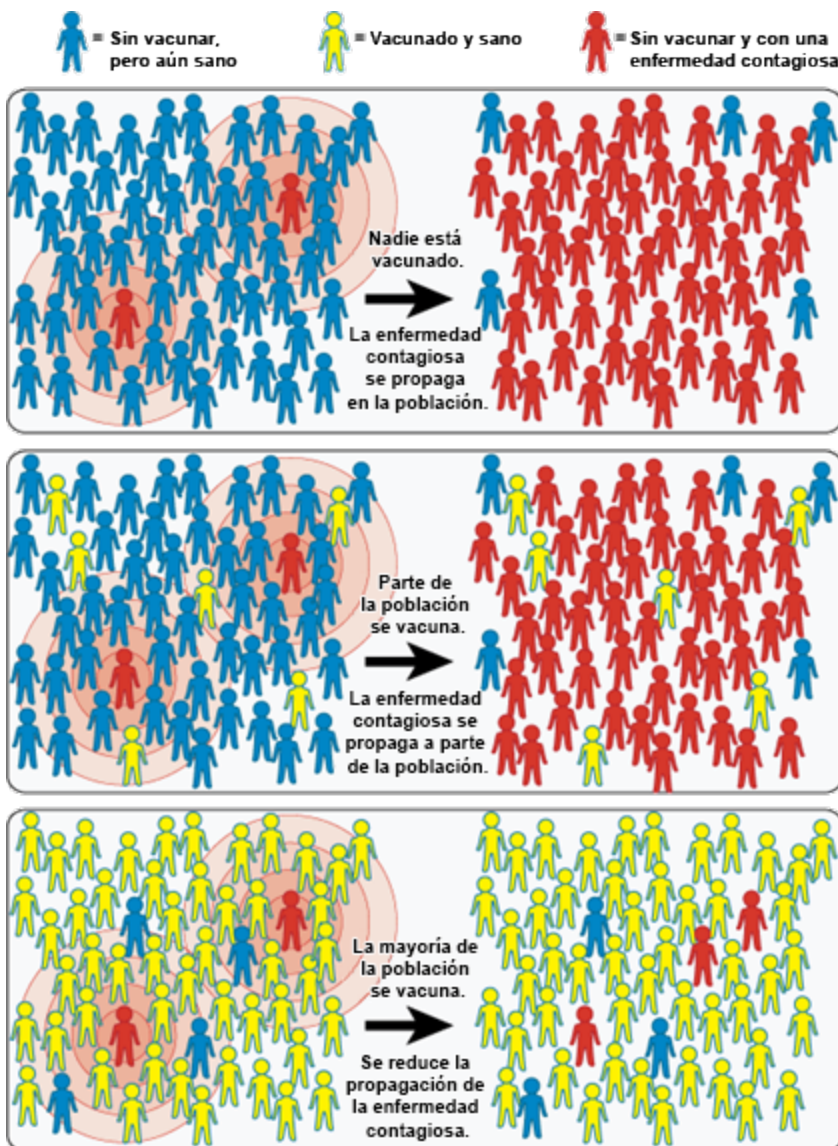
## CALENDARIO, REQUISITOS E INFORMES

### INFORMACIÓN GENERAL

Las escuelas de California deben verificar los registros de vacunación de todos los estudiantes nuevos de jardín de transición/jardín de infantes hasta 12.º grado y de todos los estudiantes que pasen a 7.º grado antes del ingreso.

Para prevenir brotes de enfermedades en una comunidad, determinado porcentaje de la población debe estar vacunada (“inmunidad comunitaria o de grupo”), dependiendo de la enfermedad. Cuando los padres deciden no vacunar, exponen a sus hijos y a nuestra comunidad a un mayor riesgo de contraer enfermedades graves que se podrían prevenir con vacunas, dado que reducen la inmunidad de la comunidad.

Consulte el siguiente diagrama para ver cómo la inmunidad comunitaria ayuda a protegernos a todos:



¿Cuál es el nivel de vacunación de su escuela o centro de

**Verifíquelo AQUÍ**

## CALENDARIO Y REQUISITOS DE VACUNACIÓN

### CALENDARIO DE VACUNACIÓN DE LOS CDC

Consulte el [calendario de vacunación recomendado por los CDC](#) para personas de 0 a 18 años.

### REQUISITOS DE VACUNACIÓN ESCOLAR

Los siguientes enlaces incluyen los requisitos de vacunación del estado de California para el ingreso a centros de cuidado infantil y escuelas, recursos de informes de vacunación para escuelas, consejos para encontrar un registro de vacunación extraviado e información sobre exenciones médicas.

[Requisitos de vacunación para ingresar a centros de cuidado infantil en California](#) (CDPH)

[Requisitos para ingresar a la escuela en California](#) (CDPH)

[Informe de evaluación de vacunación en escuelas y centros de cuidado infantil](#) (CDPH)

[Consejos para localizar registros de vacunación antiguos](#) (Inmunizar.org)

[Exenciones médicas](#) (CDPH)

### REGISTRO DE VACUNACIÓN DIGITAL

El [registro de vacunación digital](#) (Digital Vaccine Record, DVR) es un registro electrónico de vacunación del Registro de Vacunación de California (California Immunization Registry, CAIR). El portal del DVR le permite acceder a sus registros en cualquier momento sin tener que visitar a su proveedor de atención médica y puede usarse para requisitos escolares o laborales.

### OTROS RECURSOS DE VACUNACIÓN

[Recomendaciones de vacunación del Comité Asesor sobre Prácticas de Inmunización](#) (CDC)

[Ayudas para traducir registros de vacunación extranjeros](#)

[Declaraciones de información sobre vacunas de los CDC](#) (CDC)

[División de Vacunación del CDPH](#) (CDPH)

[Preguntas frecuentes sobre vacunas](#) (CDC)

[Programa de Asistencia para Vacunación del Departamento de Salud Pública del Condado de Sacramento](#) (SCPH)

## INFORMES DE VACUNACIÓN

### REQUISITOS DE INFORMES DE CALIFORNIA

El [artículo 120325-75 del Código de Salud y Seguridad de California](#) exige que los estudiantes proporcionen un comprobante de vacunación para ingresar a la escuela o a un centro de cuidado infantil.

Además, el artículo 120375 del Código de Salud y Seguridad de California y el artículo 6075 del título 17 del Código de Reglamentaciones de California exigen que todas las escuelas y establecimientos de cuidado infantil evalúen e informen anualmente el estado de vacunación de sus inscriptos.



### INICIO DE SESIÓN EN EL SITIO DE INFORMES

Todas las escuelas y centros preescolares (cuidado infantil/preescolar) de California deben evaluar e informar anualmente el estado de vacunación de sus inscriptos. Consulte las instrucciones para presentar informes por grado en el menú desplegable de la izquierda.

[Prejardín](#) | [Instrucciones](#) | [Hoja de trabajo \(Excel\)](#) ([PDF](#))

[Jardín de transición/jardín de infantes y 1.º grado](#) | [Instrucciones](#) | [Hoja de trabajo \(Excel\)](#) ([PDF](#))

[7.º y 8.º grado](#) | [Instrucciones](#) | [Hoja de trabajo \(Excel\)](#) ([PDF](#))





# Prevención y control de infecciones

## TOS, PAÑALES, LAVADO DE MANOS Y GUANTES

### CÚBRASE AL TOSER

#### ¿POR QUÉ DEBE CUBRIRSE AL TOSER?

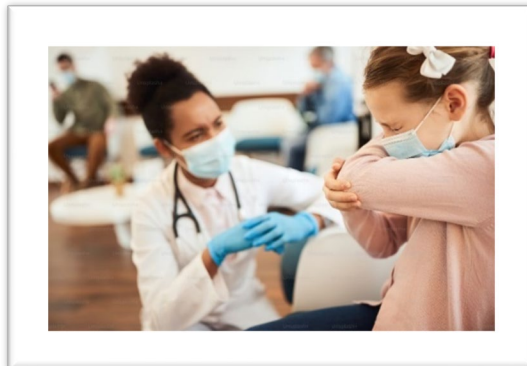
- Las enfermedades respiratorias como la gripe, el resfriado común, el virus respiratorio sincitial (VRS) y la neumonía se transmiten a través de la tos o los estornudos.
- Estos virus pueden transmitirse a otras personas cuando la persona enferma tose o estornuda al aire o sobre sus manos y luego contamina superficies y objetos.
- Estas enfermedades se propagan fácilmente en lugares concurridos donde las personas están en estrecho contacto.

#### ¿CÓMO PUEDE DETENER LA PROPAGACIÓN DE GÉRMENES SI ESTÁ ENFERMO?

- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo al toser o estornudar.
- Deposite el pañuelo usado en el cesto de basura.
- Si no tiene un pañuelo, tosa o estornude sobre la parte superior de la manga o el codo, **no sobre las manos.**
- Es posible que le pidan que se ponga una mascarilla para proteger a los demás.
- Lávese las manos frecuentemente con agua tibia y jabón durante 20 segundos.
- Si no dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Cuando esté enfermo, quédese en casa.
- No comparta utensilios para comer, vasos, toallas u otros artículos personales.
- Limpie y desinfecte superficies y objetos que puedan haber sido contaminados por la persona enferma.

#### ¿QUÉ PUEDE HACER PARA MANTENERSE SANO?

- **¡Vacúnese!** Hay vacunas disponibles para enfermedades que pueden transmitirse a través de la tos o los estornudos, como la gripe estacional, el neumococo, la tos ferina, la difteria, el sarampión, las paperas, la rubéola y *Haemophilus influenzae*.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas. Cuando esté enfermo, mantenga distancia respecto de los demás para evitar que se enfermen.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Lávese las manos frecuentemente con agua tibia y jabón durante 20 segundos.
- Si no dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante para manos a base de alcohol (con una concentración del 60 % como mínimo).
- No comparta utensilios para comer, vasos, toallas u otros artículos personales.
- Limpie y desinfecte superficies y objetos que puedan haber sido contaminados por la persona enferma.



# GUÍA SOBRE EL CAMBIO DE PAÑALES

## INFORMACIÓN GENERAL

Los proveedores de cuidado infantil y el personal escolar pueden ayudar a prevenir la propagación de organismos infecciosos realizando los cambios de pañales en un área designada separada y utilizando prácticas efectivas de limpieza y desinfección. Los gérmenes que se encuentran en las heces pueden propagarse cuando las manos de los cuidadores o de los niños contaminan objetos, superficies o alimentos. Las infecciones que pueden transmitirse por contacto con las heces incluyen las siguientes

- Bacterias (p. ej., *Salmonella*, *E. coli*, *Shigella*, *Campylobacter*)
- Parásitos (p. ej., *Cryptosporidium*, giardia, oxiuros)
- Virus (por ejemplo, rotavirus, norovirus, virus de la hepatitis A)

Nota: Es muy importante utilizar una buena mecánica corporal al cambiar pañales a niños más grandes o de mayor tamaño, así como a bebés y niños pequeños. Utilice técnicas adecuadas para agacharse y levantar objetos para evitar lesiones.

## PRINCIPIOS BÁSICOS

- Cambie pañales en un área designada para ello.
- Siga los procedimientos de seguridad y no deje a los niños sin supervisión.
- Utilice superficies que puedan limpiarse y desinfectarse fácilmente.
- Utilice un área separada para cambiar pañales que esté lejos de las áreas de medicamentos, de almacenamiento y preparación de alimentos, y de los comedores.
- Deseche los pañales sucios en un contenedor de residuos con tapa.
- Tanto el personal como los niños deben lavarse las manos después del cambio de pañales.
- NO permita que haya objetos como juguetes, mantas, chupetes o alimentos en las áreas de cambio de pañales.
- Consulte con el asesor de salud del centro de cuidado infantil o con la enfermera de la escuela sobre cualquier problema especial relacionado con los pañales.

## PROCEDIMIENTOS DE LAVADO DE MANOS

Tanto el niño como el proveedor deben lavarse las manos después de cada cambio de pañal. Consulte el archivo adjunto sobre el lavado de manos.

## PROCEDIMIENTOS DE DESINFECCIÓN

- El área de cambio de pañales debe limpiarse con desinfectante después de cada cambio.
- Coloque **1 cucharada de lejía en un cuarto de galón (4 tazas) de agua**, si no hay un desinfectante registrado por la EPA disponible.
- El desinfectante debe mantenerse a mano, pero fuera del alcance de los niños.

## ARTICULOS SUCIOS

- Los artículos sucios con secreciones contaminadas, como los juguetes, deben desecharse o limpiarse de manera adecuada.
- Los pañales y pañuelos desechables sucios deben depositarse en contenedores de residuos con tapa.
- La ropa o ropa de cama contaminada debe lavarse con detergente y agua caliente. Si no es posible lavarlos, se deben colocar en una bolsa de plástico **sellada** y enviarlos a casa con el niño.
- Las superficies y los equipos contaminados deben limpiarse de forma periódica, preferiblemente con un desinfectante.
- Los juguetes lavables sucios deben lavarse con jabón.

## PROCEDIMIENTOS PARA CAMBIAR PAÑALES

### Preparación

- Lávese las manos.
- Reúna los materiales (asegúrese de que estén todos al alcance).
- Cubrir la superficie para cambiar pañales.
  - El papel debe tener la longitud del niño.
- Póngase guantes.

### Fase sucia

- Coloque al niño sobre la superficie para cambiar pañales.
- Quite el pañal sucio.
  - Enrolle el pañal hacia adentro. Coloque el pañal directamente en un contenedor de residuos con tapa o fuera del alcance del niño (incluso fuera del área a la que puede llegar con los pies).
- Limpie la parte del cuerpo del niño en la que se coloca el pañal.
  - Limpie de adelante hacia atrás; una pasada por toallita.
- Quítese los guantes.

### Fase limpia

- Coloque papel limpio debajo del niño si el papel está sucio.
- Aplique la pomada según las indicaciones: utilice un guante limpio o un hisopo. Póngale el pañal al niño y vístalo.
- Lávese las manos y lave las manos del niño.
- Regrese al niño a la actividad.

### Limpieza

- Deseche los artículos sucios.
  - Coloque la ropa sucia, sin enjuagar, en una bolsa de plástico para que el padre/tutor la lleve a casa.
  - Coloque los pañales, las toallitas húmedas, las toallas de papel, el papel para cambiar pañales, los hisopos de algodón y los guantes en el contenedor de residuos con recubrimiento plástico.
- Limpie y desinfecte el área de cambio de pañales.
- Lávese las manos.

### Comunicación

- Registre el cambio de pañal.
- Registre las inquietudes para comunicarlas a los padres:
  - color, olor, frecuencia o consistencia inusual de las heces; sarpullido

## LAVADO DE MANOS

### ¿CUANDO DEBE LAVARSE LAS MANOS?

- Durante la preparación de alimentos, antes y después.
- Antes de comer.
- Antes y después de cuidar a alguien enfermo.
- Antes y después de tratar un corte o una herida.
- Después de usar el baño.
- Después de cambiar pañales o limpiar a un niño que ha usado el baño.
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Después de tocar un animal, alimento para animales o desechos animales.
- Después de manipular alimentos o golosinas para mascotas.
- Después de tocar basura.
- Antes y después de usar guantes.

### ¿CÓMO DEBE LAVARSE LAS MANOS?

- **Mójese** las manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y coloque jabón.
- **Enjabónese** las manos frotándolas con el jabón. Asegúrese de enjabonar el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
- **Frótese** las manos durante al menos 20 segundos. ¿Necesita un temporizador? Tararee la canción del feliz cumpleaños de principio a fin dos veces.
- **Enjuáguese** las manos con agua corriente limpia.
- **Séquese** las manos con una toalla limpia o deje que se sequen al aire.

### QUÉ HACER SI NO TIENE JABÓN Y AGUA CORRIENTE LIMPIA

Lavarse las manos con agua y jabón es la mejor manera de reducir la cantidad de microbios en ellas en la mayoría de las situaciones. Si no dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante para manos que contenga al menos un 60 % de alcohol. Los desinfectantes para manos a base de alcohol pueden reducir rápidamente la cantidad de microbios en las manos en algunas situaciones, pero **no** eliminan todos los tipos de gérmenes, como el norovirus. **Los desinfectantes para manos no son tan efectivos cuando las manos están visiblemente sucias o grasosas.**

#### ¿Cómo se utilizan los desinfectantes para manos?

- Aplique el producto sobre la palma de una mano (lea la etiqueta para saber la cantidad correcta).
- Frótese las manos. Frote el producto sobre toda la superficie de las manos y los dedos **hasta que** sus manos estén **secas**.

## GUANTES

La siguiente información se proporciona como recomendación general. Siga siempre las políticas de uso de guantes de su establecimiento.

### INFORMACIÓN GENERAL

- Los guantes NO sustituyen el lavado de manos.
- Deseche los guantes de un solo uso después de cada uso.
- Lávese las manos antes de colocarse los guantes y después de quitárselos.
- Siempre que sea posible, para tocar personas o alimentos utilice guantes sin látex.
- Los guantes deben tener un buen ajuste.
- Los guantes deben ser duraderos, para que no se rompan ni se desgarren durante el uso.



### TIPOS DE GUANTES Y SU USO

- **Guantes médicos** (por ejemplo, guantes quirúrgicos, guantes de examen)
  - Se utilizan para tareas que conllevan exposición y contacto con sangre y fluidos corporales. Por ejemplo, al manipular sangre (como en casos de hemorragias nasales y cortes) u objetos, superficies o ropa sucias con sangre o fluidos corporales con sangre.
  - Se utilizan para cambiar el pañal de un niño con diarrea o con una infección que se transmite a través de las heces, o si el niño tiene zonas abiertas en la piel.
  - Lo usa el personal si tiene cortes abiertos, llagas o desgarros en la piel.
  - Deben estar aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA). Los guantes para manipular alimentos fabricados con película plástica no se consideran apropiados para estas actividades.
- **Guantes utilitarios**
  - Se utilizan para limpiar y desinfectar baños, áreas de cambio de pañales o cualquier área contaminada con heces, vómito u orina.
- **Guantes para manipular alimentos**
  - Pueden recomendarse para manipular alimentos listos para el consumo en algunas jurisdicciones. Siga las políticas de uso de guantes de su establecimiento o consulte con el Departamento de Gestión Ambiental del Condado de Sacramento (Sacramento County Environmental Management Department) al (916) 875-8440.

# Piojos

## NO SE RECOMIENDA LA EXCLUSIÓN DEL AULA

### INFORMACIÓN GENERAL

Los piojos adultos son insectos sin alas, de color canela o blanco grisáceo, de aproximadamente  $\frac{1}{8}$  de pulgada de largo (similares en tamaño a una semilla de sésamo) que viven en el cabello de las personas y se alimentan de sangre humana. Las hembras adultas ponen huevos (liendres) pegándolos a la base del cabello de la cabeza, cerca del cuero cabelludo. Las liendres son de color amarillo o blanco y se encuentran con mayor frecuencia a  $\frac{1}{4}$  de pulgada del cuero cabelludo; las que están más lejos del cuero cabelludo generalmente están vacías (los piojos ya han eclosionado) o están muertas. Los piojos no vuelan ni saltan y se transmiten de persona a persona por contacto entre las cabezas.

Los piojos se pueden detectar separando el cabello y examinando cerca del cuero cabelludo, más comúnmente cerca de las orejas y la nuca. Se ha demostrado que mojar el cabello antes de peinarlo es un método útil para diagnosticar una infestación activa por piojos (Jahnke 2009). Los niños entre 3 y 11 años corren mayor riesgo de sufrir una infestación por piojos. Los piojos, aunque constituyen una molestia importante, no transmiten enfermedades a los humanos.

### RECOMENDACIONES

Históricamente, las políticas escolares sobre piojos impedían que los niños infestados con piojos asistieran a la escuela hasta que ya no se encontraran liendres en su cabello. No hay evidencia de que las políticas de “cero liendres” prevengan los brotes o reduzcan su duración. El Departamento de Salud Pública de California (CDPH) recomienda que las escuelas y los centros de cuidado infantil mantengan una campaña educativa activa para padres, tutores y cuidadores sobre el diagnóstico preciso y el tratamiento adecuado de los casos de piojos, para prevenir la transmisión de piojos en las escuelas y reducir los días escolares perdidos debido a la infestación por piojos.

### **Los niños no deben ser excluidos del aula por el hallazgo de piojos o liendres.**

Para controlar eficazmente los piojos en las escuelas y los centros de cuidado infantil, el CDPH recomienda un enfoque multifacético:

- Distribución de material educativo al personal escolar y a los padres/cuidadores sobre piojos, peinado para identificar liendres y tratamiento, como [el folleto sobre piojos](#) del CDPH o la [hoja informativa](#) (disponible en inglés y español). También se puede indicar a los padres o tutores que visiten la [página web sobre piojos del CDPH](#) para obtener más información.
- Detección temprana de infestaciones por piojos mediante exámenes de rutina por parte de los padres o cuidadores.
- Tratamiento de niños con piojos vivos.

### **[Guía sobre la prevención y el control de los piojos en escuelas con niveles entre el jardín de infantes y 12.º grado y centros de cuidado infantil](#)** (CDPH)

# Salud mental

## REDUCCIÓN DE LA ESTIGMATIZACIÓN Y PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

### INFORMACIÓN GENERAL

En el condado de Sacramento, más de 300,000 personas padecen enfermedades mentales. Dos tercios de las personas con una enfermedad mental nunca buscan ayuda profesional debido a la falta de conciencia o conocimiento sobre las enfermedades mentales, la incertidumbre sobre cómo acceder a servicios de salud conductual, la discriminación o la autoestigmatización.

### OFICINA DE ORADORES DE SACRAMENTO PARA DETENER LA ESTIGMATIZACIÓN

La Oficina de Oradores de Sacramento para Detener la Estigmatización (Stop Stigma Sacramento Speakers Bureau, SSSSB) es parte del proyecto “Mental Illness: It’s not always what you think” (Enfermedades mentales: no siempre es lo que piensa), de mayor envergadura, cuyo objetivo es reducir la estigmatización y la discriminación, promover la salud mental y el bienestar, e inspirar esperanza para las personas y familias que padecen enfermedades mentales. En última instancia, el proyecto busca reducir la estigmatización y la discriminación en el condado de Sacramento proporcionando información, recursos y apoyo sobre salud mental a personas y familias. Al educar a la comunidad sobre las realidades acerca de las enfermedades mentales, podemos eliminar las barreras que enfrentan las personas que padecen enfermedades mentales y brindar una comprensión más profunda sobre los problemas de salud mental en general. La Oficina de Oradores de Sacramento para Detener la Estigmatización (SSSSB), coordinada por el SCPH, está compuesta por oradores capacitados, incluidos defensores, aliados y personas con experiencia vivida con desafíos de salud mental, que comparten sus historias de esperanza y recuperación.

Programar la visita de un orador a su escuela es una excelente manera de iniciar una conversación sobre salud mental y ayudar a disipar el estigma y la discriminación en torno a las enfermedades mentales. Los oradores son ideales para aulas, pequeñas reuniones escolares o reuniones de personal. Considere ampliar sus lecciones o eventos de salud mental actuales con un orador de la SSSSB.

[\*\*Mental Illness: It’s not always what you think\*\*](#)

[\*\*Oficina de Oradores de Sacramento para Detener la Estigmatización\*\*](#)

[\*\*Solicitar un orador\*\*](#)

### PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

El SCPH se ha asociado con los Servicios de Salud Conductual del Condado de Sacramento (Sacramento County Behavioral Health Services) en un Proyecto de Prevención del Suicidio Juvenil (Youth Suicide Prevention Project) para analizar los servicios de salud mental existentes, utilizar datos actualizados y desarrollar planes para esfuerzos futuros hacia un objetivo general de reducir las tasas de suicidio entre jóvenes y adultos jóvenes, de 0 a 25 años. Al educar a los miembros de la comunidad sobre su papel al abordar los problemas de salud mental y cómo abordarlos, podemos hacer que sea más fácil para los jóvenes y adultos jóvenes del condado de Sacramento comunicarse si necesitan ayuda y conectarlos con los servicios adecuados. El proyecto puede proporcionar más información sobre recursos locales, desarrollo de habilidades de afrontamiento, cómo hablar sobre el suicidio, cómo pedir ayuda o cómo ayudar a un amigo. Los miembros del equipo del proyecto también están disponibles para dar una presentación sobre “Aspectos básicos de la prevención del suicidio juvenil” al personal y a los padres.

[\*\*Comuníquese con el Proyecto de Prevención del Suicidio Juvenil\*\*](#)

[\*\*Cómo afrontar una crisis de salud mental juvenil\*\*](#) (también disponible en [\*\*español\*\*](#))

# Naloxona

## REVERSIÓN DE LA SOBREDOSIS DE OPIOIDES

### INFORMACIÓN GENERAL

La naloxona es un antagonista opioide, un medicamento que puede revertir rápidamente una sobredosis de opioides. Los ejemplos de opioides incluyen heroína, fentanilo, oxicodona, hidrocodona, codeína y morfina. La naloxona actúa uniéndose a los receptores opioides y revirtiendo sus efectos. Puede restablecer rápidamente la respiración normal de una persona cuya respiración se ha vuelto más lenta o se ha detenido debido a una sobredosis de opioides. La naloxona no tiene ningún efecto en una persona que no ingirió opioides.

La naloxona viene en forma inyectable y en aerosol nasal. La mayoría de los establecimientos prefieren el aerosol nasal debido a su facilidad de uso. Narcan es una marca de uso frecuente del aerosol nasal de naloxona.

Las escuelas deberían considerar mantener un suministro de naloxona en el campus y en los eventos escolares y capacitar al personal sobre su uso en caso de sospecha de sobredosis de opioides.

[Video de capacitación sobre la administración de naloxona](#) (canal de YouTube del CDPH)

[Video de capacitación sobre la administración de naloxona, en español](#) (canal de YouTube del CDPH)

[Proyecto de Distribución de Naloxona \(Naloxone Distribution Project\) del Departamento de Servicios de Atención Médica de California \(CA Department of Health Care Services\)](#) (naloxona gratis)

[Coalición de Opioides del Condado de Sacramento \(Sacramento County Opioid Coalition\)](#) (naloxona gratis y otros recursos)





# Salud bucal

## CLAVE PARA EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL

### INFORMACIÓN GENERAL

La buena salud bucal, que es importante para la salud general, es clave para el rendimiento estudiantil. Las enfermedades dentales son una de las cinco causas principales de ausentismo crónico. Según la [Encuesta de evaluación básica de tercer grado del año 2018-2019 realizada por la Oficina de Salud Bucal \(Office of Oral Health\) del Departamento de Salud Pública de California, Oficina de Salud Oral](#), más del 60 % de los niños de tercer grado han tenido caries. A nivel estatal, las escuelas de California pierden aproximadamente entre \$29 y \$32 millones por año debido a ausencias relacionadas con la salud dental. El cuidado preventivo regular y la detección temprana de problemas dentales ayudan a los niños a comer, hablar y dormir mejor, lo que también puede ayudarlos a tener un mejor desempeño en la escuela.

En 2005 se promulgó la AB 1433 para exigir que los niños que ingresan a la escuela pública por primera vez se sometan a un examen dental para garantizar que no tengan enfermedades dentales y estén listos para aprender. Para obtener más información sobre este requisito, visite [SacCountyOralHealth.net](#).

### PRÁCTICAS RECOMENDADAS

La buena salud bucal debe comenzar antes del nacimiento. Se recomienda enfáticamente visitar al dentista durante el embarazo. Una vez que sale el primer diente, o a la edad aproximada de un año, el niño debe comenzar a visitar al dentista. Esto garantiza una primera visita agradable y la oportunidad de aplicar un barniz de flúor para ayudar a prevenir las caries en la primera infancia o el deterioro dental. Para obtener ayuda para hallar un dentista o un seguro dental, visite la guía [Información sobre recursos dentales del condado de Sacramento](#).

El flúor es una herramienta importante para prevenir las caries. Los niños que viven en comunidades con agua fluorada tienen un 25 % menos de caries que los niños que beben agua no fluorada. Según los CDC, la fluoración del agua comunitaria es uno de los mayores logros del siglo xx. Anime a los estudiantes a elegir agua del grifo en lugar de bebidas azucaradas que pueden causar caries. Para saber si su agua potable está fluorada, visite el [Mapa de fluoración del agua del condado de First 5 Sacramento](#). Los niños también deben cepillarse los dientes durante dos minutos con pasta de dientes que contenga flúor dos veces al día. Hasta los 3 años se debe utilizar una cantidad equivalente al tamaño de un grano de arroz. Después de los 3 años, se puede utilizar una cantidad del tamaño de un guisante bajo la supervisión de un adulto.

### RECURSOS

El Programa de Salud Bucal del Condado de Sacramento (Sacramento County Oral Health Program) ofrece [recursos para las aulas preescolares](#) que tengan interés en implementar el cepillado de dientes en el aula y promover la alfabetización en materia de salud bucal. Comuníquese con [OralHealth@sacounty.gov](mailto:OralHealth@sacounty.gov) para obtener más información.

[Smile, California](#) (estado de California)

[Cómo cepillar los dientes de su hijo](#) (Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia [National Center on Early Childhood Health & Wellness])

[Cepillo, libro, cama](#) (healthychildren.org)

[Los selladores dentales previenen las caries](#) (SCPH)

[Reconsidere qué beberá](#) (CDPH)

[El baile de los dientes de Elmo](#) (Canal del Taller de Sésamo de YouTube)

# Rabia

## NUNCA TOQUE UN ANIMAL SALVAJE

### INFORMACIÓN GENERAL

Los animales salvajes pueden ser una fuente de infecciones y nunca deben llevarse a las escuelas ni ser manipulados por niños. Los incidentes de mordeduras de animales son una preocupación, especialmente en el caso de animales salvajes, y los mamíferos salvajes representan un riesgo de transmisión de rabia. **¡NUNCA TOQUE UN ANIMAL SALVAJE! (Vivo o muerto)**

Comuníquese de inmediato con los Servicios de Animales (Animal Services) de su jurisdicción para retirar de manera segura a los animales salvajes del establecimiento. Se debe emitir una notificación sobre los siguientes grupos de animales salvajes y domésticos:

- Murciélagos
- Otros mamíferos con mayor riesgo de transmitir rabia (por ejemplo, mapaches, zorrillos y zorros)
- Animales inherentemente peligrosos (por ejemplo, leones, tigres, pumas y osos)
- Animales agresivos o impredecibles, salvajes o domésticos
- Animales salvajes con historial de salud y vacunación desconocidos.

Además, cuando se encuentre un murciélago u otro mamífero salvaje con alto riesgo de transmisión en el establecimiento, asegúrese de comunicarse oportunamente con los Programas de Enfermedades Contagiosas (Communicable Disease Programs) del Departamento de Salud Pública del Condado de Sacramento al (916) 875-5881 para una evaluación de exposición a enfermedades contagiosas.

La rabia es una infección viral mortal que afecta a animales y humanos. La rabia puede infectar a cualquier mamífero, pero es más común entre determinados mamíferos como murciélagos, mapaches, zorrillos y zorros. La rabia puede transmitirse a los animales domésticos y a los humanos a través del contacto con la saliva de un animal infectado, generalmente a través de una mordedura o un rasguño, o a través del contacto con sus tejidos nerviosos (cerebro y médula espinal). El virus de la rabia provoca una infección del cerebro, que siempre es mortal en quienes están infectados y no reciben tratamiento protector después de una exposición. Los mamíferos salvajes suponen un riesgo de transmisión de la rabia y nunca deben ser llevados a las escuelas ni manipulados por niños.

### EJEMPLOS DE SITUACIONES DE RABIA RELACIONADAS CON LA ESCUELA

Los siguientes son casos específicos en los que animales salvajes que generalmente son inaceptables en las aulas (debido al riesgo de transmitir rabia y otras enfermedades zoonóticas) fueron llevados a las escuelas del norte de California:

- Un estudiante de segundo grado trajo un murciélago muerto a la escuela para exhibirlo. La maestra notificó a los administradores de la escuela, quienes llamaron a Servicios de Animales. Posteriormente el murciélago dio positivo en el examen de rabia y el estudiante tuvo que someterse a un tratamiento posterior a la exposición. Gracias a la rápida respuesta de la maestra, ningún otro estudiante necesitó tratamiento.
- Durante el recreo de la escuela primaria, un asistente del patio de juegos observó que un grupo de niños examinaba un murciélago enfermo que se arrastraba por el asfalto. Se llamó al Servicio de Animales. Recogieron el murciélago del patio de recreo y lo sometieron a pruebas. Por fortuna, el resultado del examen de rabia fue negativo. De no haberse obtenido ese resultado, varios niños habrían necesitado tratamiento por exposición a la rabia.

# Virus respiratorios

COVID-19, GRIPE, VSR

## INFORMACIÓN GENERAL

Los virus respiratorios, incluidos el COVID-19, la influenza y el virus respiratorio sincitial (VRS), causan síntomas como fiebre, escalofríos, cansancio, tos, secreción nasal y dolor de cabeza. Se pueden propagar por el aire al toser o estornudar, o al tocar elementos contaminados y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca. La gravedad de los síntomas puede variar mucho y aquellos con mayor riesgo de sufrir complicaciones, incluidas las personas con sistemas inmunitarios comprometidos, deben tomar precauciones adicionales para prevenir la infección.

**Estrategias básicas de prevención**

**Estrategias básicas de prevención**

- Vacunación
- Higiene
- Medidas para un aire más limpio
- Tratamiento
- Quedarse en casa y prevenir la propagación\*

**Estrategias de prevención adicionales**

- Mascarillas
- Distanciamiento
- Pruebas

Usar varias estrategias de prevención puede ser particularmente útil en los siguientes casos:

- ✓ si los virus respiratorios están causando muchas enfermedades en su comunidad;
- ✓ si usted y las personas que lo rodean tienen factores de riesgo de enfermarse gravemente;
- ✓ si usted y las personas que lo rodean tuvieron una exposición reciente, están enfermos o se están recuperando.

\*Quédese en casa alejado de otras personas hasta que se hayan cumplido estas DOS condiciones durante 24 horas:

- Sus síntomas están mejorando
- No ha tenido fiebre (sin medicamentos)

Luego, tome precauciones adicionales por los próximos 5 días.

## CUANDO TIENE UN VIRUS RESPIRATORIO

1. Quédese en casa alejado de otras personas.
2. Reanude sus actividades normales cuando se hayan cumplido las siguientes condiciones durante 24 horas como mínimo:
  - sus síntomas están mejorando en general; **y**
  - no ha tenido fiebre (y no está tomando medicamentos para reducir la fiebre).

Cuando reanude sus actividades normales, tome precauciones adicionales durante los próximos 5 días, como tomar [otras medidas para mantener el aire más limpio](#), [mantener prácticas de higiene](#), [usar mascarilla](#), [mantener distanciamiento físico](#) o someterse a [pruebas](#) si estará rodeado de otras personas en espacios interiores.

[Virus respiratorios](#) (CDPH)

[Cómo prevenir la propagación de virus respiratorios cuando está enfermo](#) (CDC)

[Guía sobre virus respiratorios](#) (CDC)

[Resumen de la guía sobre virus respiratorios](#) (CDC)

# Salud sexual

## AVES, ABEJAS Y ITS

### INFORMACIÓN GENERAL

Una educación sobre salud sexual de calidad debe incluir información precisa desde el punto de vista médico, apropiada para el desarrollo y culturalmente relevante, así como el desarrollo de habilidades para promover actitudes y comportamientos saludables.

### REQUISITOS ESTATALES PARA LA ENSEÑANZA INTEGRAL SOBRE SALUD SEXUAL

La Ley de Juventud Saludable de California (California Healthy Youth Act, CHYA) ([51930-51939 del Código de Educación de California](#)) es una ley estatal con los siguientes propósitos:

- Proporcionar a los alumnos los conocimientos y las habilidades necesarios para proteger su salud sexual y reproductiva del VIH y otras infecciones de transmisión sexual, y de embarazos no deseados.
- Proporcionar a los alumnos los conocimientos y las habilidades que necesitan para desarrollar actitudes saludables respecto del crecimiento y el desarrollo de los adolescentes, la imagen corporal, el género, la orientación sexual, las relaciones, el matrimonio y la familia.
- Promover la comprensión de la sexualidad como parte normal del desarrollo humano.
- Garantizar que los alumnos reciban una enseñanza integrada, completa, precisa e imparcial sobre salud sexual y prevención del VIH y brindar a los educadores herramientas y orientación claras para lograr ese fin.
- Proporcionar a los alumnos los conocimientos y las habilidades necesarios para tener relaciones y comportamientos saludables, positivos y seguros.

Para obtener información más detallada sobre la Ley de Juventud Saludable de California y recursos para cumplir con sus requisitos, visite la página de [Enseñanza integral sobre salud sexual, VIH y sida del Departamento de Educación de California](#).

[Preguntas frecuentes sobre la CHYA](#) (CDE)

[Orientación curricular](#) (CDE)

[Lista de verificación para oradores invitados](#) (CDE)

[Recursos de salud sexual del condado de Sacramento](#) (CDE)

[Clínica de salud sexual del condado de Sacramento](#) (SCPH)

[Modelo de carta de notificación para padres o tutores](#) (CDE)

[Programa de Formación de Educadores sobre Salud Sexual \(Sexual Health Educator Training Program\)](#) (Centro de Prevención y Capacitación de CA)

# Tabaco, nicotina y vapeo

## NO ES UN VAPOR DE AGUA INOFENSIVO

### INFORMACIÓN GENERAL

Fumar sigue siendo la principal causa de muertes evitables en los Estados Unidos. Aún mueren más de 480 000 personas en los Estados Unidos cada año por enfermedades relacionadas con el tabaco ([Campaña para Niños libres de tabaco](#)). Además de los cigarrillos, puros, narguiles y tabaco sin humo, la Administración de Alimentos y Medicamentos también considera que los dispositivos de vapeo son productos de tabaco. Funcionan administrando sustancias químicas aerosolizadas electrónicamente a la boca y los pulmones. La mayoría de los vaporizadores contienen nicotina, la sustancia química altamente adictiva de los cigarrillos tradicionales, pero también pueden contener concentrados de marihuana. La nicotina es altamente adictiva y puede tener graves consecuencias en el cerebro de una persona joven. Puede causar problemas de atención, aprendizaje y memoria. Los adolescentes que vapean también son más propensos a comenzar a fumar cigarrillos tradicionales.

Según la [Encuesta sobre tabaco entre jóvenes de California de 2023](#), el 19 % de los estudiantes de la escuela secundaria del condado de Sacramento alguna vez ha consumido un producto de tabaco, y 1 de cada 20 estudiantes de la escuela secundaria del condado de Sacramento consume actualmente un producto de tabaco. Los productos de vapeo siguen siendo el producto más utilizado entre los estudiantes de secundaria, y el 86 % de los consumidores actuales de tabaco utiliza vaporizadores. La popularidad de las [bolsas de nicotina oral](#) (Zyn, On! y Velo) también está aumentando entre los jóvenes.

### RECURSOS

El [Departamento de Prevención e Intervención Temprana \(Prevention & Early Intervention Department\)](#) de la Oficina de Educación del Condado de Sacramento (SCOE) brinda asistencia técnica y capacitación a educadores y miembros de la comunidad a través de Programas de [Educación para la Prevención del Consumo de Tabaco](#) (Tobacco Use Prevention Education, TUPE). La TUPE también brinda servicios de intervención y abandono del hábito a jóvenes que actualmente consumen productos de tabaco. Actualmente hay cinco distritos escolares de nivel 2 financiados por la TUPE en el condado de Sacramento que ofrecen estos servicios (EGUSD, FCUSD, SCUSD, SJUSD y TRUSD).

[Guía para la eliminación segura de los residuos de cigarrillos electrónicos](#) (Red de Defensa de la Juventud de California [California Youth Advocacy Network])

[Educación del Programa de Educación sobre Alternativas al Vapeo \(Youth Vaping Alternative Program, YVAPE\) para jóvenes de 12 años en adelante](#)

[Servicios para dejar de fumar para mayores de 13 años](#) (Kick It CA)

[La industria del tabaco está creando adicción entre los niños](#) (UNDO.org)

[Comprender y abordar la epidemia del vapeo entre adolescentes: Una guía para padres](#) (YouTube)

[Análisis de la nicotina: Comprender la adicción y encontrar apoyo](#) (YouTube)

# Piscinas para niños

## NO SE RECOMIENDAN

### INFORMACIÓN GENERAL

Una piscina para niños es una piscina de agua poco profunda que se utiliza frecuentemente para que los niños jueguen.

**El Departamento de Salud Pública del Condado de Sacramento y el Departamento de Gestión Ambiental del Condado de Sacramento desaconsejan enfáticamente el uso de piscinas para niños en entornos escolares y de cuidado infantil.**

### ¿POR QUÉ NO SE RECOMIENDAN LAS PISCINAS PARA NIÑOS?

A diferencia de las piscinas de natación, que reciben tratamiento químico y se inspeccionan para prevenir la transmisión de enfermedades, las piscinas para niños generalmente se llenan con agua del grifo y pueden o no vaciarse y desinfectarse a diario. Las piscinas para niños están diseñadas para ser utilizadas por niños pequeños, muchos de los cuales aún no han aprendido por completo a ir al baño. Si un niño tiene un “accidente” en la piscina, puede liberar gérmenes en el agua y otros niños podrían tragar el agua contaminada. La propagación de estas infecciones puede ocurrir bajo la supervisión de los proveedores de cuidado infantil más diligentes y atentos, ya que estas infecciones pueden propagarse incluso cuando los niños presentan síntomas leves o no presentan ninguno.

### ¿CUÁLES SON LOS POSIBLES PROBLEMAS ASOCIADOS CON LAS PISCINAS PARA NIÑOS?

Los agentes causantes de enfermedades, incluidos el norovirus, *E. coli*, giardia, *Cryptosporidium* y *Shigella*, se transmiten eficazmente en piscinas para niños. Todos estos agentes pueden causar enfermedades graves en los niños, con síntomas como **diarrea, vómitos, náuseas y deshidratación.**

### ¿PUEDO USAR UNA PISCINA DE PLÁSTICO DE LLENADO Y DRENAJE?

**NO.** Las piscinas portátiles de plástico de llenado y drenaje están diseñadas para uso familiar individual y no deben utilizarse en establecimientos en las que varios niños puedan compartir el agua.

### ¿EXISTE UNA ALTERNATIVA A LAS PISCINAS PARA NIÑOS?

Los rociadores permiten jugar con agua y conllevan menos riesgo de ahogamiento y transmisión de enfermedades que las piscinas para niños.

