

GUÍA DE SALUD PÚBLICA PARA ESCUELAS Y PROVEEDORES DE CUIDADO INFANTIL



ENERO DE
2026

SACRAMENTO COUNTY PUBLIC HEALTH

SACRAMENTO COUNTY



**PUBLIC
HEALTH**

Promote • Prevent • Protect

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	3
CONTACTOS DE SCPH	4
CALIDAD DEL AIRE Y CALOR EXTREMO	5
ANIMALES	7
AFECCIONES MÉDICAS Y ENFERMEDADES CONTAGIOSAS	11
REQUISITOS DE NOTIFICACIÓN DE ENFERMEDADES	13
REEMBOLSO DE LA ADA POR EPIDEMIAS	15
HERRAMIENTAS DE DETECCIÓN Y SEGUIMIENTO	16
DIRECTRICES DE EXCLUSIÓN	18
ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS	20
PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS	24
EPINEFRINA	25
VACUNAS	26
PREVENCIÓN Y CONTROL DE INFECCIONES	29
INFESTACIONES (PIOJOS, CHINCHES, Y SARNA)	35
SALUD MENTAL	38
NALOXONA	39
SALUD BUCAL	40
RABIA	41
VIRUS RESPIRATORIOS	42
SALUD SEXUAL	43
TABACO, NICOTINA Y VAPEO	45
PISCINAS PARA NIÑOS	46

Introducción

UN MENSAJE DEL FUNCIONARIO DE SALUD PÚBLICA

Estimados directores de escuelas y proveedores de cuidado infantil:

Sabemos que los niños aprenden y prosperan mejor cuando están sanos. Si bien no es posible anticipar todos los escenarios de salud que puede encontrar, esperamos que la *Guía de salud pública para escuelas y proveedores de cuidado infantil* ofrezca orientación práctica y recursos para muchas de las situaciones que es más probable que enfrente.

Esta iteración refleja nuestra transición hacia un modelo más perdurable. En el pasado, publicamos nuevas directrices al comienzo de cada año escolar. De ahora en adelante, este documento se actualizará según sea necesario y permanecerá vigente hasta que se emita una nueva versión.

Lo alentamos a revisar la guía y consultarla a lo largo del año escolar. Si se encuentra con una situación que no esté contemplada en este documento o necesita apoyo adicional, no dude en comunicarse con nuestro equipo.

Gracias por su constante compromiso con la salud y la seguridad de sus comunidades escolares. Valoramos nuestra colaboración y esperamos seguir trabajando juntos.

Atentamente,



Olivia Kasirye, MD, MS
Oficial 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 LA VACUNACIÓN

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

(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](#) al:

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, asma u otras afecciones médicas);
- trasladar eventos y actividades al aire libre al espacios interiores;
- limitar la actividad energética; 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 sus sitios y tomar decisiones para ajustar sus operaciones en consecuencia.

[Cuadro de acciones para escuelas en caso de calidad del aire y eventos de humo](#)
(SMAQMD)

[Mapa de fuego 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 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](#) (CDPH)

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

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

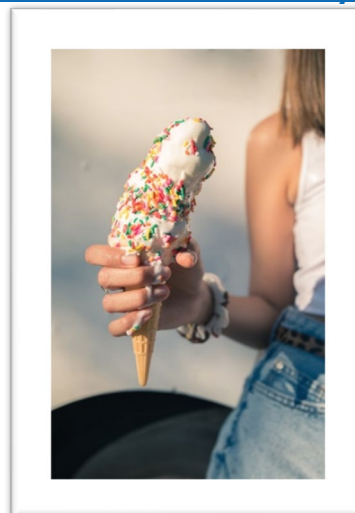
CALOR EXTREMO

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 escuelas sobre deportes y actividades extenuantes durante el 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](#)

[Red de riesgo de calor](#) (CDPH)



Animales

CONSIDERACIONES PARA MANTENER LAS AULAS SEGURAS

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 PERMITIDO (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 RECOMENDADO:

- | | |
|--|---|
| • 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, lagartos, 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 LAS 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 sígalo.
- 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/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.

REDUCIR 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 las visitas de niños a granjas y zoológicos de contacto. 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 debe permitir 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.

Se pueden encontrar otros recursos a través del Departamento de Salud Pública de California, [Sección de Salud Pública Veterinaria](#).

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

**No tan buenos para
exhibiciones.**



Afecciones médicas y enfermedades contagiosas

TRABAJANDO CON EL SCPH CONTROL DE ENFERMEDADES TRANSMISIBLES

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. Informe al SCPH cualquier número inusualmente alto 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 de 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 la duración requerida para excluir a los estudiantes y al personal en caso de enfermedad grave.

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 de casos deben incluir, como mínimo: nombre y apellido del estudiante, nombre del padre/madre o tutor, número de teléfono de contacto, grado, salón de clases, escuela, fecha de inicio de la enfermedad y síntomas (por ejemplo, Náuseas, vómitos o diarrea; fiebre* acompañada de uno o más de los siguientes: sarpullido, dificultad para respirar, tos persistente, disminución del nivel de conciencia o confusión de inicio reciente, aparición de moretones o sangrado sin causa aparente (sin lesión previa), diarrea persistente, vómitos persistentes (distintos al mareo por movimiento), dolor de cabeza con rigidez en el cuello, o aspecto de malestar evidente). 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 oído, frente o recto de 100.4°F o mayor; temperatura oral de 100.0°F o mayor; temperatura bajo el brazo de 99.0°F o mayor, o si la piel se siente caliente al tacto, o si la persona refiere haber sentido fiebre.

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

- **§ 2500(b)** Será deber de todo proveedor de atención médica, que tenga conocimiento de un caso o caso sospechoso de cualquiera de las enfermedades o condiciones enumeradas a continuación, o que atienda dicho caso, reportarlo al oficial 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.
- **§ 2500(c)** El administrador de cada centro de salud, clínica u otro establecimiento donde más de un proveedor de atención médica pueda tener conocimiento de un caso, un caso sospechoso o un brote de enfermedad dentro de la instalación, deberá establecer y ser responsable de los procedimientos administrativos que garanticen que los reportes se realicen al oficial de salud local.
- **§ 2500(a)(14)** "Proveedor de atención médica" se refiere a un médico y cirujano, veterinario, podólogo, enfermero(a) practicante, asistente médico, enfermero(a) registrado(a), partera enfermera, enfermero(a) escolar, especialista en control de infecciones, médico forense, forense del condado o dentista.

Para obtener la lista completa de condiciones reportables del Título 17, incluidas las condiciones reportables a nivel local, visite la [página de Condiciones Reportables 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 que las ausencias fueron más de un 10% inferiores al ADA de octubre o mayo del mismo año escolar, según lo definido por el Departamento de Educación de California (CDE), junto con el número de niños presentes en esas fechas.
2. La ADA de referencia de octubre o mayo.
3. Envíe comentarios sobre por qué considera que el exceso de ausentismo puede deberse a una situación epidémica (por ejemplo, muchas notas médicas, muchos estudiantes enfermos en la escuela).

El SCPH hará lo siguiente:

1. Determinar si existió una situación de “epidemia” en la comunidad que cumpla con los propósitos del Código de Educación de California. El SCPH recopila datos sobre enfermedades de diversas fuentes:
 - a. Monitoreo de la influenza y otras enfermedades infecciosas en la comunidad
 - b. Informes de laboratorio de determinadas enfermedades respiratorias y gastrointestinales
 - c. Informes de hospitalizaciones de niños con influenza 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 tiempo de la enfermedad en la comunidad) con los datos de ausentismo enviados por las escuelas al SCPH.
3. Determinar si es probable que una “epidemia” en la comunidad esté contribuyendo a la disminución material de la asistencia a una escuela o distrito en particular.
4. Envíe 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 esperado, generalmente durante un período de tiempo determinado, en un área geográfica o instalación, 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 significativa del ADA que pueden calificar para prevenir la pérdida de financiamiento del ADA incluyen: incendio, inundación, carreteras intransitables (por ejemplo, días de nieve), epidemia, terremoto, peligro grave e inminente para la seguridad determinado por la autoridad local, huelga, cierre escolar u orden de un funcionario civil o militar relacionada con una emergencia (guerra u otra situación extraordinaria), o ausencia de maestros.

CUESTIONARIO DE DETECCIÓN DE ENFERMEDADES

PREGUNTAS DE MUESTRA PARA EVALUAR LAS ENFERMEDADES DE LOS 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

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

☐ Escalofríos

☐ Tos

☐ Diarrea

☐ Cansancio

☐ Fiebre

Oído, frente, recto 100.4 °F+; Oral
100.0°F+;

Bajo el brazo 99.0°F+

☐ 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

[illegible]**DISTRITO:**

DIRECTRICES DE EXCLUSIÓN

DIRECTRICES GENERALES PARA NIÑOS Y PERSONAL ENFERMOS

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.

EXCLUIR A LOS NIÑOS CON CUALQUIERA DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS:

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:

- Oído, frente, recto 100.4°F o más
- Oral 100.0°F o más
- Debajo del brazo 99.0°F o más

Signos y síntomas de una posible enfermedad grave: Excluir hasta que un proveedor de atención médica haya realizado una evaluación para descartar una enfermedad grave cuando el niño esté inusualmente cansado, presente tos incontrolable, irritabilidad inexplicada, llanto persistente, dificultad para respirar, sibilancias u otros signos inusuales para el niño.

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 hayan cesado los vómitos, a menos que se determine que son causados por una afección no transmisible 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 los de una enfermedad transmisible 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 amarillentos (ictericia), color gris o heces blancas u orina oscura (color té o cola).

ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS

ORIENTACIÓN DE 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 desde una persona infectada que prepara o toca la comida de otros.

¿CÓMO SE PUEDEN PREVENIR LAS ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR LOS 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 SCPH, las personas diagnosticadas con ciertas enfermedades entéricas pueden tener restricciones para desempeñarse en ocupaciones o situaciones sensibles (por ejemplo, un niño menor de 5 años que asiste a una guardería, un manipulador de alimentos, etc.) hasta recibir la autorización 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. PREPAREN 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, su establecimiento puede ser inaccesible por los medios habituales (por ejemplo, cierre de carreteras), el sitio puede estar cerrado por completo, o el personal de emergencia puede necesitar usar su sitio para preparación, refugio o como punto de entrega o distribución de bienes o servicios.

PLAN DE OPERACIONES DE EMERGENCIA (POE)

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 completa para desarrollar un EOP escolar, así como un [EOP escolar de muestra](#).

PREPARANDO 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 un desastre inesperado puede ayudarle a usted y a su familia a mantenerse seguros.

- **Conozca su zona:** visite el [mapa interactivo en línea](#) y escriba su dirección de casa. El mapa generará su número de zona.
- **Descargue su mapa de zona de evacuación y lista de verificación del kit de emergencia:** Visite la [Página web del mapa de zona de evacuación](#) y haga clic en su número de zona.
- **Informar a su familia y vecinos:** comparta el mapa y la lista de verificación con los miembros del hogar y los vecinos, luego planifique su ruta de evacuación y punto de encuentro.
- **Prepare su bolso de emergencia:** se proporciona una lista de verificación con cada mapa y su bolso de emergencia debe incluir elementos esenciales como alimentos, agua, cargadores, una radio, un cambio 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 y/o correos electrónicos de emergencia en su dispositivo.
- **Prepare a los más pequeños** – La serie de cuentos infantiles Ready Wrigley de los CDC abarca una variedad de temas de preparación, incluyendo [terremotos](#), [calor extremo](#), [recuperación de tormentas e inundaciones](#), [gripe](#), y [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 aprender cómo prepararse usted y su familia para una emergencia como un incendio forestal o una inundación, visite [SacramentoReady.org](https://www.sacramento.gov/ready).

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 (pública, autónoma o privada), un distrito escolar o una oficina de educación del condado de California a obtener autoinyectores de epinefrina para escuelas primarias, secundarias, escuelas intermedias y escuelas 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 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 [estándares de capacitación](#) para la administración de autoinyectores de epinefrina de acuerdo con [la Sección 49414 del Código de Educación](#).

Vacunas

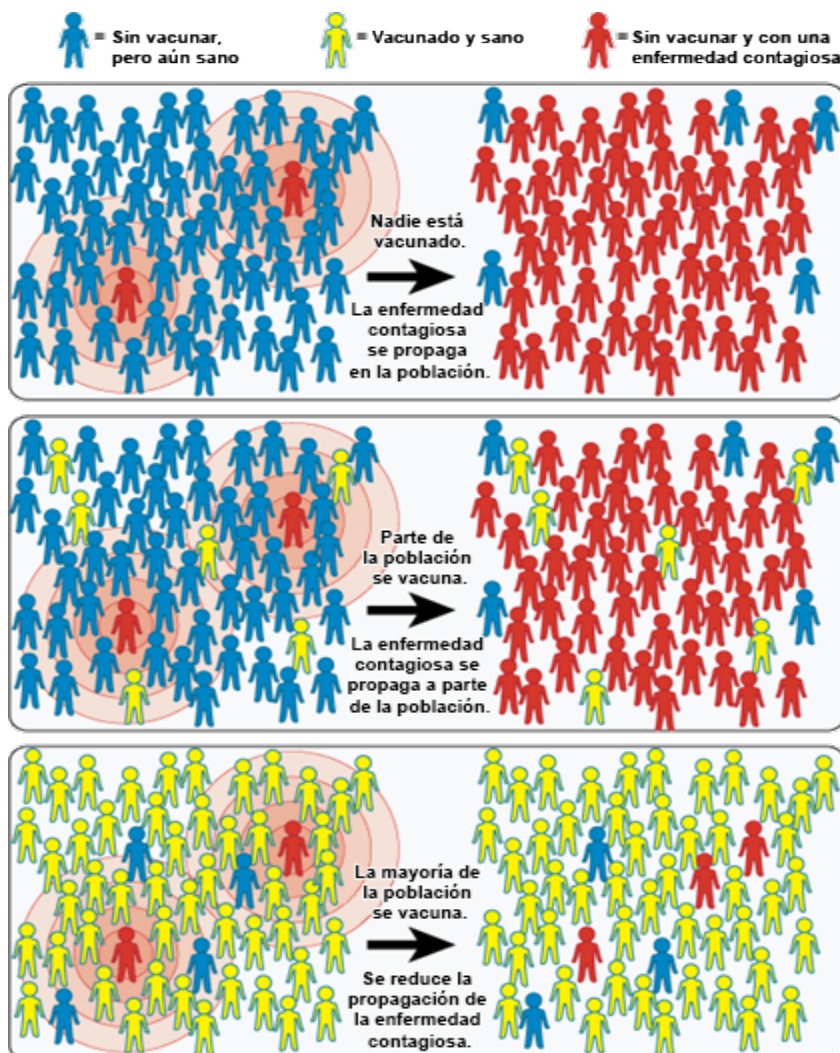
CRONOGRAMA, REQUISITOS E INFORMES

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.

Vea el diagrama a continuación para ver cómo la inmunidad comunitaria ayuda a protegernos a todos:



¿Cuál es el nivel de vacunación de su escuela o centro de cuidado infantil?

Consulte [AQUÍ](#)

CALENDARIO Y REQUISITOS DE VACUNACIÓN

CALENDARIO DE VACUNACIÓN DE LOS CDPH

El CDPH recomienda la vacunación de niños y adolescentes de acuerdo con [el calendario de vacunación infantil y adolescente de la Academia Estadounidense de Pediatría](#).

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 el ingreso a guarderías infantiles en California](#) (CDPH)

[Requisitos de ingreso 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](#) (Immunize.org)

[Exenciones médicas](#) (CDPH)

REGISTRO DIGITAL DE VACUNAS

[Registro digital de vacunas](#) (DVR) es un registro electrónico de vacunación del Registro de Inmunización de California (CAIR). El portal 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

[Ayudas para la traducción de registros de vacunación extranjeros](#)

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

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

INFORMES DE VACUNACIÓN

REQUISITOS DE INFORMES DE CALIFORNIA

[La Sección 120325-75 del Código de Salud y Seguridad de California](#) requiere que los estudiantes proporcionen prueba de vacunación para ingresar a la escuela y al 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 de preescolar (guarderías/preescolares) de California están obligados a evaluar y reportar anualmente el estado de vacunación de sus inscritos. Consulte las instrucciones para presentar informes por grado en el menú desplegable de la izquierda.

Visite los siguientes enlaces para obtener instrucciones sobre cómo presentar informes y recursos útiles:

- **Instrucciones:** [Pre-K](#) | [TK/K](#) | [7° grado](#)
- **Módulos de capacitación en línea sobre informes:** [Pre-K](#) | [TK/K](#) | [7° grado](#)
- **Sitio de informes:** [Centro CAIR](#) > [Solicitud de informes de vacunación](#)
- **Hojas de trabajo:** Pre-K ([Excel](#)) ([PDF](#)) | TK/K ([Excel](#)) ([PDF](#)) | 7° ([Excel](#)) ([PDF](#))
- **Preguntas frecuentes:** [Todas las cohortes](#)



Prevención y control de infecciones

TOS, PAÑALES, LAVADO DE MANOS Y GUANTES

CÚBRASE AL TOSER

¿POR QUÉ DEBO CUBRIRME LA BOCA AL TOSER?

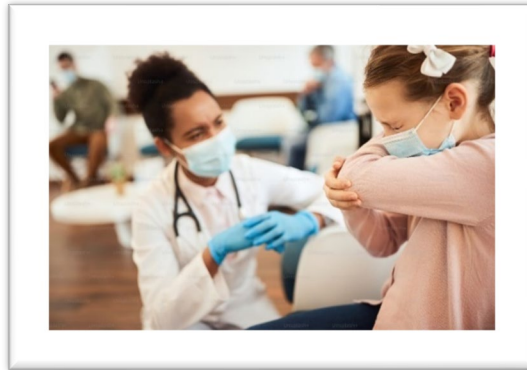
- Las enfermedades respiratorias como la gripe, el resfriado común, el virus respiratorio sincitial (VRS) y la neumonía se transmiten a través de la tos o los estornudos.
- Estos virus pueden transmitirse a otras personas cuando la persona enferma tose o estornuda al aire o sobre sus manos y luego contamina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

¿CÓMO PUEDO DETENER LA PROPAGACIÓN DE GÉRMENES SI ESTOY 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 use 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.

¿CÓMO PUEDO MANTENERME SALUDABLE?

- **¡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

Las manos del proveedor y del niño deben lavarse 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.

ARTÍCULOS 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 se puede lavar, se deben colocar en una bolsa de plástico **sellada** y enviarla 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 EL CAMBIO DE 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 el pañal, las toallitas, las toallas de papel, el papel para cambiar pañales, los hisopos de algodón y los guantes en el contenedor de desechos revestido de 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

¿CUÁNDO DEBEMOS LAVARNOS 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** bien 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 NI 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 de 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 todas las superficies de sus manos y 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 desgarran durante el uso.



TIPOS Y USOS DE GUANTES

- **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**
 - Puede recomendarse para manipular alimentos listos para consumir en algunas jurisdicciones. Siga las políticas de uso de guantes establecidas por su instalación o consulte con el Departamento de Gestión Ambiental del Condado de Sacramento al (916) 875-8440.

Infestaciones: 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/tutores sobre piojos, peinado con peine fino 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/cuidadores que visiten la [página web sobre piojos del CDPH](#) para obtener información adicional.
- 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 primarias y secundarias y centros de cuidado infantil](#) (CDPH)

Infestaciones: Chinches de cama

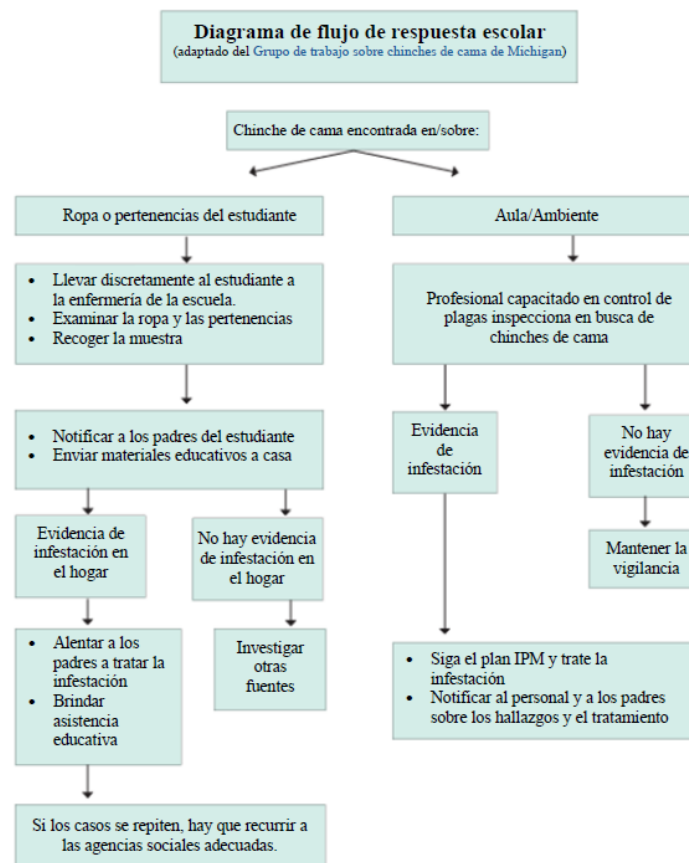
NO SE RECOMIENDA LA EXCLUSIÓN DEL AULA

INFORMACIÓN GENERAL

Las chinches son insectos pequeños, planos y de color marrón rojizo que se alimentan de sangre humana, generalmente durante la noche, mientras la gente duerme. Aunque no vuelan ni saltan, pueden trasladarse “autostop” en pertenencias personales como mochilas, chaquetas y ropa. En las escuelas, las chinches no son un signo de falta de higiene o limpieza y cualquier persona puede traerlas. La sola observación de una chincha de cama no necesariamente indica una infestación. Si bien las chinches son una molestia, no se sabe que transmitan enfermedades.

La educación proactiva, la detección temprana y los protocolos de respuesta consistentes pueden evitar que avistamientos menores se conviertan en problemas mayores.

RECOMENDACIONES



Manejo de plagas en escuelas: Guía sobre chinches para administradores, maestros y personal escolar (EPA)

Infestaciones: Sarna

SE RECOMIENDA EXCLUSIÓN HASTA EL TRATAMIENTO

INFORMACIÓN GENERAL

La sarna es causada por pequeños ácaros que se introducen en la piel y causan una erupción con picazón intensa. Se propaga a través del contacto prolongado de piel con piel, no del contacto casual. Las primeras infecciones pueden no presentar síntomas durante 2 a 6 semanas; las personas expuestas previamente presentan síntomas entre 1 y 4 días.

El diagnóstico lo realiza un profesional de la salud, que puede identificar ácaros, huevos o madrigueras mediante raspado de la piel o inspección visual de la distribución de la erupción.

RECOMENDACIONES

1. Notificación y confidencialidad
 - Una vez que se confirma la sarna, los padres/cuidadores deben informar al personal de la escuela.
 - Notificar discretamente a otras personas posiblemente expuestas (por ejemplo, compañeros de clase, personal) para que estén atentos a los síntomas. **La confidencialidad es esencial.**
2. Tratamiento de casos y contactos estrechos
 - Todos los miembros del hogar y los contactos cercanos (piel con piel) deben recibir tratamiento simultáneo, incluso si no presentan síntomas.
 - El tratamiento sólo se realiza con receta médica:
 - Crema de permetrina al 5% (Elimite®) aplicada desde el cuello hasta los pies durante la noche; también en la cabeza y el cuello en el caso de los bebés.
 - Ungüento de azufre al 5–10% para bebés o aquellos que no pueden usar permetrina.
 - Ivermectina oral sólo si los tratamientos tópicos fallan o están contraindicados; no se utiliza rutinariamente en niños pequeños ni en mujeres embarazadas.
 - Después del tratamiento, la picazón puede persistir hasta 2 a 4 semanas; puede ser necesario repetir el tratamiento si los síntomas continúan o se sospecha una reinfestación.
3. Control ambiental
 - Los ácaros de la sarna sobreviven fuera de la piel sólo 2 o 3 días.
 - Manipule los artículos contaminados de los 3 días anteriores al tratamiento mediante:
 - Lavar con agua caliente y secar a temperatura alta, o
 - Limpieza en seco, o
 - Sellado en bolsas de plástico durante 4–7 días.
 - Aspire alfombras, tapizados y muebles donde el niño estuvo sentado o acostado.
 - La pulverización rutinaria de pesticidas no es necesaria ni recomendada.
4. Regreso a la escuela
 - Una vez completado el tratamiento (normalmente la aplicación durante la noche), los niños pueden regresar al día siguiente.

- No se necesita ninguna otra exclusión a menos que los síntomas persistan debido a un tratamiento inadecuado. En tales casos, las personas retiradas pueden regresar después de completar el curso.
- Las personas expuestas no deben ser excluidas únicamente por la exposición a la sarna.

Recomendaciones para la prevención y el control de la sarna en distritos escolares y centros de cuidado infantil (CDPH)

Salud mental

REDUCCIÓN DEL ESTIGMA 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 es parte de la iniciativa más amplia “Enfermedades Mentales: Proyecto “No siempre es lo que piensas”, que tiene como objetivo reducir el estigma y la discriminación, promover la salud mental y el bienestar e inspirar esperanza para personas y familias que viven con enfermedades mentales. El proyecto busca en última instancia reducir el estigma y la discriminación en el condado de Sacramento proporcionando información, recursos y apoyo de salud mental a personas y familias. Al educar a la comunidad sobre los hechos acerca de las enfermedades mentales, podemos eliminar las barreras que experimentan las personas que viven con 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 un orador para su escuela es una excelente manera de iniciar una conversación sobre salud mental y ayudar a disipar el estigma y la discriminación que rodean 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.

Enfermedad mental: No siempre es lo que piensa

Oficina de Oradores de Sacramento para detener la Estigmatización

Solicitar un orador

Naloxona

REVERTIR 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, oxycodona, 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 \(en español\)](#) (CDPH YouTube)

[Proyecto de distribución de naloxona del Departamento de Servicios de Atención Médica de California](#) (free naloxone)

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



Salud bucal

LA CLAVE PARA EL LOGRO 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 básica de detección de 3° grado 2018-19 realizada por el Departamento de Salud Pública de California—Oficina de Salud Oral](#), más del 60% de los niños de tercer grado han experimentado caries dental. 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.

MEJORES PRÁCTICAS

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.

El flúor es una herramienta importante en la prevención de la caries dental. 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 [Mapa de fluoración del agua de First 5 del condado de 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 ofrece [recursos para las aulas preescolares](#) que estén interesadas en implementar el cepillado de dientes en el aula y promover la alfabetización en salud bucal. Comuníquese con OralHealth@saccounty.gov para obtener más información.

[Smile, California](#) (Estado de CA)

[Cómo cepillar los dientes de su hijo](#) (Centro Nacional de Salud de la Primera Infancia y Bienestar)

[Cepillo, libro, cama](https://www.healthychildren.org) (healthychildren.org)

[Los selladores dentales previenen la caries dental](#) (SCPH)

[Reconsidere su bebida](#) (CDPH)

[El baile de los dientes de Elmo](#) (Taller Sésamo 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 silvestre con alto riesgo de transmisión en las instalaciones, asegúrese de contactar a Salud Pública del Condado de Sacramento, Enfermedades Transmisibles Programas, al (916) 875-5881 de manera oportuna para la evaluación de exposición a enfermedades transmisibles.

La rabia es una infección viral fatal 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, VIRUS RESPIRATORIO SINCITAL (VRS)

INFORMACIÓN GENERAL

Los virus respiratorios, incluidos el COVID-19, la influenza y el virus respiratorio sincital (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

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.

***Quétese 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. Quétese 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 estás enfermo](#) (CDC)

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

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

Salud sexual

AVES, ABEJAS Y ETSs

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 INSTRUCCIÓN INTEGRAL EN 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 Salud Juvenil de California y los recursos para cumplir con sus requisitos, visite la página de [Instrucción integral sobre salud sexual y VIH/SIDA del Departamento de Educación de CA](#).

[Preguntas frecuentes sobre 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)

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

[Programa de Formación de Educadores en Salud Sexual](#) (Centro de Prevención y Capacitación de CA)

Tabaco, nicotina y vapeo

VAPOR DE AGUA NO INOFENSIVO

INFORMACIÓN GENERAL

Fumar sigue siendo la principal causa de muertes evitables en los Estados Unidos. Más de 480.000 personas en Estados Unidos todavía mueren cada año por enfermedades relacionadas con el tabaco. ([Campaña por 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 tienen más probabilidades de comenzar a fumar cigarrillos tradicionales.

Según la [Encuesta sobre tabaco entre jóvenes de California de 2023](#), 19% de los estudiantes de secundaria en el condado de Sacramento han usado alguna vez un producto de tabaco, y 1 de cada 20 estudiantes de secundaria en el condado de Sacramento usa 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. [Bolsas de nicotina oral](#) (Zyn, On! y Velo) también están aumentando en popularidad entre los jóvenes.

RECURSOS

El [Departamento de Prevención e Intervención Temprana](#) 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 los Programas de [Educación para la Prevención del Uso de Tabaco](#) (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 residuos de vapeo](#) (California Youth Advocacy Network)

[Programa de educación sobre alternativas al vapeo para jóvenes mayores de 12 años](#) (YVAPE)

[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 RECOMENDADAS

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 saben ir al baño completamente. 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 norovirus, *E. coli*, *Giardia*, *Cryptosporidium* y *Shigella*, se transmiten de manera eficiente en piscinas para niños. Todos estos agentes pueden causar enfermedades graves en los niños, con síntomas como **diarrea, vómitos, náuseas y deshidratación**.

¿PUEDO UTILIZAR UNA PISCINA DE PLÁSTICO CON SISTEMA DE LLENADO Y VACIADO?

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 ALGUNA ALTERNATIVA A LAS PISCINAS PARA NIÑOS?

Los aspersores brindan oportunidades de jugar con agua y conllevan menos riesgos de ahogamiento y transmisión de enfermedades en comparación con las piscinas para niños.

