



## RECOMENDACIONES PARA IR Y VOLVER DEL CENTRO ESCOLAR

### ANTES DE SALIR DE CASA

#### 1) Lavado higiénico de manos:

- Mojar las manos y aplicar jabón en la palma, frotar las dos palmas para hacer espuma, frotar el dorso de ambas manos y entre los dedos, frotar los pulgares de arriba abajo con movimientos circulares, frotar las puntas de los dedos contra las palmas con movimientos circulares, frotar las muñecas también y secar las manos con papel desechable.
- Debemos estar lavarnos durante 40-60 segundos.
- Si no podemos hacerlo con agua y jabón, tenemos que seguir los mismos pasos con gel hidroalcohólico.

#### 2) Responsabilidad familiar:

- Toma de temperatura: no asistir a la escuela si sobrepasa 37.3 °C; las temperaturas entre 37 y 37,7 °C en niños, se deberán valorar conjuntamente con otras manifestaciones clínicas o síntomas propios de la Covid-19.
- Reconocimiento de síntomas susceptibles: fiebre, tos seca, dificultad respiratoria, congestión nasal, secreción nasal, expectoración, diarrea, malestar general, dolor de cabeza, dolor de garganta, vómitos, erupción cutánea de origen desconocido, pérdida de olfato y / o gusto, letargo, confusión...
- En caso de sospecha de enfermedad: hay que ponerse en contacto con el centro de atención primaria para llevar a cabo las actuaciones que recomiende el personal sanitario. Debe avisarse a la escuela de la falta de asistencia.
- Uso de la mascarilla: colocación correcta de la mascarilla limpia o nueva, talla adecuada, debe cubrir desde el puente de la nariz hasta debajo de la barbilla y no debe tocarse una vez puesta.

Se recomienda que el alumnado menor de 6 años que lleve una mascarilla quirúrgica en la mochila por si empiezan a presentar síntomas en el centro escolar. También se recomienda, aunque no sea obligatorio para esta edad, la educación en el uso de la mascarilla de una manera lúdica y divertida.

#### 3) Otras consideraciones:

- Se aconseja que sea un solo adulto quien acompañe cada niño/a, para evitar aglomeraciones frente a la escuela.
- Si el alumnado es adolescente, la familia debe ayudarles a repasar las recomendaciones antes de salir de casa.



---

### ***POR LA CALLE***

---

- 1) Es imprescindible que los adultos demos ejemplo a niños/as y jóvenes.
- 2) Andar por la derecha.
- 3) Respetar la distancia de seguridad.
- 4) No manipular ni quitarse la mascarilla.
- 5) Mejor saludar haciendo hola con la mano, pero sin tocarse, tampoco con el codo.

---

### ***A LA ENTRADA DE LA ESCUELA***

---

- 1) Puntualidad con el horario que nos marcará el centro escolar para evitar aglomeraciones.
- 2) Respetar la distancia de seguridad.
- 3) Revisar que la mascarilla está bien colocada y no manipularla.
- 4) El adulto acompañante NO debe entrar en el centro escolar a menos que sea totalmente imprescindible. Hay que valorar si lo podemos solucionar por teléfono, correo electrónico o en la web de la escuela.
- 5) Desinfectar las manos con gel hidroalcohólico antes de entrar en el centro escolar si tenemos oportunidad.

---

### ***A LA SALIDA DE LA ESCUELA***

---

- 1) Respetar la distancia de seguridad.
- 2) Puntualidad con el horario que nos marcará la escuela en el centro escolar para evitar aglomeraciones.
- 3) Desinfectar las manos con gel hidroalcohólico cuando el niño/a o adolescente salga del centro.
- 4) NO debemos quedarnos frente a la escuela una vez recogemos al niño/a, a fin de evitar aglomeraciones.
- 5) Es recomendable merendar en casa.

---

### ***AL LLEGAR A CASA***

---

- 1) Dejar el calzado que hemos usado por la calle en la entrada de casa u otro lugar dispuesto a tal efecto.



- 2) Lavado higiénico de manos con agua y jabón.
- 3) Retirada correcta de la mascarilla (cogiéndola por las gomas o vetas) para ponerla a lavar.
- 4) Es altamente recomendable una ducha y cambiar de ropa para poner a lavar la que hemos utilizado a lo largo de todo el día, sobre todo si usamos transporte público o no vamos directamente a casa al salir del centro escolar.

---

### **RECOMENDACIONES PARA TIEMPO LIBRE FUERA DE LA ESCUELA**

---

Debemos tener presente que hay varias circunstancias que pueden comportar riesgo de contagio del alumnado, tanto infantil como adolescente, y el consiguiente riesgo de contagio familiar y de su grupo estable de convivencia dentro de la escuela.

Recordemos que una sospecha de caso con algún síntoma susceptible, aunque salga con una prueba de PCR negativa, deberá estar 14 días confinado en casa junto con toda la familia.

Repasaremos lugares y circunstancias que se recomiendan evitar:

- 1) Espacios de juego en lugares públicos como columpios, areneros, etc. donde hay contacto múltiple de superficies y, además, se hace imposible respetar la distancia de seguridad.
- 2) Fiestas de cumpleaños u otros encuentros de carácter festivo.
- 3) Quedar para jugar en casa de amigos o amigas que no sean del mismo grupo estable de convivencia de la escuela.
- 4) Reuniones familiares o amistades donde no se pueda respetar la distancia de seguridad, o no se lleve mascarilla, o asistan de más 10 personas.
- 5) Bares, cafeterías, terrazas y restaurantes si los niños son lo suficientemente pequeños para no poder estar sentados a la mesa.
- 6) Supermercados o tiendas varias si los niños son lo suficientemente pequeños para no poder controlar la tentación de tocar cosas y superficies.

