

## REGRESO A CLASES DE FORMA SEGURA

El aula es uno de los principales núcleos de transmisión de enfermedades entre niños y adolescentes escolarizados. Muchas infecciones como la gripe, varicela, y coqueluche entre muchas otras, pueden adquirirse en el ámbito escolar, afectando el rendimiento de los alumnos debido al ausentismo que generan. De igual manera, las infecciones contraídas en la escuela pueden propagarse dentro del hogar afectando toda la dinámica familiar.

En el marco actual de la pandemia de Covid-19 y de cara al inicio del ciclo escolar 2022, se comparten recomendaciones de cuidado e higiene para un regreso seguro a las aulas. El siguiente programa de cuidados cuyo objetivo es evitar y disminuir la transmisión del Covid está dividido en tres pilares básicos: padres y cuidadores, alumnos, maestros y personal no docente.

Es muy importante remarcar que todo el personal de las instituciones educativas tiene el deber de aplicar los procedimientos y medidas de cuidado para garantizar una práctica segura y prevenir la propagación de infecciones. Las normas de higiene básicas siempre deben mantenerse independientemente de los casos particulares.

Todas estas recomendaciones son acercadas por Ayudín®, marca número 1 en limpieza y desinfección\*, en consenso con la Fundación Centro de Estudios Infectológicos (FUNCEI).

## Covid19 ¿Qué es y cómo se transmite?

Los coronavirus son una familia de virus que pueden afectar animales y seres humanos provocando enfermedades respiratorias que van desde un resfriado común hasta enfermedades más graves, como el Síndrome Respiratorio Agudo Grave (SARS) y Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS).

Este nuevo virus -el SARS Cov-2-, altamente contagioso, es el responsable de la actual pandemia, declarada así por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en marzo del 2020. Se transmite a través del aire y de persona a persona, por medio de las gotas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando el individuo portador del virus respira, tose, estornuda o habla. El virus también puede contaminar cualquier tipo de superficie como pasamanos, manijas, mesas, sillas u otros objetos e ingresar al organismo cuando nos tocamos los ojos, nariz o boca con las manos sin lavar luego de haber tenido contacto con esas superficies contaminadas. Aunque esta última sea menos frecuente, se recomienda limpiar y desinfectar los objetos y superficies para evitar, ésta y otras enfermedades que pudieran adquirirse por esta vía.

Aunque no se puede garantizar un entorno libre de la enfermedad COVID-19, las acciones recomendadas en este documento pueden ayudar a aminorar el riesgo de transmisión.

## Recomendaciones generales para prevenir el COVID-19

La Fundación Centro de Estudios Infectológicos (FUNCEI) recomienda como medidas de prevención:

- Lavar las manos de modo frecuente con agua y jabón durante al menos 20 segundos o bien, con desinfectantes en base a alcohol al 60%.
- Al toser o estornudar, cubrir la boca y la nariz con el pliegue del codo flexionado o con un pañuelo descartable. Luego de su uso, tirar el pañuelo inmediatamente y lavarse las manos.
- Mantener el distanciamiento social de al menos 2 metros con otras personas para evitar la inhalación de gotas con virus que pudieran eliminar las personas infectadas al respirar, hablar, toser o estornudar.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca: las manos pueden estar en contacto con objetos o superficies contaminados.
- Evitar el contacto cercano con las personas que están enfermas.
- Evitar aglomeraciones.
- Utilizar tapabocas en espacios compartidos cerrados y abiertos.
- Ventilar los ambientes en forma adecuada y constante.
- Ante la aparición de síntomas debe solicitar atención médica.
- Los protocolos de manejo de los casos confirmados o sospechosos y las medidas de prevención suelen ser actualizados periódicamente por el Ministerio de Salud, en función de la situación epidemiológica. Es importante cumplir con las recomendaciones sanitarias de prevención.
- Se recomienda tener las vacunas habituales actualizadas según la edad, y las vacunas antigripal y antineumocócica según los grupos de riesgo.
- Asegurar la limpieza y desinfección de las superficies dentro y fuera del hogar.

### ALGUNOS TIPS DEL LAVADO DE MANOS.

- El lavado de manos es una manera muy sencilla y eficaz para prevenir infecciones respiratorias y gastrointestinales como la diarrea.
- Lavarse las manos es fácil, y es una de las formas más eficaces de prevenir la propagación de enfermedades de una persona a la otra, en todos los ámbitos: el hogar, las guarderías y escuelas, el lugar de trabajo y los hospitales.
- Cuando las manos están muy sucias o grasosas, es posible que los desinfectantes pudieran no tener la misma eficacia: se recomienda lavarse las manos con agua y jabón.

## Recomendaciones para los estudiantes

### LAVADO DE MANOS

Dentro y fuera del colegio, los alumnos están expuestos a los gérmenes y virus que se transmiten por contacto directo a través de la manipulación de objetos. Para prevenir enfermedades y el cuidado de la salud se recomienda el lavado de manos recurrente y de forma efectiva. Para los más chiquitos puede ser más difícil desarrollar esta acción de forma correcta, por eso es importante educarlos en este sentido y acompañarlos.

Para eliminar cualquier rastro del virus de las manos, no basta con lavarlas rápidamente. Este es el proceso para higienizarse las manos de manera eficaz, paso a paso:

Primero, hay que mojarse las manos con agua corriente. En segundo lugar, hay que aplicar una cantidad suficiente de jabón para cubrir las manos mojadas. Luego, hay que frotar por toda la superficie de las manos (el dorso, el espacio entre los dedos y debajo de las uñas) durante, al menos, 20 segundos. El cuarto paso es que las manos queden bien aclaradas con agua corriente. Quinto y último paso, hay que secarse con una toalla de manos limpia o una toalla de un solo uso.

Deberían dedicar entre 20 y 30 segundos al lavado de manos. Una manera sencilla de calcularlo es cantar la canción del “feliz cumpleaños”, entera y dos veces.

En el contexto de la prevención por Coronavirus, hay que lavarse las manos en las siguientes ocasiones:

- Después de sonarte la nariz, toser o estornudar
- Después de visitar un espacio público, como transportes, mercados y lugares de culto
- Después de tocar superficies fuera de tu hogar, por ejemplo, dinero
- Si alguien del grupo familiar o que convive en la misma casa tiene Coronavirus
- Antes y después de comer

En general, siempre hay que higienizar las manos en los siguientes casos:

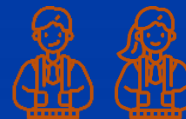
- Después de ir al baño
- Antes y después de comer
- Después de estar en contacto con la basura
- Después de tocar animales y mascotas
- Después de cambiarle el pañal a un bebé o de ayudar a un niño a usar el inodoro
- Siempre que tengas las manos visiblemente sucias

Se recomienda establecer una cultura de higiene de manos.

Incluir tiempo en las rutinas diarias para que los alumnos, los maestros y todo el personal se laven las manos, especialmente en momentos clave, como después de las



# PROTOSCOLOS PARA LA VUELTA A CLASES



RECOMENDACIONES  
PARA LOS ESTUDIANTES

pausas para ir al baño, antes del almuerzo o después de jugar al aire libre. El hábito del lavado de manos es fundamental para la prevención de las enfermedades infecciosas, y debe incorporarse a la rutina diaria desde las edades más tempranas.

Promover la higiene de manos en toda la escuela colocando señales visuales como carteles, pegatinas y otros materiales sobre el lavado de manos en áreas muy visibles.

Recordar siempre la importancia del lavado de manos, el uso del barbijo y el distanciamiento de al menos un metro dentro de las aulas.

En resumen, los beneficios de la escuela presencial son mucho mayores que los riesgos. Los niños y adolescentes no solo adquieren herramientas académicas, sino también desarrollan sus habilidades sociales y emocionales, pueden realizar deportes, y tienen accesos a varios servicios de apoyo como servicios de salud mental, y muchos niños almuerzan en las escuelas.

Por lo tanto, es fundamental el trabajo en equipo entre las familias, las autoridades de las escuelas, los maestros y profesores y los alumnos, para poder garantizar un ambiente seguro y saludable.

---

## Fuentes:

\*Base Kantar Worldpanel Footprint 2020.

<https://www.caeme.org.ar/contagio-de-covid-el-contacto-con-superficies-es-de-bajo-riesgo/>

[https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/covid-19-prevencion-de-transmision-por-aerosoles-2021\\_0.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/covid-19-prevencion-de-transmision-por-aerosoles-2021_0.pdf)

<https://www.telam.com.ar/notas/202102/543724-coronavirus-superficies-limpiar-productos-supermercado.html>

[https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/recomendaciones\\_para\\_prevenir\\_el\\_contagio\\_de\\_covid\\_19\\_en\\_cocinas\\_y\\_comedores\\_comunitarios\\_-\\_final\\_26.04.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/recomendaciones_para_prevenir_el_contagio_de_covid_19_en_cocinas_y_comedores_comunitarios_-_final_26.04.pdf)

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/preguntasfrecuentes#que-es>

<https://www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/informacion-de-interes-para-tu-salud/agua>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/clean-disinfect-hygiene.html>

<https://www.cnet.com/health/parenting/clean-these-germy-items-when-your-kids-get-home-from-school/>

<https://www.grove.co/blog/back-to-school-cleaning>

<https://www.uab.edu/news/health/item/10159-the-right-way-to-disinfect-classrooms-homes-to-kill-the-flu-virus>

<https://www.albanyschools.org/21-22/cleaning-and-disinfecting>

[https://www.healthgreenschools.org/wp-content/uploads/HGSC\\_DisinfectingGuidelines.pdf](https://www.healthgreenschools.org/wp-content/uploads/HGSC_DisinfectingGuidelines.pdf)

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html>

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/k-12-guidance.html>

[http://www.lvm.unlp.edu.ar/uploads/docs/procedimiento\\_de\\_limpieza.pdf](http://www.lvm.unlp.edu.ar/uploads/docs/procedimiento_de_limpieza.pdf)

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/39678/Documento%202.pdf>