

Mensaje de la Superintendente



Querida Comunidad de Sequoia Union High School District,

La primavera es una época emocionante del año. Este año es realmente especial ya que representa un cambio a un ambiente más familiar. Mientras visitamos las escuelas, los sonidos de los estudiantes participando en proyectos de clase, riéndose con sus compañeros y participando en actividades escolares brindan una alegría abrumadora a nuestra comunidad. Nuestros estudiantes de senior están recibiendo cartas de aceptación universitaria y están poniendo en marcha sus planes para una carrera y una educación superior. Lo más importante es que nuestros estudiantes de SUHSD permanecen en la escuela con el apoyo de los maestros y el personal.

Mientras nos preparamos para las vacaciones de primavera, animo a cada uno de ustedes a relajarse, reflexionar y refrescarse. Recordemos permanecer optimistas y cautelosos. Durante el descanso, manténgase a sí mismo y a la comunidad seguros al continuar implementando las precauciones básicas de COVID-19 según lo recomendado por el Departamento de Salud Pública de California y el Departamento de Salud del Condado de San Mateo.

SEGURIDAD

-**Hágase la prueba**. Como resultado de las próximas vacaciones de primavera, SUHSD está proporcionando a todos los estudiantes y al personal kits de prueba de COVID en el hogar antes del comienzo de las vacaciones. Distribuimos kits de prueba *CareStart*. Las instrucciones sobre cómo usar el kit de prueba y acceder a sus resultados se pueden revisar aquí: Instrucciones CareStar. Además, se puede ver una demostración en video con varias opciones de idioma de subtítulos aquí: Video Instructivo *CareStar*t. **Recomendamos enfáticamente el uso de estas pruebas, ya que son efectivas para prevenir la propagación de COVID-19.**

Durante las vacaciones de primavera, también tendremos un horario modificado de pruebas PCR. **Del 28 de marzo al 1 de abril, las pruebas PCR de COVID-19 estarán disponibles para todo el personal, los estudiantes y las familias de SUHSD el martes 29 de marzo y el viernes 1 de abril en las preparatorias Sequoia y Menlo-Atherton de 9:30 a. m. a 5 p. m.**

El 4 de marzo, SUHSD regresará a su horario regular de prueba.

Como ya sabrá, la financiación adicional para las pruebas y vacunas de COVID no formaba parte del

reciente proyecto de ley general de gastos aprobado por el Congreso. Esto significa que, con efecto inmediato, la HRSA ya no reembolsará a los pacientes sin seguro y de MediCal. Como resultado, *Worksite Labs* solo puede aceptar muestras para procesamiento de aquellos que están cubiertos por un seguro comercial. **Dados estos cambios repentinos, ahora será necesario que todas las personas que buscan pruebas de COVID a través de *Worksite Labs* ingresen la información de su seguro al hacer una cita.**

Dicho esto, SUHSD se compromete a mantener nuestra comunidad segura y saludable y a tener pruebas disponibles para todo el personal y los estudiantes que quieran hacerse la prueba. Por lo tanto, el *Sequoia Union High School District* ha establecido un programa de alcance estudiantil que proporcionará pruebas a nuestra población estudiantil sin seguro. **Los estudiantes sin seguro que deseen una prueba PCR de COVID-19 deben comunicarse con nuestro gerente del programa COVID de SUHSD, el Sr. Andrez Guevara, a aguevara@seq.org para obtener ayuda para programar una cita con *Worksite Labs*.**

- **Quédese en casa si da positivo o no se siente bien:** Cualquiera que dé positivo con un kit casero o en un sitio de prueba, tenga sintomas de COVID o haya estado expuesto a alguien que haya dado positivo por COVID, debe quedarse en casa y no ir a la escuela y comunicarse con **covidresponse@seq.org** para obtener más ayuda.

- **Use una mascarilla facial cuando sea apropiado:** el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) ha emitido una nueva guía para la prevención de COVID-19, que incluye cuándo usar una mascarilla en lugares públicos cerrados. Esta guía se basa en la transmisión y el nivel de gravedad de COVID-19 en nuestra comunidad. Visite el sitio web del CDC para obtener más información sobre la orientación en nuestra comunidad.

- **Lávese las manos:** Las manos limpias pueden evitar que los gérmenes se propaguen de una persona a otra y en toda una comunidad.

AISLAMIENTO Y CUARENTENA

Si ha estado expuesto, refiérase a lo siguiente:
- se recomienda realizar la prueba 5 días después de la fecha de la última exposición O después de cualquier síntoma
  - **si está completamente vacunado** (14 días después de la dosis final en la serie de vacunación COVID-19):
    - Sin síntomas puede seguir viniendo a la escuela
- **si no está vacunado** (o no completamente vacunado) y estuvo en contacto cercano (dentro de 6 pies durante más de 15 minutos) sin mascarilla debe ponerse en cuarentena y no puede asistir a la escuela
- continúe monitoreando los síntomas y use una mascarilla bien ajustada en todo momento durante al menos 10 días después de una exposición
- si experimenta CUALQUIER síntoma de COVID-19, quédese en casa y hágase la prueba (vea los recursos a continuación)

Si da positivo:
- Aislamiento de todas las actividades escolares durante al menos 5 días.
- El aislamiento puede terminar después del día 5 si:

- Los síntomas no están presentes o se están resolviendo Y una muestra de diagnóstico* recolectada el día 5 o después es negativa (*se prefiere la prueba de antígeno, ya que los resultados de la PCR pueden seguir siendo positivos hasta 90 días después)
- Debe usar una mascarilla que le quede bien alrededor de otras personas en todo momento durante un total de 10 días, especialmente en entornos interiores

- El aislamiento puede terminar después del día 10 si:
- No se puede realizar la prueba o si elige no volver a realizar la prueba
- Los síntomas no se resuelven para el día 5, especialmente la fiebre
- No puede usar una mascarilla que le quede bien mientras está cerca de otros

Si ha estado expuesto fuera de la escuela, consulte el siguiente:

- **Si tiene la dosis de refuerzo o está completamente vacunado, pero aún no es elegible para el refuerzo* (recibió la segunda dosis en los últimos 6 meses):**
  - No se requiere cuarentena
  - Prueba en/después del día 5, continúe viniendo a la escuela si es negativo
- **No vacunados O vacunados elegibles para refuerzo*‡ (*6 meses después de la dosis final) pero aún no han recibido la dosis de refuerzo:**
- Cuarentena durante al menos 5 días después de la fecha de la última exposición a una persona con COVID-19
- Prueba el día 5 o después, regrese a la escuela si es negativo
- La cuarentena puede terminar después del día 5 si:
  - Los síntomas no están presentes Y
  - Una prueba negativa recolectada el día 5 o más tarde
- La cuarentena puede terminar después del día 10 si:
  - No se puede realizar la prueba o elige no hacerlo, y los síntomas no están presentes
- Independientemente del estado de vacunación, continúe monitoreando los síntomas y utilice una mascarilla bien ajustada en todo momento durante al menos 10 días después de una exposición.
- Si usted o su estudiante están experimentando CUALQUIER síntoma de COVID-19, quédese en casa y hágase la prueba (vea los recursos a continuación)

‡Entorno del lugar de trabajo- en un entorno de trabajo, los empleados asintomáticos de esta categoría no están obligados a quedarse en casa y no ir al trabajo si:

- Si se obtiene un diagnóstico negativo dentro de los 3 a 5 días posteriores a la última exposición a un caso.
- El empleado usa una máscara que le queda bien alrededor de los demás durante un total de 10 días.
- El e1mpleado continúa asintomático

VACUNACIÓN

Obtenga su vacuna o refuerzo COVID-19 tan pronto como sea elegible - las vacunas COVID-19 continúan brindando la mejor protección contra enfermedades graves de COVID-19 y sus variantes. Programe su vacuna con su proveedor de atención médica o visite My Turn CA. SMC *Health* ahora también ofrece vacunas a niños de 5 a 11 años en seis de sus clínicas semanales. Esto es además de las 17 clínicas semanales que ofrecen vacunas y refuerzos a los mayores de 12 años. Estas clínicas están ubicadas en las siguientes comunidades: South San Francisco, Daly City, San Mateo, Half Moon Bay, Redwood City y East Palo Alto. Se puede encontrar más información en el sitio web de MC Health

VACUNA DE REFUERZO

Los refuerzos ahora están disponibles para todas las personas mayores de 12 años, cinco meses después de completar su serie primaria de vacunación contra el COVID-19. Esta tabla del CDC resume quién es elegible y para qué vacuna. Las agencias de salud locales, estatales y federales recomiendan encarecidamente que aquellos que son elegibles reciban el refuerzo lo antes posible.

ASISTENCIA

Si usted o su estudiante estarán ausentes de la escuela por cuarentena, aislamiento, después de una exposición o por síntomas, justificamos la asistencia de acuerdo. Haga que su estudiante revise CANVAS para cualquiera de sus trabajos y pídales que se comuniquen con sus maestros sobre su ausencia si es necesario.

Si es un miembro del personal, reporte su ausencia a su administrador y siga todos los canales normales de reportes de asistencia a través de Frontline/AESOP.

Recuerde, al seguir algunos procedimientos básicos de seguridad, todos pueden ayudar a mantener seguras a nuestras escuelas.

¡Esperamos que todos tengan unas maravillosas vacaciones de primavera y esperamos darles la bienvenida el lunes 4 de abril!

En Colaboración,

Dra. Darnise R.Williams
Superintendente

Recursos COVID-19:

- Información sobre pruebas SUHSD/Worksite Labs
- Actualizaciones de SUHSD COVID-19
- El sitio web de *San Mateo County Health* incluye información de COVID-19
- Sitios de prueba en el condado de San Mateo

La excelencia es nuestra Base.
Liderazgo, Servicio, Equidad