



Dr. Meg Mayo-Brown, Superintendent of Schools

17 de marzo de 2020

Estimada Comunidad de las Escuelas Públicas de Barnstable,

En un esfuerzo por honrar nuestro compromiso con la transparencia y la transmisión de información, les escribo para compartir que miembros adicionales de la Comunidad de las Escuelas Públicas de Barnstable se están sometiendo a las pruebas del COVID-19 (Coronavirus). En este momento a un estudiante de la Escuela Primaria West Villages y a un miembro del personal de Barnstable High School, sintomáticos y en cuarentena autoimpuesta, les están haciendo las pruebas del COVID-19 (Coronavirus). Hemos enviado comunicación específica a los miembros de esas comunidades escolares y proporcionaremos actualizaciones según sea necesario. Todas las escuelas públicas de Barnstable están cerradas hasta, al menos, el 7 de abril de 2020 y se someterán a una limpieza profunda a partir de la próxima semana. La escuela primaria West Villages y la Escuela Comunitaria de Innovación de Barnstable están cerradas a todo el personal y se someterán a una limpieza profunda esta semana. Las Escuelas Públicas de Barnstable continúan publicando actualizaciones y recursos de COVID-19 en nuestra página web en <https://www.barnstable.k12.ma.us/Page/4864>. Tenga en cuenta que nos mantenemos en comunicación periódica con el Departamento de Salud Pública de MA, el Director de Salud Pública del municipio de Barnstable y nuestro médico de la escuela, la doctora Katie Rudman.

También solicitamos que cualquier educador, personal o padre/madre/ tutor(a) legal de BPS que tenga un niño(a) que se esté sometiendo a las pruebas de COVID-19 se comunique, de manera confidencial, con Pam Ciborowski, Coordinadora de Enfermería y Bienestar (ciborowski_pam@mybps.us). Esto es particularmente importante para los miembros de nuestro personal que viven fuera del municipio de Barnstable, ya que esta información facilitará los esfuerzos de Pam para coordinarse con las diversas juntas de salud locales.

Quiero recordar a toda nuestra comunidad de BPS la importancia crítica del distanciamiento social. Sabemos que es difícil para los niños estar lejos de sus amigos y familiares, pero es la única forma segura de frenar la propagación y proteger a todos los miembros vulnerables de nuestra comunidad. He adjuntado dos recursos a esta carta, ambos han sido enviados previamente, en relación con las estrategias de distanciamiento social y cuarentena autoimpuesta. Además, hay un nuevo recurso del estado: **MASS211**: www.mass211.org o # Call2Talk o *marque 211* 24 horas al día para obtener información y referencias a recursos locales, incluidas las preguntas del público sobre COVID-19: multilingüe, confidencial y gratuito.

Para finalizar, es importante enfatizar nuestro compromiso con la confidencialidad. Al igual que con cualquier problema médico, estamos obligados a mantener la confidencialidad de nuestro personal, estudiantes y familias en todo momento. No proporcionaremos información específica de ninguna persona sobre los motivos de ausencias, enfermedad o historial de viaje. Durante este momento difícil, es importante respetar la privacidad de la persona afectada y su familia. Tenga presente en sus pensamientos a toda la comunidad de las Escuelas Públicas de Barnstable y sus familias.

Agradecemos la paciencia y la comprensión de nuestra comunidad a medida que apoyamos a nuestros estudiantes, personal y familias durante estos tiempos difíciles.

Atentamente,

Dr. Meg Mayo-Brown, Superintendente de las Escuelas

¿Cuáles son las Estrategias para el Distanciamiento Social?

(Las siguientes recomendaciones son un fragmento de <https://www.ariadnelabs.org/resources/articles/news/social-distancing-this-is-not-a-snow-day/>) **El distanciamiento social es una estrategia crucial para reducir el contagio del COVID-19 en la comunidad.**

No quede para que los niños jueguen, no vaya a fiestas, no se queden a dormir en casa de nadie, y no visite a los familiares/amigos en sus casas y apartamentos.

Esto parece extremo porque lo es. Puede ser particularmente incómodo para familias con niños pequeños, niños con capacidades o retos distintos, y para niños que simplemente aman jugar con sus amigos. Pero aunque incluso invite solo a un amigo, está creando nuevos enlaces y posibilidades para el tipo de transmisión que todos nuestros cierres escolares/de trabajos/eventos públicos están tratando de evitar. Los síntomas del coronavirus tardan de cuatro a cinco días en manifestarse. Alguien que parezca que está bien puede transmitir el virus.

Cúidese a mismo y a su familia, pero mantenga el distanciamiento social.

Haga ejercicio, salga a caminar/correr afuera y manténgase en contacto a través del teléfono, video y otras redes sociales. Pero cuando salga, haga todo lo posible para mantener al menos seis pies entre usted y las personas que no sean de su familia. Si tiene hijos, trate de no usar instalaciones públicas como los columpios de los parques, ya que el coronavirus puede vivir en plástico y metal hasta nueve días.

Los CDC (Centros de Control de Enfermedades) ofrecen consejos y recursos para reducir esta carga (<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/coping.html>) y otras fuentes ofrecen estrategias para lidiar con el estrés adicional durante este tiempo (<https://www.verywellmind.com/managing-coronavirus-anxiety-4798909>) .

Reduzca la frecuencia con la que va a las tiendas, restaurantes y cafeterías por el momento.

Por supuesto, los desplazamientos a la tienda de comestibles serán necesarios, pero trate de limitarlos y vaya en los momentos en los que haya menos gente. Recuerde lavarse bien las manos antes y después de su desplazamiento. Y deje las máscaras y guantes médicos para los profesionales médicos - son necesarios para cuidar a los que están enfermos. Mantenga la distancia con los demás mientras compra.

Si está enfermo, aíslese, quédese en casa y contacte a un profesional médico.

Si está enfermo, debe tratar de aislarse del resto de su familia dentro de su vivienda lo mejor que pueda. Si tiene preguntas sobre si reúne los criterios o si debe hacerse la prueba del coronavirus, puede llamar a su equipo de atención primaria. Por supuesto, en una emergencia médica, llame al 911.

¿Qué significa la Cuarentena Autoimpuesta?

- Quédate en casa y no vayas al trabajo, la escuela y permanezca lejos de otros lugares públicos hasta que termine el período de cuarentena voluntaria. Todas las actividades fuera de su hogar están restringidas, excepto para obtener atención médica.
- Si desarrolla síntomas (fiebre, tos, falta de aliento), llame a su proveedor de atención médica de inmediato para recibir instrucciones y hágales saber que ha estado en cuarentena por posible exposición.
- Para emergencias médicas, llame al 911 y notifique al personal del centro de llamadas que ha estado en cuarentena voluntaria por un posible COVID-19.
- Practique siempre una buena higiene sanitaria, incluyendo:
 - Cubrir su tos y estornudos.
 - Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos o limpiar sus manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.
 - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- En la medida de lo posible, quédate en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar. Si lo hay, use un baño separado.
- Evite compartir artículos personales con otras personas en su hogar, como platos, toallas y ropa de cama.
- Limpie todas las superficies que se tocan con frecuencia, como encimeras/mostradores, mesas, pomo/perillas de las puertas, teléfonos, teclados, controles remotos.