



# PROTEJA A LOS NIÑOS PEQUEÑOS *DEL COVID-19*

**Aunque menos niños que han contraído el COVID-19 en comparación con los adultos, los niños también pueden contraer y propagar el virus, incluso si no se sienten enfermos.**

## ¿Cómo protegen las guarderías y las escuelas a los niños contra el COVID-19?

**Las guarderías y las escuelas utilizan muchas herramientas para proteger a los niños, a los profesores y al personal:**

- Promover la vacunación contra el COVID-19
- Requerir el uso de mascarillas para personas de 2 años de edad y mayores
- Requerir u ofrecer pruebas de COVID-19
- Mejorar la ventilación y circulación del aire
- Promover el lavado de las manos
- Requerir que los enfermos se queden en casa

## ¿Cómo puedo proteger a mi familia del COVID-19?

**Vacunarse** es la mayor manera de prevenir el COVID-19 en casa y en la escuela. Si las familias, los profesores, el personal y los alumnos de 12 años de edad o mayores están completamente vacunados, es menos probable que se produzcan brotes de COVID-19.

### Otras maneras de proteger a su familia:

- Utilice una mascarilla en lugares públicos en interiores y en lugares exteriores concurridos
- Si su hijo es menor de 2 años y no puede utilizar una mascarilla, limite las visitas con personas no vacunadas y mantenga una distancia de otras personas en lugares públicos
- Realice actividades al aire libre en vez de en interiores
- Si está en interiores, abra las puertas y ventanas para hacer circular el aire fresco
- Evite los lugares concurridos
- Evite las actividades en las que la gente cante o grite
- Lávese las manos frecuentemente o utilice sanitizante para manos con un contenido mínimo de 60% alcohol

## ¿Cuándo no debo mandar a mi hijo(a) a la escuela o la guardería?

**Su hijo(a) debe quedarse en casa y acudir a hacerse una prueba si:**

- Tiene síntomas de COVID-19, incluyendo fiebre, tos, fatiga y dolor de cabeza. Consulte una tabla comparativa de los síntomas: <https://bit.ly/3hVa63T>.

- Ha estado con alguien que tiene COVID-19

## ¿Qué debe hacerse si alguien se enferma?

- La persona enferma no debe acudir a la escuela, a la guardería o al trabajo durante 10 días o hasta que se sienta mejor y no haya tenido fiebre durante 24 sin el uso de medicamentos
- Acuda con su médico para hacerse una prueba de COVID-19 sin costo
- Avise a las personas con las que usted haya estado de que pueden haberse expuesto al COVID-19
- De ser posible, la persona enferma debe usar un dormitorio y un baño por separado durante 10 días o hasta que se sienta mejor y no haya tenido fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos
- Evite compartir objetos personales como platos y toallas

Para obtener más información y vacunarse, visite [cchealth.org/coronavirus](https://cchealth.org/coronavirus)

**PLAN DE ACCIÓN**  
Coronavirus (COVID-19)

CONTRA COSTA  
HEALTH SERVICES

