



Estimados Familias de Arbor Park,

Estamos orgullosos de la comunicación honesta y continua de nuestras familias del distrito 145 de Arbor Park continúan dando a las escuelas cuando hay síntomas o exposiciones COVID en el hogar, así como fuera de los viajes a la ciudad que se planean o toman. Su honestidad nos permite ser conscientes y continuar garantizando la seguridad de todos nuestros estudiantes y personal.

Tenga en cuenta que debe informar al Distrito si su(s) hijo(s) han viajado fuera del estado o fuera del país. Observando las recomendaciones actuales de los CDC/IDPH, el Distrito promulgará una cuarentena de 14 días para cualquier estudiante que haya viajado fuera del estado o fuera del país. La cuarentena de 14 días comienza el día en que llegas a casa después de tus viajes. Durante esta cuarentena, su hijo participará en el aprendizaje remoto en el hogar.

Actualmente, existe una transmisión en curso del nuevo coronavirus dentro de los Estados Unidos y en destinos en todo el mundo.

Es importante que nuestras familias entiendan que durante el viaje (nacional y/o internacional) puede ocurrir la exposición a COVID-19. Es posible que te sientas bien y no tengas ningún síntoma, pero puedes ser contagioso sin síntomas y propagar el virus a otras personas. Usted y sus compañeros de viaje (incluidos los niños) representan un riesgo para su familia, amigos y comunidad durante 14 días después de haber estado expuesto al virus.

Los siguientes son consejos recomendados para cualquier persona que haya viajado, independientemente del propósito o destino, como medida para proteger a otros de enfermarse:

- Cuando esté cerca de otros, permanezca al menos 6 pies (aproximadamente 2 brazos) de otras personas que no son de su hogar. Es importante hacer esto en todas partes, tanto en interiores como en exteriores.
- Use una máscara para mantener la nariz y la boca cubiertas cuando esté fuera de su casa, e incluso cuando utilice el transporte público.
- Lávese las manos con frecuencia o use desinfectante para las manos.
- Vigile su salud y busque los síntomas de COVID-19. Tome su temperatura si se siente enfermo.

Siga las recomendaciones o requisitos estatales, territoriales, tribales y locales después del viaje.

## Actividades de mayor riesgo

Algunos tipos de viajes y actividades pueden ponerlo en mayor riesgo de exposición a COVID-19 (ver lista a continuación). Si participó en actividades de mayor riesgo o cree que pudo haber estado expuesto antes o durante su viaje, tome precauciones adicionales (además las mencionadas anteriormente) para proteger a otras durante 14 días después de llegar:

1. Quéedese en casa tanto como sea posible.
2. Evite estar cerca de personas con mayor riesgo de enfermedad grave por COVID-19.
3. Considere la posibilidad de hacerse la prueba de COVID-19.

¿Qué actividades se consideran de mayor riesgo?

Estos son ejemplos de actividades y situaciones que pueden aumentar el riesgo de exposición a COVID-19:

- Estar en un área que está experimentando altos niveles de COVID-19, incluyendo destinos con un Aviso de Salud de Viaje de Nivel 3. Puede consultar los Avisos de salud de viaje para obtener recomendaciones sobre los lugares que ha recorrido, incluidos los países extranjeros y los territorios de EE. UU. También puede comprobar estados, condados y ciudades para determinar si estas áreas están experimentando altos niveles de COVID-19.
- Ir a una gran reunión social como una boda, un funeral o una fiesta.
- Asistir a una reunión masiva como un evento deportivo, un concierto o un desfile.
- Estar en multitudes – por ejemplo, en restaurantes, bares, aeropuertos, estaciones de autobuses y trenes, o cines.
- Viajar en un crucero o barco fluvial.

Si sabe que estuvo expuesto a alguien con COVID-19, posponga más viajes. Incluso sin síntomas, puedes contagiar COVID-19 a otras personas en tu viaje.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, puede ir al sitio web de los CDC a continuación:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/after-travel-precautions.html>

Gracias

Enfermeras Escolares

Distrito Escolar de Arbor Park 145