



AEF CIUDAD **MÉXICO**
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



SGIRPC

EL REGRESO A MI ESCUELA SALUDABLE Y SEGURA



Este documento está basado y inspirado en información de la Secretaría de Salud y la Secretaría de Educación Pública, la Secretaría de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil de la Ciudad de México, y diferentes agencias como **OMS, UNICEF y IFRC**. Reconocemos en este documento el trabajo de todas las instituciones y organizaciones al nivel nacional e internacional mencionadas en la bibliografía. Este trabajo fue la base para realizar este documento y están debidamente acreditadas. Toda la información proveída en este documento son ideas y sugerencias, para indicaciones oficiales dirigirse a la **Guía de trabajo: Organización escolar para enfrentar la emergencia epidemiológica del COVID-19** publicado por la Secretaria de Educación Pública.

Programa de Agua, Saneamiento y Higiene, IsraAID
IsraAID: The Israel Forum for International Humanitarian Aid
Shaul HaMelech 8, 6473307 Tel Aviv, Israel
www.israaid.org

Guía: Un Regreso a Mi Escuela Saludable y Segura

Autores

IsraAID México

Secretaría de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil de la Ciudad de México
Arq. Myriam Urzúa Venegas

Dirección General de Vinculación, Capacitación y Difusión
Dr. Calos Rodrigo Garibay Rubio

Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México
Dr. Luis Humberto Sánchez Fuentes

Dirección General de Operación de Servicios Educativos
Lic. René Mario Franco Rodríguez

Edición y revisión por parte de IsraAID

Jaime Rhemrev
Sita Cacioppi
Anton Driz
Israel Sotelo

Edición y revisión por parte de SGIRPC

Ana Paola Ávila Zepeda
María Isabel García López

Edición y revisión por parte de DGOSE

Isabel Cruz Flores
Melina Patricia Zavala García
Edgar Pérez Ávila

Coordinación a cargo de la Dirección Técnica y Programas Especiales de la DGOSE

Isabel Cruz Flores

Coordinación por parte de la Dirección General de Vinculación, Capacitación y Difusión de la SGIRPC

Ana Paola Ávila Zepeda

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
OBJETIVO	5
HOJA DE RUTA PARA EL RETORNO A CLASES	6
LISTAS DE VERIFICACIÓN	14
IDEAS ADICIONALES	20
CÓMO INVOLUCRAR A LAS Y LOS NIÑOS, ADOLESCENTES Y JOVÉNES	22
CARTAS DESCRIPTIVAS	25
ANEXOS	29
BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE INTERÉS	34

INTRODUCCIÓN

IsraAID es una organización no gubernamental con sede en Israel, comprometida a brindar ayuda de emergencia para salvar vidas y aportar soluciones sustentables para poblaciones afectadas por fenómenos perturbadores, epidemias y situaciones de post-conflicto. Desde su creación en el 2001, IsraAID ha sido sinónimo de respuesta rápida a crisis humanitarias. Sus equipos de médicos, expertos post-trauma, especialistas en comunidades y otros profesionales, han liderado respuestas internacionales en crisis al rededor del mundo. Después de la respuesta inicial a la emergencia, IsraAID realiza acciones a mediano y largo plazo con el fin de acompañar a las comunidades afectadas en la fase de reconstrucción y a los gobiernos que se esfuerzan por construir un mejor mañana.

JUSTIFICACIÓN

En México, el 19 de septiembre de 2017, un terremoto de magnitud 7.1 golpeó al Estado de Morelos. El epicentro fue en el en el sureste del Estado, cerca de los límites con Puebla y Guerrero. La destrucción fue inmensa: hubo 379 muertes confirmadas, de las cuales 74 fueron en el estado de Morelos. El equipo de respuesta de emergencia de IsraAID llegó 48 horas después del terremoto para ofrecer atención médica y de salud mental, apoyo en agua saneamiento e higiene, espacios temporales de aprendizaje y apoyar en la estrategia de respuesta a mediano plazo para las poblaciones más afectadas. Por el gran impacto que tuvo el terremoto al sector de educación, IsraAID continúa comprometido para apoyar a las comunidades escolares en Morelos. El objetivo de IsraAID es mitigar los riesgos y reducir la vulnerabilidad para fomentar entornos de aprendizaje seguros por medio de brindar herramientas educativas integrales y participativas.

Hasta el 19 de abril, ha habido 2,426,789 casos confirmados de COVID-19 y 183,862 muertes en todo el mundo. Además de China continental, se han informado casos confirmados en otros 117 países y regiones en seis continentes. Estados Unidos tiene el mayor número de casos en 846,203. Informan que 83,917 personas se han recuperado y hay 47,520 muertes que llevaron al presidente Trump a declarar una emergencia nacional. Las autoridades estatales y locales han cerrado escuelas y negocios y cancelado muchas reuniones grandes y casi todos los eventos deportivos. También existe una prohibición de viajar desde cualquier país europeo, con la excepción del Reino Unido. En América Central, algunos gobiernos han impuesto medidas de cuarentena y viajes cada vez más restrictivas, y han prohibido grandes reuniones.

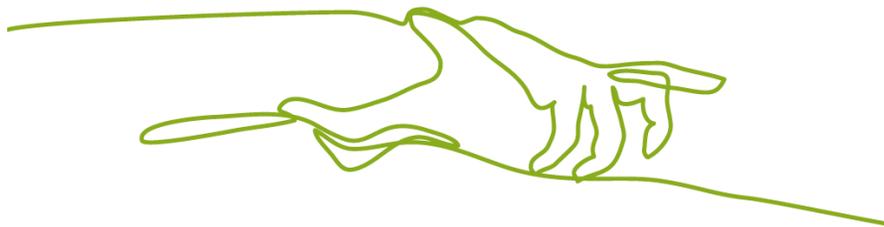
En México, se han reportado 9.501 casos confirmados de COVID-19 hasta el 19 de abril. La Ciudad de México es la entidad con la mayoría de los casos, sin embargo, todos los demás estados tienen casos confirmados. Hasta el momento, un total de 2.627 personas se han recuperado del virus, mientras que el resto de los casos aún están

activos. En respuesta al número creciente en los últimos días, la administración del presidente Andrés Manuel López Obrador ha tomado varias medidas para evitar que el virus se propague aún más a un ritmo acelerado.

Como una de las principales medidas, el gobierno anunció que todas las escuelas en México, desde el nivel básico hasta la universidad, estarán cerradas durante el próximo mes. **El presente documento provee información en relación al covid-19, una hoja de ruta, listas de verificación, e ideas y acciones sugeridas para un regreso a clase saludable y seguro. Para indicaciones oficiales, se dirige a la Secretaría de Educación Pública.**

OBJETIVO

Brindar a las autoridades educativas, así como a las comunidades escolares, herramientas de promoción de higiene replicables, en respuesta al brote de COVID-19, fomentando entornos escolares saludables y seguros para el regreso a clases.

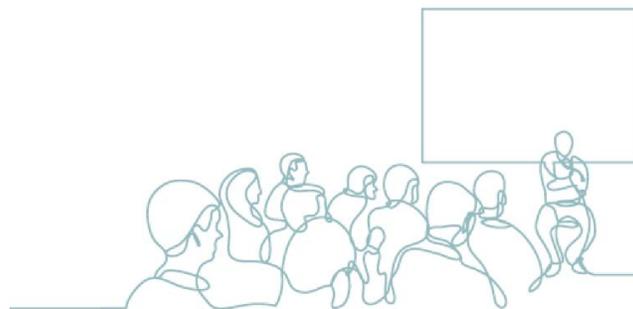


HOJA DE RUTA PARA EL RETORNO A CLASES

¡El retorno a clase va a ser un momento muy especial para todos y es importante disfrutar de la presencia del contacto con los colegas, alumnos, y comunidad escolar más amplia! Sin embargo, debemos ser cuidadosos y preparadas, y tomar medidas de prevención adecuadas de salud y higiene, como, por ejemplo; instalar su Comité de Salud y sistemas de filtración, cerrar patios de juegos, cancelar actividades y reuniones no esenciales, promover buenas prácticas de higiene, aumentar el espacio entre los estudiantes en las aulas, Establecer horarios escalonados de ingreso al plantel educativo, para evitar aglomeraciones en los accesos, etc.¹

Para respaldar el proceso de retorno a clases, es menester revisar y seguir las indicaciones oficiales de la Secretaría de Educación Pública, para lo cual, brindamos herramientas e ideas sugeridas para dar los primeros pasos e identificar problemas importantes de salud y higiene. Asegúrese de reflexionar con su equipo y los representantes de la comunidad escolar (el Comité de Salud, docentes y alumnos, así como padres, madres de familia y tutores cada semana sobre las acciones realizadas y si sigue siendo factible para todos.

Sugerimos que el regreso se divida en dos pasos que embarcan; **siendo la primera, un ejercicio de reflexión retrospectiva y prospectiva, y la segunda, preparación práctica para el regreso a clases** que brinda herramientas y información como; listas de verificación, información sobre el covid-19, como involucrar los estudiantes en este proceso, cartas descriptivas para actividades que se puede ejecutar en la escuela, así como información de soporte. Es importante recordar que cada escuela tiene una realidad diferente con sus propios retos, sin embargo, también tiene sus propias capacidades para poder sobrellevar estos retos. Por último, recordamos revisar y seguir las indicaciones oficiales de la Secretaria de Educación Pública (***Guía de trabajo: Organización escolar para enfrentar la emergencia epidemiológica del COVID-19***).



¹ Ideas y sugerencias de un regreso a clase / casos de estudios, recuperado de:
<https://po.lesopafstand.nl/lesopafstand/weer-op-school/stappenplan-weer-op-school/>

Paso 1: Mirando hacia atrás y hacia adelante con el equipo, madres, padres de familia y estudiantes.

Tómese el tiempo para reflexionar sobre las semanas pasadas. Esto ayuda a determinar hacia dónde quiere ir y qué es importante para la comunidad en esta nueva fase. Primero, es importante reflexionar con el equipo sobre el período pasado y prepararse para lo siguiente, utilizando para ello las siguientes preguntas:

- ¿Cómo están todos?
- ¿Cuáles son las primeras reacciones a la decisión del retorno a clases?
- ¿Qué ha sucedido con el aprendizaje a distancia en el último período?
- ¿Dónde estamos ahora?
- ¿Qué estudiantes nos preocupan?
- ¿Qué es importante para nuestra escuela como punto de partida para abrir de nuevo?

También es bueno hacer un balance de cómo los padres han experimentado el período pasado y cuáles son sus expectativas para el futuro. Es importante hablar con los estudiantes, por ejemplo, con el Consejo Estudiantil. Los niños y jóvenes son ciudadanos globales, poderosos agentes de cambio y la próxima generación de cuidadores, científicos y médicos. Se puede plantear algunas preguntas breves, por ejemplo:

- ¿Qué salió bien en el período pasado?
- ¿Qué podemos mejorar?"
- ¿Cómo se sienten acerca del regreso a clases?
- ¿Qué podemos hacer para evitar contagios ahora que hemos vuelto?

Con base en todos los aportes del equipo, los padres y los estudiantes, se puede tomar decisiones bien consideradas para el regreso a clases y las medidas que van a implementar en la escuela.²



² Ideas y sugerencias de un regreso a clase / casos de estudios, recuperado de:

<https://po.lesopafstand.nl/lesopafstand/weer-op-school/stappenplan-weer-op-school/>

Además de reflexionar, también es importante considerar su bienestar. Una emergencia es un evento estresante porque se trata de una situación anormal que pone en riesgo la seguridad de las personas y su comunidad, ocasiona daños y puede generar miedo y desamparo. Esta situación inesperada puede sobrepasar nuestras capacidades de respuesta y amenazar nuestro equilibrio y bienestar. Sin embargo, también puede ser vista como una oportunidad para adquirir nuevas estrategias para afrontar el estrés y fortalecerse emocionalmente.

No todos respondemos igual ante estos eventos, nuestras reacciones pueden variar dependiendo la exposición al evento, las experiencias previas similares, la edad y los recursos con los que se cuenta para afrontar la situación.

Para entender cómo nos puede afectar un evento con alto contenido emocional, se usan **5 esferas o dimensiones** llamadas CASIC:

Conductual	<ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Qué hago? ¿Cómo me comporto? ¿Estoy durmiendo bien? ¿Estoy comiendo bien (aumentó o disminuyó mi ingesta)?</i> • Problemas de sueño, uso de sustancias, estado de pelea-huida, agresividad, dependencia, pánico, inquietud, enajenación, compras de emergencia, pérdida de interés en actividades que disfrutaba, cambio en hábitos alimenticios, entre otras.
Afectiva	<ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Cómo me siento? ¿Qué emociones experimento?</i> • Ansiedad, aplanamiento afectivo, aislamiento, ataques de ira, irritabilidad, miedo, frustración, angustia, tristeza, entre otras.
Somática	<ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Qué reacciones manifiesta mi cuerpo?</i> • Fatiga, problemas digestivos, insomnio/hipervigilia, agitación, tensión muscular, falta/aumento de apetito, tensión arterial elevada, entre otras.
Interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Cómo me relaciono con mi familia, amigos y colaboradores del trabajo?</i> • Evitación de conversaciones, actividades o personas, estigmatización, temor a estar aislado, desconfianza, conflictos personales, laborales y sociales, restricción de la vida afectiva, entre otras.
Cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Qué estoy pensando?</i> • Confusión, ideación suicida, dificultad para tomar decisiones, sensación de futuro limitado, dificultades para concentrarse, problemas para discriminar información, entre otras.

En muchas ocasiones, ante situaciones de emergencia o desastre, el contexto educativo brinda protección física y psicosocial a estudiantes, al ofrecerles espacios seguros para aprender y expresar sus emociones y pensamientos. Además, favorece sentimientos de estabilidad, estructura y normalidad necesarios para el desarrollo de estudiantes. En este sentido, las y los docentes se vuelven actores centrales en la transmisión de

mensajes que salvan vidas, al reproducir conocimientos para el autocuidado, facilitar el entendimiento de la situación y contribuir en el desarrollo de capacidades y adopción de hábitos de higiene.

Sin embargo, el primer paso para poder ayudar a otros, es estar tranquilos y seguros nosotros. Ante el contexto por la pandemia de COVID-19, regresar a la escuela puede ser una situación que genere miedo, dudas, preocupación y ansiedad tanto a estudiantes como a los docentes. Favorecer el retorno a clases y brindar seguridad y confianza a las y los estudiantes puede ser muy gratificante, pero también puede generar mucho estrés y frustración por lo demandante de la situación o la incertidumbre del contexto. Por tal motivo, es fundamental reconocer las habilidades y capacidades con las que contamos, así como aceptar que tenemos límites y hay condiciones que nos pueden sobrepasar.

Es importante nunca perder de vista que las y los docentes son personas que también se ven afectadas por la situación que se está viviendo; por lo que es importante conocer las principales técnicas para reducir el estrés y manejar nuestras emociones, a esto se le denomina auto-higiene. Para mitigar los efectos que podría causar el estrés es identificar individualmente cuáles son las razones que lo están generando y reflexionar sobre qué nos ha ayudado en el pasado para enfrentar niveles de estrés similares y mantenernos fuertes.

A continuación, te presentaremos algunas técnicas auto aplicables que te ayudarán a hacer frente a las respuestas que podemos experimentar en una situación estresante.

- **Respiración diafragmática.** Es una de las técnicas de relajación más sencillas donde se respira de forma suave y natural. Mientras respiras, explora las sensaciones de tu cuerpo para identificar los signos de tensión y vete relajando. Inhala lenta y profundamente por la nariz, llevando el aire hacia el abdomen; exhala por la boca con un sonido suave y relajante. Concéntrate en el sonido y en la sensación que te produce la respiración. Siente como te vas relajando. Se recomienda hacerlo de 5 a 10 minutos, una o dos veces al día.
- **Escritura emocional auto-reflexiva.** Es una técnica que consiste en escribir, en primera persona y sin importar la redacción u ortografía, sobre un suceso crítico reciente o antiguo. Se puede plasmar lo que se vivió, pensó y sintió al ocurrir el evento. Se recomienda hacerlo por un tiempo de 15 a 30 minutos, por cinco días seguidos.
- **Relajación autógena.** Esta técnica busca que, a lo largo de los 7 minutos aproximadamente, visualicemos nuestro cuerpo de la cabeza a los pies, nombrando cada parte del cuerpo y concentrándote en las

sensaciones de esa parte, a la vez que repites frases como “mi cabeza se siente tranquila y relajada”. Es recomendable que te encuentres en un espacio silencioso y agradable.

Si siento ansiedad...	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliza técnicas de respiración y relajación; tómate el tiempo que considere necesario para practicar estos ejercicios.
Si siento preocupación...	<ul style="list-style-type: none"> • Recuerda que lo que estás sintiendo es normal ante la situación anormal que estamos viviendo. • Si lo crees necesario, busca con quien hablar sobre lo que sientes y piensas (familiares o amigos). • Recuerda que esta situación es temporal.
Si siento miedo...	<ul style="list-style-type: none"> • Limita el consumo de noticias. • Recuerda que es normal sentir miedo en esta situación. • Evalúa de manera realista la situación.
Si noto cambios en mis relaciones interpersonales...	<ul style="list-style-type: none"> • Mantenernos resguardados en casa puede poner retos a nuestra forma de relacionarnos con nuestra familia. • Recuerda que todos están pasando por esto junto y que la familia y amigos son uno de los apoyos más importantes. • Sé empático y trata de entender las emociones y pensamientos de los otros.
Si siento mucho enojo...	<ul style="list-style-type: none"> • Tómate un tiempo para relajarte y tranquilizarte. • Distraete con actividades positivas, como hacer ejercicio o escuchar música. • Busca soluciones para la situación y cuando lo consideres necesario, habla del tema.
Si no duermo bien...	<ul style="list-style-type: none"> • Ve a dormir a la misma hora todos los días. • Evita las bebidas con cafeína por la tarde. • No uses el celular o la computadora en la cama y aléjalos cuando de tu dormitorio cuando vayas a dormir. • Puedes usar ejercicios de relajación y respiración.
En cualquier caso...	<ul style="list-style-type: none"> • Evita el consumo de drogas o alcohol. • Procura establecer rutinas. • Recuerda que cuentas con recursos para protegerte y ayudar a tus seres queridos.

Paso 2: Preparación práctica

Una buena preparación ayuda a generar una sensación de seguridad para todos cuando las escuelas vuelven a abrir. Piensa cuidadosamente en lo que está de acuerdo con los diferentes representantes de la comunidad escolar.³ Trabajar en conjunto, aumenta el apoyo y la comprensión de las elecciones que hacen. Dividimos este paso práctico en; organización en general, personal de la escuela, madres y padres de familia, y estudiantes con listas de verificación para poder cubrir acciones y mensajes claves para todos estos representantes de la comunidad escolar.



³ Ideas y sugerencias de un regreso a clase / casos de estudios, recuperado de:
<https://po.lesopafstand.nl/lesopafstand/weer-op-school/stappenplan-weer-op-school/>

Organización

Antes de poder dar la bienvenida a las y los alumnos, se debe tener claridad sobre el diseño de su escuela y sus expectativas. En caso que todavía no exista, es menester instalar su **Comité de Salud** en el Consejo de Participación Social de acuerdo al Artículo 131 de la Ley General de Educación. Siendo la higiene y salud, un asunto importante, dicho comité se encargará de vigilar y dar seguimiento a las acciones que se implementen en el plantel, a través de un sistema de filtros escolares. Es posible que surjan preguntas acerca de la frecuencia con la que los alumnos y el personal debe lavarse las manos o quién debe ser el encargado de entrar en contacto con los alumnos en un caso de emergencia. Para ello, se puede tomar ideas de las listas de verificación y las ideas sugeridas en este documento como punto de partida. Adicionalmente, se recomienda revisar a detalle la **Guía de trabajo: Organización escolar para enfrentar la emergencia epidemiológica del COVID-19** publicado por la Secretaría de Educación Pública.

Personal

Todo el personal debe tener claro su papel, incluyendo practicantes y prestadores de servicio social. Es importante considerar que puede haber docentes que no pueden ser asignados a trabajar en las aulas, en virtud de encontrarse enfermos o en el grupo de riesgo. Por ello, de acuerdo a la normatividad, se implementarán las medidas necesarias para atender a los alumnos cuando un docente está ausente. En el caso de los establecimientos de consumo escolar, se deberá establecer acuerdos para que se observen las normas establecidas para la preparación, almacenamiento y expendio de alimentos de una forma higiénica. En este sentido, es importante implementar acciones que eviten la presencia de visitantes. La totalidad de integrantes de la comunidad escolar debe conocer las medidas de higiene que se observarán en el plantel.

Estudiantes

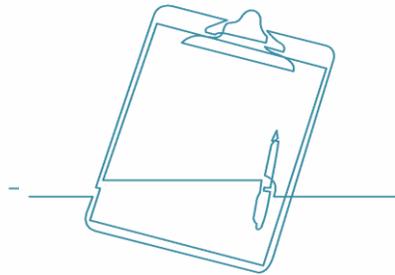
Puede haber estudiantes que no asistan a la escuela porque las personas con las que cohabitan pertenecen a un grupo de riesgo o porque los padres lo consideran inseguro. ¿Cómo lidias con esto como una escuela? ¿Qué papel pueden tener los estudiantes en la promoción de una buena higiene dentro de su escuela y comunidad más amplia?

Padres y madres de familia

Aparte de la corresponsabilidad del filtro sanitario, es menester informar e instruir a las madres y padres de familia acerca del papel que desarrollarán en la promoción de higiene en la escuela. Es posible que al regreso a clases, no se les permita llevar a sus hijos a la escuela de la forma en que se hacía previo a la contingencia. También podría haber quienes tengan dudas acerca de la eficacia de las medidas implementadas en la escuela. Por lo anterior, es importante que los comunicados con información e indicaciones se generen de forma asertiva y clara. En medida de lo posible, se evitará que éstos se lleven a cabo de forma presencial (reuniones, asambleas), privilegiando la utilización de Tecnologías de la Información y Comunicación."



LISTAS DE VERIFICACIÓN



Las siguientes listas de verificación desarrolladas por el Inter-Agency Standing Committee junto con UNICEF, OMS y la IFRC en su documento '*Guidance for covid-19 prevention and control in school*⁴' y basados parcialmente en los lineamientos de la Guía de Trabajo de la Secretaría de Educación Pública, le ayudarán a verificar paso por paso si se han tomado las medidas de higiene y salud sugeridas en conjunto con toda la comunidad escolar para promover entornos más saludables y seguros. **Entre** el Comité de Salud, el personal escolar, madres y padres de familia y cuidadores, y los estudiantes, se toma la responsabilidad, cuidándose a sí mismos y los demás. Se sugiere revisar con atención la **Guía de trabajo: Organización escolar para enfrentar la emergencia epidemiológica del COVID-19** publicada por la Secretaría de Educación Pública para los lineamientos completos.

⁴ Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). Guidance for covid19 prevention and control in schools. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA EL COMITÉ DE SALUD⁵⁶

- 1. **Instalar filtros escolares en conjunto con los maestras y maestros y con las madres y padres de familia y cuidadores.**
 - Instalar el *Filtro Corresponsable Escuela-Madres y Padres de Familia*: solicitar a las madres y padres de familia y cuidadores que acrediten diariamente a la entrada de la escuela haber seguido las recomendaciones de higiene y de detección de síntomas de enfermedad todas las mañanas antes de salir de casa, mediante un recado firmado (anexo 4) donde señalen que su hijo:
 - ❖ No presenta fiebre, tos seca, dolor de cabeza y cuerpo cortado.
 - ❖ Lavarón adecuadamente las manos de sus hijos antes de ir a la escuela.
 - Establecer el *Filtro Escolar* en la totalidad de las escuelas. Las maestras y maestros recibirán la auto-manifestación al ingresar a la escuela y realizarán un filtro básico donde además se proporcionará gel antibacterial y en su caso, agua y jabón. Y se realiza una limpieza profunda de las escuelas.

- 2. **Crear o reforzar un sistema de limpieza y sanitización profunda de los edificios escolares; las aulas y especialmente las instalaciones de agua y saneamiento al menos una vez al día, en particular las superficies que son tocadas por muchas personas (barandas, mesas de almuerzo, equipos deportivos, manijas de puertas y ventanas, juguetes, material didáctico, etc.)**
 - Asegúrese de que haya jabón y agua segura disponibles en las estaciones de lavado de manos apropiadas para su edad con un mínimo de 3 litros de agua por persona diaria
 - Fomentar el lavado frecuente y minucioso (al menos 20 segundos)
 - Coloque desinfectante para manos en inodoros, aulas, pasillos y cerca de las salidas siempre que sea posible
 - Garantizar baños o letrinas adecuados, limpios y separados para estudiantes que se encuentren a una distancia segura
 - Colocar carteles que fomenten buenas prácticas de higiene de manos y respiratorias (ej.: la lona de lavamanos de IsraAID)
 - Para la sanitación de las aulas y áreas comunes como pasillos, escaleras, vestíbulos, etc.: use hipoclorito de sodio al 0,5% (equivalente a 5000 ppm) para desinfectar superficies y alcohol etílico al 70% para desinfectar artículos pequeños. Asegúrese de contar con el equipo adecuado para el personal de limpieza, así como de que éste utilice las proporciones adecuadas y no mezcle productos químicos o de limpieza.

⁵ Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). Guidance for covid19 prevention and control in schools. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>

⁶ Gobierno de México - [Secretaría de Salud](#)

- Según los lineamientos de la guía SPHERE, se requiere **3 litros de agua al día por persona** para consumo y necesidades básicas.

Soluciones para el escases del agua e insumos:

- Sistemas alternativos de captura de agua (de lluvia)
- Usar gel antibacterial (70% de alcohol etílico) para higiene de manos y limpieza de artículos pequeños
- Uso secundario de agua (agua de lavamanos para el inodoro)
- Alumnos llevan su propio jabón
- Escalonar alumnos 50% / 50%



3. Comunicar permanentemente a la comunidad escolar las medidas sanitarias que correspondan.



4. Relacionarse con a las autoridades oficiales para informar y coordinar acciones.

5. Garantizar la preparación y venta de alimentos seguros.

- Hacer cumplir el lavado de manos frecuente para todos los cocineros, personal que trabaja con alimentos, cajeros y otro personal de servicio de alimentos.
- Desinfectar los utensilios de cocina, platos, tazas y cubiertos con regularidad y planifique una distribución que minimice la manipulación.

Valorar la pertinencia de escalonar los tiempos de comida para disminuir las multitudes y dar tiempo para limpiar y desinfectar entre turnos.

6. Recolectar datos importantes para medir los retos y encontrar soluciones. Pensar en las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es el consumo de jabón en la escuela? ¿Cuántos insumos tendrán a su disposición en el almacenamiento?
- ¿Qué es la distribución de agua? Si no hay suficiente infraestructura, cuidar la disponibilidad de agua para el lavado a mano y instrumentar mecanismos de captación y tratamiento de agua alternativos.
- ¿Cuál es el número de estaciones de lavamanos en la escuela?
- ¿Cuál es el número de estudiantes en la escuela? Contabilidad P 5 / P 4 = no. de estudiantes por estación de lavado de manos.
- ¿Cuántos estudiantes llegan por aula? Reconocer las tendencias de propagación de virus por grupo.
- ¿Cuál es el consumo de materiales de limpieza? ¿Y cuántos insumos tendrán a su disposición en el almacenamiento?

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA ADMINISTRADORES ESCOLARES, PROFESORES Y PERSONAL⁷

1. Junto con el Comité de la Salud se instala el *filtro escolar*. Se promueve y demuestra comportamientos regulares de lavado de manos e higiene positiva y controle su adopción y generalización. Garantizar baños adecuados, limpios y separados para estudiantes.

- Realice un filtro básico donde se revise si los alumnos presentan síntomas visibles y se les proporcione gel antibacterial y en su caso, agua y jabón.

*Para mayor información sobre el sistema de filtros, dirigirse a la *Guía de trabajo: Organización escolar para enfrentar la emergencia epidemiológica del COVID-19* publicado por la Secretaría de Educación Pública.

2. En conjunto con el Comité de Salud, limpie y desinfecte los edificios escolares, las aulas y especialmente las instalaciones de agua y saneamiento al menos una vez al día, en particular las superficies que son tocadas por muchas personas (barandas, mesas de almuerzo, equipos deportivos, manijas de puertas y ventanas, juguetes, material didáctico, etc.)

- Tener disponible agua segura y jabón antibacterial disponibles en las estaciones de lavado de manos apropiadas para la edad de los alumnos y un mínimo de 3 litros de agua por persona diaria
- Fomentar el lavado frecuente y minucioso (al menos 20 segundos)
- Colocar desinfectantes para manos en inodoros, aulas, pasillos y cerca de las salidas siempre que sea posible
- Garantizar baños o letrinas adecuados, limpios y separados para estudiantes que se encuentren a una distancia segura
- Colocar carteles que fomenten buenas prácticas de higiene de manos y respiratorias (ej.: la lona de lavamanos de IsraAID)
- Suspender o modificar el uso de bebederos escolares
- Llevar a cabo una limpieza y sanitación de las aulas y áreas recorridos diariamente: use hipoclorito de sodio al 0,5% (equivalente a 5000 ppm) para desinfectar superficies y alcohol etílico al 70% para desinfectar artículos pequeños. Asegúrese de contar con el equipo adecuado para el personal de limpieza, usar las proporciones correctas, y no mezclar productos de limpieza y químicos.

3. Aumentar el flujo de aire y la ventilación donde el clima lo permita (abrir las ventanas, etc.)

4. Asegurar que dedica suficiente tiempo a comunicar sobre que es el covid-19 y las medidas de prevenir la transmisión tanto entre el personal de la escuela como a los estudiantes. Si es posible, imprima y coloca carteles de medidas de prevención por la escuela.

⁷ Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). Guidance for covid19 prevention and control in schools. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA PADRES / CUIDADORES Y MIEMBROS DE LA COMUNIDAD⁸

1. Aplicar el *Filtro Corresponsable Escuela-Madres y Padres de Familia*; controlar la salud de su hijo y mantenerlo en casa fuera de la escuela si está enfermo. Mediante un recado firmado (anexo 3) señalen lo siguiente todos los días los siguientes dos datos:
- Antes de salir de casa, verifique si su hijo presenta fiebre, tos seca, dolor de cabeza y cuerpo cortado.
 - Asegurar que usted y su hijo lavan adecuadamente las manos antes de ir a la escuela.

*Para mayor información sobre el sistema de filtros, dirigirse a la *Guía de trabajo: Organización escolar para enfrentar la emergencia epidemiológica del COVID-19* publicado por la Secretaría de Educación Pública.

2. Aplicar y modelar buenas prácticas de higiene para sus hijos:
- Lávese las manos con jabón y agua segura con frecuencia. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol.
 - Siempre lávese las manos con agua y jabón, si las manos están visiblemente sucias. Asegúrese de que haya agua potable segura y que los inodoros o letrinas estén limpios y disponibles en el hogar
 - Asegúrese de que los residuos se recojan, almacenen y eliminen de forma segura
 - Tosa y estornude en un pañuelo desechable o en la parte interior del codo y evite tocarse la cara, los ojos, la boca y la nariz.

3. Alentar a sus hijos a hacer preguntas y expresar sus sentimientos con usted y sus maestros. Recuerde que su hijo puede tener diferentes reacciones al estrés; ser paciente y comprensivo.

4. Prevenir el estigma usando hechos y recordando a los estudiantes que sean empáticos uno con otro.

5. Coordinar con la escuela para recibir información y preguntar cómo puede apoyar los esfuerzos de seguridad escolar (a través de comités de padres y maestros, etc.)

⁸ Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). Guidance for covid19 prevention and control in schools. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA ESTUDIANTES⁹¹⁰

1. En una situación como esta, es normal sentirse triste, preocupado, confundido, asustado o enojado. No estás solo; habla con alguien en quien confíes, como tus papás, familiares o maestros, para que te apoyen a sentirte seguro.

- Haz preguntas, infórmate y obtén información de fuentes confiables

2. Protégete y a los demás

Lávate las manos con jabón y agua segura con frecuencia. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol.

- Lávate las manos con frecuencia, siempre con agua y jabón durante al menos 20 segundos
- Recuerda no tocarte la cara
- No compartas tazas, utensilios para comer, alimentos o bebidas con otras personas

3. Sé un líder para mantenerse saludable, a su escuela, a su familia y a su comunidad.

- Comparta lo que aprende sobre la prevención de enfermedades con su familia y amigos, especialmente con los estudiantes más pequeños.

- Modela buenas prácticas como estornudar o toser en la parte interior del codo y lavarse las manos, especialmente para los miembros más jóvenes de la familia.

4. No estigmatice a tus compañeros ni molestes a nadie por estar enfermo; recuerda que el virus no sigue límites geográficos, etnias, edad, capacidad o género.

5. Informe a tus padres, a otro miembro de la familia o a un cuidador si te sientes enfermo y solicita quedarte en casa.

⁹ Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). Guidance for covid19 prevention and control in schools. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>

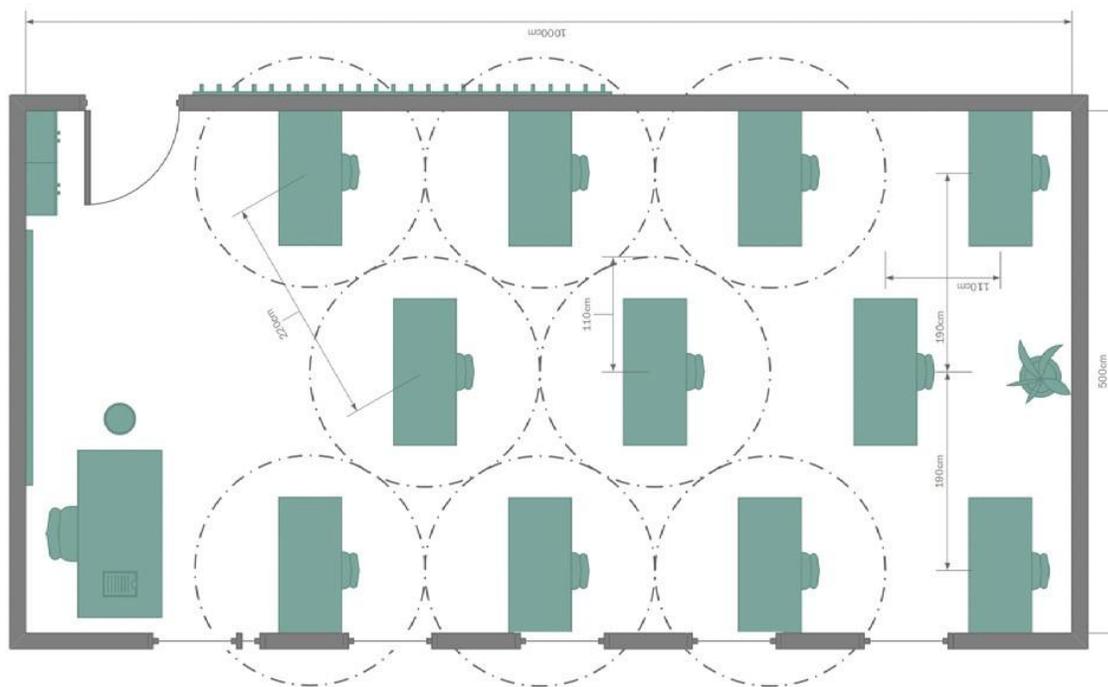
¹⁰ Gobierno de México - [Secretaría de Salud](#)

IDEAS ADICIONALES

Ideas para las aulas¹¹

- ❖ Colocar las sillas y mesas de los estudiantes lo más posible contra la pared.
- ❖ Apuntar lugares y aulas fijos por estudiantes (el maestro cambia del aula, no los alumnos): implicará menos movimiento de estudiantes y menos mantenimiento.
- ❖ Organizar clases al aire libre.
- ❖ Reestructurar las clases de educación física para asegurar que haya suficiente distancia física. Tener en cuenta que cuanto mayor sea el esfuerzo, más fuerte será la respiración y más distancia tendrá que mantener.
- ❖ Pensar en los cambios en el horario. Organizar tiempos de enseñanza más cortos si es necesario para permitir suficiente tiempo para la higiene de las manos y otras medidas.

Imagen 1. Ejemplo de aula – inmobiliario a sana distancia¹²



¹¹ Ideas y sugerencias de un regreso a clase / casos de estudios, recuperado de: <https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/heropstart-van-de-lessen-op-school-informatie-voor-onderwijspersoneel#beschermen>

¹² Ideas y sugerencias de un regreso a clase / casos de estudios, recuperado de: <https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/heropstart-van-de-lessen-op-school-informatie-voor-onderwijspersoneel#beschermen>

Ideas para el movimiento de los estudiantes¹³

- ❖ Limitar la cantidad de entradas y salidas en la escuela.
- ❖ Ingresar el tráfico de los estudiantes de manera unidireccional.
- ❖ Comenzar en la plaza cívica y hacer que los estudiantes ingresen a la escuela grupo por grupo.
- ❖ Instruir que los estudiantes esperen en el pasillo a una distancia segura el uno del otro y entran a la sala uno por uno.
- ❖ Indicar a los alumnos que ingresen al aula primero los que tienen su lugar al fondo del aula y que al momento de salir, lo hagan primero los que están al frente.
- ❖ Limitar la circulación en el aula.
- ❖ Permitir más tiempo para los traslados de los estudiantes dentro de la escuela.

Hacer un plan de higiene

TAREA	CUANDO	QUIEN
Higiene personal: <ul style="list-style-type: none"> - Lavamanos - Imprimir carteles de promoción de higiene 		
Sanitarios: <ul style="list-style-type: none"> - Puertas y manijas - Interruptor de luz - Inodoro y asiento de inodoro. - Botón de descarga o inodoro con botón pulsador lavabo y grifo - Espejo - Despachador de jabón de manos 		
Etcétera		

¹³ Ideas y sugerencias de un regreso a clase / casos de estudios, recuperado de: <https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/heropstart-van-de-lessen-op-school-informatie-voor-onderwijspersoneel#beschermen>

CÓMO INVOLUCRAR A LAS NIÑAS, NIÑOS, ADOLESCENTES Y JOVÉNES



En este documento también se reitera recomendaciones creadas por el Inter-Agency Standing Committee junto con UNICEF, OMS y la IFRC en su documento '*Guidance for covid-19 prevention and control in school*'¹⁴ sobre cómo involucrar a los estudiantes de diferentes edades para prevenir y controlar la propagación de COVID-19 y otros virus. Es importante adoptarlo a las características de cada contexto.

¹⁴ Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). *Guidance for covid19 prevention and control in schools*. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>

Estudiantes hasta 12 años¹⁵

1. Las y los estudiantes son agentes de cambio, es importante asegurarse de que están involucrados y que se promueva su autonomía y autocuidado. Si bien están al cuidado de sus padres, madres o tutores, cada persona y niño tiene responsabilidad sobre sí misma y su salud:

- Asegurarse de escuchar las preocupaciones de los estudiantes y contestar sus preguntas de manera apropiada para su edad; no los abrumes con demasiada información.
- Alentarlos a expresar y comunicar sus sentimientos. Es deseable promover el diálogo acerca de las diferentes reacciones que pueden experimentar y explicar que estas son reacciones normales a una situación anormal
- Hacer énfasis en que los estudiantes pueden hacer mucho para mantener ellos y otros a salvo.
- Introducir el concepto de distanciamiento social (de pie más lejos de los amigos, evitando grandes multitudes, no tocar a las personas si no es necesario, etc.)
- Centrarse en los buenos comportamientos de salud, como cubrirse al toser y estornudar con el codo y lavarse las manos.

2. Ayudar a los estudiantes a comprender los conceptos básicos de la enfermedad. prevención y control. Usar ejercicios que demuestren cómo pueden propagarse los gérmenes. Por ejemplo, poniendo colores agua en una botella rociadora y rociando sobre un pedazo de papel blanco. Observe qué tan lejos viajan las gotas:

- Demostrar por qué es importante lavarse las manos 20 segundos con agua y jabón.
- Poner una pequeña cantidad de brillo en las manos de los estudiantes y pedirles que los laven sólo con agua, observar cómo queda mucho brillo, posteriormente, pedirles que se laven por 20 segundos con agua y jabón.

3. Hacer que los estudiantes analicen textos para identificar alto riesgo comportamientos y sugerir comportamientos modificadores:

- Por ejemplo, el maestro viene a la escuela con un resfriado. Estornuda y lo cubre con la mano. Él saluda de mano a un colega. Se limpia las manos después con un pañuelo luego va a clase a enseñar.

¹⁵ Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). Guidance for covid19 prevention and control in schools. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>

¿Qué conductas de riesgo se observan en este caso? ¿Cuáles habrían sido prácticas seguras aplicables al caso?
4. Prevenir la estigmatización usando hechos y recordando a los estudiantes que sean considerados con uno otro.

Estudiantes a partir de 12 años¹⁶

<p>1. Asegurar que las inquietudes y preguntas de los estudiantes tengan respuesta:</p> <ul style="list-style-type: none">- Enfatizar que los estudiantes pueden hacer mucho para mantener ellos y otros a salvo.- Introducir el concepto de la sana distancia.- Enfatizar las buenas prácticas de salud, como toser y estornudar en un pañuelo desechable o en la parte interior del codo.- Recordar a los estudiantes que pueden modelar saludablemente comportamientos para sus familias.
<p>2. Alentar a los estudiantes a prevenir y abordar el estigma.</p> <ul style="list-style-type: none">- Discutir las diferentes reacciones que pueden experimentar y explicar estas son reacciones normales a una situación anormal. Fomentar que las y los alumnos expresen y comuniquen.
<p>3. Coordinar acciones con el comité estudiantil o su equivalente, para que promuevan las acciones de salud pública implementadas en la escuela.</p> <ul style="list-style-type: none">- Generar acciones como anuncios en redes sociales, anuncios escritos y otros, en los que promuevan buenas prácticas de limpieza e higiene en su comunidad.
<p>4. Incorporar educación sanitaria relevante en otras asignaturas, a través de trabajo transversal.</p> <ul style="list-style-type: none">- La ciencia puede cubrir el estudio de virus, enfermedades. transmisión y la importancia de las vacunas.- Los estudios sociales pueden centrarse en la historia de las pandemias y evolución de las políticas de salud pública y seguridad- Las lecciones de alfabetización mediática pueden empoderar a los estudiantes ser pensadores y creadores críticos, efectivos comunicadores y ciudadanos activos

¹⁶ Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). Guidance for covid19 prevention and control in schools. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>

CARTAS DESCRIPTIVAS

Carta Descriptiva 1 – Actividad sobre la técnica correcta de lavamanos

OBJETIVO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aprender porqué y cuándo es importante lavarse las manos ▪ Aprender la técnica correcta de lavamanos
PARTICIPANTES	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Opción 1: Alumnos de escuela primaria de 5to y 6to año y alumnos de la escuela secundaria
NOTAS PARA EL FACILITADOR	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Para la actividad de lavado de manos es necesario llevar a los alumnos a la estación de lavado más cercana.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dos cartulinas de distintos colores ▪ Dos juegos de plumones gruesos de colores ▪ Lona de lavado de manos con cuerda para amarrar hacia árboles o similar ▪ Cubeta con agua y jabón ▪ Pritt chicle, Diurex
TIEMPO ESTIMADO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 05 minutos para presentar el proceso ▪ 10 minutos actividad de dibujo de lavado de manos. ▪ 10 minutos de explicación de cómo se transmite el COVID-19 ▪ 10 minutos para explicar la técnica correcta de lavamanos (con lona) ▪ 10 minutos para actividad colectiva de lavado de manos.
INDICACIONES	<ol style="list-style-type: none"> 1. Preparar materiales y espacio de trabajo con anticipación. 2. Bienvenida, acciones puntuales en la escuela y dar su nombre. 3. Mencionar que este taller tendrá dos actividades, y se dará la instrucción de la primera actividad a todos los estudiantes. 4. Explicar que un grupo dibujará cuándo es importante lavarse las manos, y el otro grupo dibujará por qué es importante lavarse las manos. 5. El facilitador dividirá a ambos grupos conforme a su criterio, designando áreas específicas de trabajo para cada uno. Las cartulinas y los plumones se entregarán a cada subgrupo una vez estén instalados en su área de trabajo. Se les mencionará

	<p>que cuentan con 10 minutos para esta actividad.</p> <ol style="list-style-type: none">6. Se invita a los subgrupos a reunirse y uno o dos representantes de cada subgrupo presentará brevemente su trabajo.7. El facilitador hará un resumen de la actividad, reforzando la información sobre el COVID-19, cuáles son las barreras para prevenir la transmisión.8. A continuación, empezar la segunda actividad. El facilitador explica la técnica correcta de lavamanos con la lona de lavamanos y dando una demostración en la cubeta de agua y explicar en que momentos hay que lavar los manos.9. Si existe la posibilidad, realizar una actividad colectiva de lavado de manos llevando a los estudiantes con orden a la estación de lavado de manos mas cercana, se debe de utilizar jabón líquido (y siempre con agua limpia).10. Se aprovechará esta ocasión para invitar a todos los alumnos a realizar un cartel de promoción de lavado de manos, mismo que será expuesto en la escuela. Se mencionará que se entregue un paquete de promoción de higiene por aula que consiste de un despachador de jabón líquido y gel antibacterial. Se invitará a entre 2-4 alumnos a hacerse responsables de mantener relleno sus despachadores de jabón y gel antibacterial.11. Presentar la lista de verificación para recordar en que forma los estudiantes pueden contribuir en mantener su escuela y comunidad limpia.
--	--

Carta Descriptiva 2 – Actividad sobre la explicación del COVID-19 y cómo protegernos y los demás

OBJETIVO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Entender qué es el COVID-19 ▪ Entender cómo se trasmite y qué medidas tomar para prevenir la transmisión.
PARTICIPANTES	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Alumnos de cualquier nivel
NOTAS PARA EL FACILITADOR	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Los carteles se pueden dejar de proyecto a realizar como tarea para invitar a mayor creatividad y que los alumnos puedan dedicarle mas tiempo.
MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hojas tamaño carta con esténcil de piecitos (anexo 1) impreso para todos los estudiantes ▪ App. cinco hojas del esténcil de piecitos impresos para cortar y utilizar como esténcil y pintar en el piso ▪ Dos juegos de plumones gruesos de colores ▪ Pintura en aerosol o gises de colores ▪ Cinta métrica ▪ Pritt chicle, cinta adhesiva
TIEMPO ESTIMADO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 05 minutos para presentar el proceso ▪ 10 minutos de explicación de que es el COVID-19 como se trasmite y como prevenirlo (usar presentación de powerpoint) ▪ 20 minutos para dibujar y medir piecitos a sana distancia
INDICACIONES	<ol style="list-style-type: none"> 1. Preparar materiales y espacio de trabajo con anticipación. 2. Mencionar que este taller tendrá dos actividades, y se dará la explicación de que es el COVID-19 como se trasmite y medidas para prevenir la transmisión. 3. Explicar a continuación a que distancia se deben colocar los estudiantes en áreas de la escuela donde forman en filas, por ejemplo: puntos de agua / baño / entrada al aula / patios de comida. 4. Entregar a los estudiantes el esténcil de piecitos e invitar a los estudiantes que colorean o decoran los piecitos. 5. Invitar a los estudiantes a visitar las áreas donde se forman filas y llevar los 5 esténcil impresos para colocarse en el piso con suficiente espacio. Para poder medir se debe utilizar una cinta métrica para delimitar la "Sana Distancia" de 1.5 a 2 metros. 6. Una vez puestos los esténciles de piecitos cortados en el piso con suficiente

	<p>distancia, utilizar pintura aerosol o gises de colores para llenar y colorearlos, y volver a recordar los estudiantes que los piecitos el piso es para recordarles que se mantengan a una sana distancia.</p> <ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="475 289 1427 415">7. Volver al aula y hacer una reflexión sobre las actividades, motivarlos a llevar sus piecitos coloreados a casa y compartir las medidas de sana distancia a sus familias.<li data-bbox="475 436 1427 508">8. Presentar de la lista de verificación para acordarles en que forma los estudiantes pueden contribuir en mantener su escuela y comunidad limpia.
--	---



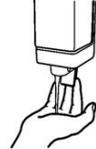
ANEXOS

Anexo 1. LONA PARA LA TÉCNICA DE LAVAMANOS

TÉCNICA PARA EL LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN



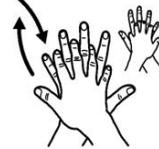
1. Moja tus manos con agua



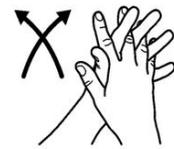
2. Ponte suficiente jabón



3. Frota tus palmas entre sí



4. Frota la palma de cada mano contra el dorso de la otra



5. Entrelaza tus dedos para frotar entre sí



6. Frota el dorso de tus dedos contra cada palma



7. Frota tus pulgares con un movimiento de rotación



8. Frota las puntas de tus dedos contra cada palma



9. Enjuágate las manos con agua y cierra la llave



10. Sécate las manos con una toalla desechable o al aire



Juntos podemos vencer al COVID-19

ANTES de tocar tu cara y preparar alimentos - ANTES Y DESPUÉS de comer e ir al baño.
 DESPUÉS de estornudar, toser o usar pañuelo; manipular basura u objetos sucios;
 viajar en transporte público y estar en contacto con animales.



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO



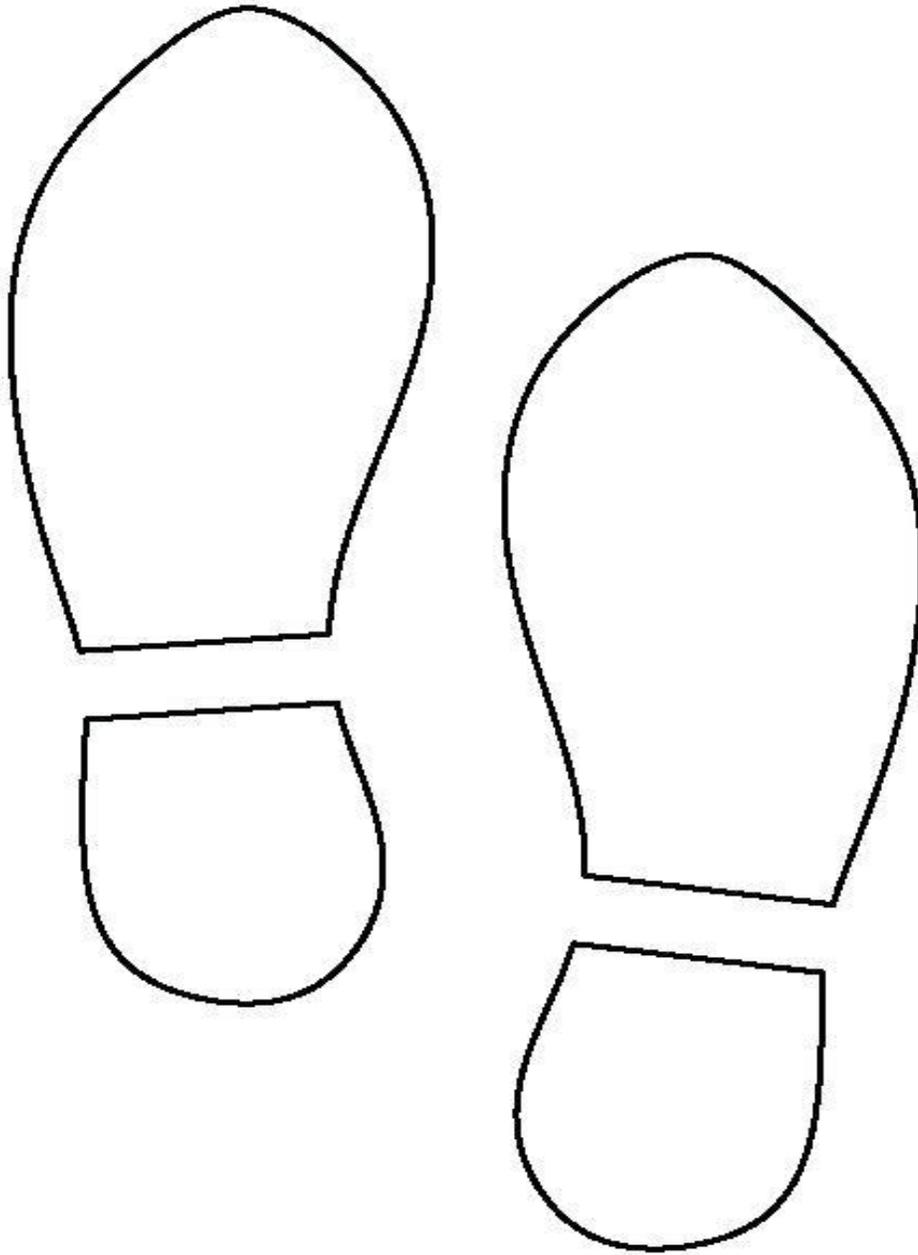
AEF MEXICO
 AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

¿Cuándo se lave los manos?

- ❖ Al entrar a la escuela.
- ❖ Al entrar a la clase (después del recreo).
- ❖ Después de visitar el baño.
- ❖ Antes de las comidas.
- ❖ Antes de salir de la escuela.
- ❖ Después de toser o estornudar.
- ❖ Después de operar máquinas o usar dispositivos compartidos.

Lavarse los manos un mínimo de 20 segundos

Anexo 2. PIECITOS



Anexo 3. INFORMACIÓN SOBRE PROCESOS PARTICIPATIVOS

La participación se define como tomar parte en una actividad. La participación detona el intercambio de ideas, expresar, indagar, difundir y proponer. La participación es un factor determinante para lograr que un proyecto fracase o tenga éxito y logre perdurar a través del tiempo. La participación es un proceso que fomenta el empoderamiento individual y colectivo por medio de la reflexión crítica, pasando por la acción, hasta lograr un auténtico cambio social. La participación permite a la comunidad apoderarse del proceso de identificar, analizar y solucionar sus problemas. También tiene un papel determinante en desarrollar la autoestima, pues ayuda a los individuos a sistematizar y valorar su experiencia y los conocimientos locales. La participación logra la movilización y organización de la comunidad alrededor de los temas relevantes.



PRINCIPIOS Y RETOS DE LA PARTICIPACIÓN

Todos los participantes deben ser considerados como fuente de información y decisión para analizar los problemas y contribuir a soluciones a través de acciones de desarrollo. Todo el mundo, sin importar su nivel socio-económico o su educación, debe merecer el mismo respeto y tener la misma posibilidad de expresar sus opiniones. El papel de los facilitadores es permitir la expresión de las diferentes formas de pensar y ayudar a lograr consensos a la hora de tomar decisiones. Si el proyecto no responde a una necesidad sentida y a una demanda social, se enfrentará a un reto para lograr la participación popular. Ya que los procesos participativos demandan más tiempo de consulta, es importante asegurar las condiciones necesarias para lograr una auténtica participación. Para ello, es indispensable contar con respaldo institucional y técnico durante la vigencia del proceso. Debido a que en la mayoría de las instituciones permea una cultura organizativa vertical y jerárquica, es un reto crear un ambiente propicio para la participación popular.

ERRORES COMUNES DE LOS TALLERES PARTICIPATIVOS

- **Improvisación:** la forma de aprendizaje de este proceso es experimental, usando la imaginación y la creatividad. Sin embargo, la planificación es muy importante para lograr el objetivo de cada sesión.
- **Premura:** se corre hacia las conclusiones, omitiendo profundizar aspectos poco claros e inexplicados.
- **Exclusión:** se omite de integrar al proceso ciertos miembros de la comunidad, generalmente los más marginados.
- **Imposición:** se abandona la actitud de los facilitadores en algún momento del proceso y se imponen ideas, dejando de escuchar y aprender.
- **Falta de compromiso:** se crea confusión si el proceso no resulta de un compromiso inicial claro con la gente.

TÉCNICAS PARTICIPATIVAS

Existen diferentes técnicas que promueven la participación las cuales permiten que diferentes personas se relacionen e intercambien ideas, lleguen a acuerdos e incluso se genere entre ellos cierta identidad grupal. En las técnicas participativas las conclusiones son conocidas al momento por todos los asistentes. Lo que se busca es generar autorreflexión, toma de conciencia o inducir a la acción de manera colectiva. Algunos ejemplos de estas técnicas participativas son:

- La dinámica de grupo, que es fundamental para trabajar con grupos de personas y lograr su participación efectiva.
- La visualización, que, por medio de representaciones gráficas, se logra la participación de personas con diferentes grados y tipos de educación, y se facilita la sistematización de conocimientos y el consenso. En estas se encuentran: matrices, mapas, flujogramas y diagramas.
- Los métodos de entrevista y comunicación oral adaptados al enfoque participativo, que están enfocados a obtener diferentes puntos de vista, representativos de los diferentes miembros del grupo y a obtener la visión de la gente respecto a sus problemas.
- Las técnicas de observación de campo que buscan recolectar información que será analizada posteriormente usando las técnicas de visualización.¹

Anexo 4. POSTER SOBRE EL COVID-19

COVID-19

Nuevo coronavirus 2019

¿Qué son los coronavirus?

Son una familia de virus que se caracteriza por tener picos o espigas en forma de corona en su superficie. Son comunes en diferentes especies de animales, incluidos camellos, gatos y murciélagos.

En raras ocasiones, los coronavirus que infectan a los animales pueden evolucionar e infectar a humanos, como el COVID-19 (SARS-CoV-2) identificado por primera vez en China, en diciembre de 2019.

9.20% PROPORCIÓN DE CASOS GRAVES*
3.41% TASA DE LETALIDAD*
*Hasta el 01/03/2020

TRANSMISIÓN

El virus se transmite de una persona infectada a otra a través de gotitas de saliva expulsadas al toser y estornudar, al tocar o estrechar la mano o al tocar un objeto o superficie contaminada.

SÍNTOMAS

Ante la presencia de síntomas y contacto con una persona diagnosticada con COVID-19 o viaje a China reciente, acude a valoración médica.

- Tos o estornudos
- Fiebre
- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Neumonía
- Dificultad para respirar

PREVENCIÓN

- Lavarse las manos con frecuencia
- Usar desinfectante a base de alcohol con concentración entre 60% y 80%
- Cubrir nariz y boca al estornudar o toser
- Evitar el saludo de mano, beso y/o abrazo
- Desinfectar superficies de contacto frecuente con solución clorada
- Usar cubrebocas solo en caso de presentar síntomas respiratorios

¡Revisa información de fuentes oficiales!

Bibliografía:

1. Ministerio de Salud. Nuevo Coronavirus (COVID-19). WHO, 2020. Disponible en: [www.bit.ly/nuevo-coronavirus-2019](http://bit.ly/nuevo-coronavirus-2019)
2. World Health Organization, Coronavirus, WHO, 2020. Disponible en: www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019

CENIDSP
Centro Nacional de Información y Decisiones en Salud Pública

GOBIERNO DE MÉXICO | **SALUD** | Instituto Nacional de Salud Pública

f t i y insp.mx

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE INTERÉS

Bibliografía

- Inter-Agency Standing Committee (marzo 2020). Guidance for covid19 prevention and control in schools: *Inter-Agency Standing Committee*. Recuperado de: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/74755.pdf>
- Secretaría de Educación Pública. Gobierno de México. (2020). Guía del CTE Extraordinaria. *Secretaría de Educación Pública*. Recuperado de: <https://beta.slp.gob.mx/SEGE/PDF/1.%20Gui%cc%81a%20del%20CTE%20Extraordinaria%20Marzo%202020.pdf>
- IsraAID – The Israel Forum for International Humanitarian Aid (septiembre 2019). WASH Toolkit A Guide for IsraAID’s Response to Water, Sanitation and Hygiene (WASH) Emergencies: *IsraAID*.
- IsraAID – The Israel Forum for International Humanitarian Aid (marzo 2020). IsraAID COVID-19 Emergency Planning Toolkit for Education Sector: *IsraAID*.
- IsraAID México – Guía para elaborar programas de protección civil y seguridad escolar (marzo 2019): *IsraAID*.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (noviembre 2011). Water, Sanitation and Hygiene for Schoolchildren in Emergencies A Guidebook for Teachers: *UNICEF E.E.U.U.* Recuperado de: https://www.unicef.org/disabilities/files/WASH_in_Schools_in_Emergencies_Guidebook_for_teachers_.pdf
- Ideas y sugerencias de un regreso a clase / casos de estudios: *Les op Afstand*. Recuperado de: <https://po.lesopafstand.nl/lesopafstand/weer-op-school/stappenplan-weer-op-school/>
- Ideas y sugerencias de un regreso a clase / casos de estudios: *Onderwijs Vlaanderen*. recuperado de: <https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/heropstart-van-de-lessen-op-school-informatie-voor-onderwijspersoneel#beschermen>

Sobre el COVID-19

- Organización Mundial de la Salud. (2020). Nuevo coronavirus (COVID-19). Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus. *Organización Mundial de la Salud*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
- Secretaría de Salud, Gobierno de México. (2020). Coronavirus- México: *Secretaría de Salud*. Recuperado de: <https://coronavirus.gob.mx/>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Nuevo coronavirus (COVID-19). Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus. *Organización Mundial de la Salud*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
- Si quieres saber más sobre cómo protegerse del COVID-19: <https://www.unicef.org/mexico/historias/coronavirus-covid-19-lo-que-los-padres-deben-saber>

Sobre el lavado de manos

- Sobre el lavado de manos: <https://www.unicef.org/es/coronavirus/todo-lo-que-debes-saber-sobre-el-lavado-de-manos-para-protegerte-del-coronavirus-covid-19>

Salud Mental y apoyo socioemocional

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (16 marzo 2020). Como pueden los profesores hablarles a los niños sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19). *UNICEF España*. Recuperado de: <https://www.unicef.org/es/coronavirus/como-pueden-profesores-hablar-ninos-sobre-coronavirus-covid-19>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (1 abril 2020). Salud mental en adolescentes durante el COVID19. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=EJ48mIG8ksA>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). Coronavirus (COVID-19) Lo que madres, padres y educadores deben saber: cómo proteger a hijas, hijos y alumnos. Panamá: UNICEF, Oficina Regional para América Latina y el Caribe, pp. 28. Recuperado de:

<https://www.unicef.org/mexico/media/3041/file/Gu%C3%ADa%20para%20padres%20sobre%20coronavirus%20COVID-19.pdf>

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). Consejos para papá y mamá. Apoyo emocional para niños y niñas ante el Covid-19. Recuperado de: <https://www.unicef.org/mexico/media/3161/file/Consejos%20de%20salud%20emotional%20para%20ni%C3%B1as%20y%20ni%C3%B1os.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (s/f). Niñas, niños y adolescentes durante el COVID-19. UNICEF México. Recuperado de: <https://www.unicef.org/mexico/ni%C3%B1as-ni%C3%B1os-y-adolescentes-durante-el-covid-19>
- Consejos para afrontar emociones ante situaciones de emergencia. NCTSN y NCPTSD: https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//pfa_tips_for_adults_sp.pdf

Material para hablar del COVID-19 con estudiantes

- Cuento: “Mi héroe eres tú”. <https://www.unicef.org/guatemala/media/2191/file/Mi%20h%C3%Agroe%20eres%20t%C3%BA.pdf>
- Cuaderno de trabajo para hablar con estudiantes sobre el COVID-19: “Hablando sobre el Coronavirus-19 con los niños y niñas más pequeños”: <https://www.unicef.org/mexico/media/3106/file/Gu%C3%ADa%20para%20hablar%20sobre%20el%20Coronavirus%20con%20ni%C3%B1as%20y%20ni%C3%B1os%20peque%C3%B1os.pdf>
- Material para estudiantes de educación temprana (hasta 6 años). Recomendaciones para padres y madres para tratar el tema: <https://www.unicef.org/mexico/media/3041/file/Gu%C3%ADa%20para%20padres%20sobre%20coronavirus%20COVID-19.pdf>

Ideas para hacer cubre bocas

- Use una cubierta de tela para la cara para ayudar a desacelerar la propagación del COVID-19 (marzo 2020). Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Gobierno de E.E.U.U. Recuperado de: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

- Como hacer tu propia cubreboca y como utilizarlo de forma responsable. Recuperado de: Hacks DIY. (2020 mayo 1). *Como hacer un tapabocas con calcetín sin costuras*. 21/05/2020, de Hacks DIY Sitio web: <https://www.youtube.com/watch?v=43GlwdZyqqo>
- Lo que trae Juanita. (2020 abril 23). 0:21 / 9:07 *impresionante tapa boca, barbijo, mascarilla "casera" con un calcetín, calceta o media. Sin costura*. 21/05/2020, de Lo que Trae Juanita Sitio web: <https://www.youtube.com/watch?v=qo488MzmshU>
- Gustavo GG. (2020 mayo 9). *Cómo hacer cubrebocas con camisetas y calcetines*. 21/05/2020, de Gustavo GG Sitio web: <https://www.youtube.com/watch?v=4KAtiAZARag>
- De la mano de An. (2020 abril 3). *Como hacer MASCARILLA DE TELA, cubreboca, FÁCIL Y RÁPIDO*. 5:18 5:07 / 5:21 *CÓMO HACER UNA MASCARILLA fácil. SIN COSER. CUBREBOCAS, casero*. 21/05/2020, de De la mano de An Sitio web: https://www.youtube.com/watch?v=3PBt_11Soos
- Arregla tu ropa paso a paso. (2020 abril 22). 0:35 / 34:17 *Mascarilla para niños y adultos muy fácil sin patrón. Para coser a mano y a máquina*. 21/05/2020, de Arregla tu ropa paso a paso Sitio web: <https://www.youtube.com/watch?v=ckBQqgX26iU>
- Yo Menita. (2020 abril 29). *Tapabocas sin máquina - 6 Make Fabric Face Mask at Home - DIY Face Mask no Sewing Machine*. 21/05/2020, de Yo Menita Sitio web: <https://www.youtube.com/watch?v=f-2WtCiucuw>

Otros recursos de interés

- "¡Quedarnos en casa también es divertido! Actividades y juegos para niños y niñas": <https://www.unicef.org/mexico/media/3121/file/Actividades%20y%20juegos%20para%20ni%C3%B1os%20y%20ni%C3%B1as.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (17 de marzo de 2020). COVID-19: UNICEF llama a la continuidad educativa ante medidas de contingencia. *UNICEF*. Recuperado de: <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/covid-19-unicef-llama-la-continuidad-educativa-ante-medidas-de-contingencia>
- Recopilación de videos de redes sociales con información de utilidad. <https://bit.ly/HerramientasCaseras>

