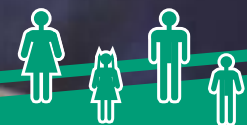
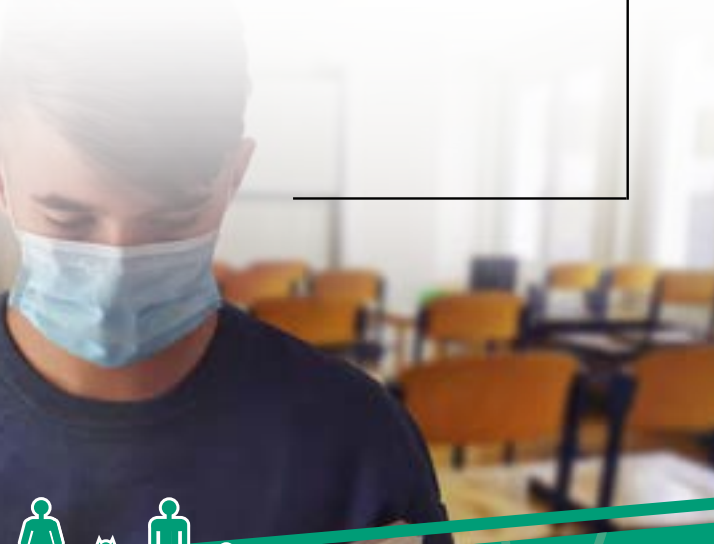


# RECOMENDACIÓNS

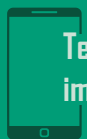
## para unha volta SEGURA Ao COLEXIO



As familias xogan un papel esencial.

Deben comprometerse a non enviar ao colexio a ningún neno con febre, tose ou síntomas respiratorios, aínda que sexan leves.

Ter o teléfono sempre a man por si xurde calquera imprevisto.



## ANTES DE IR AO COLEXIO

1. Avaliación diaria para a detección precoz de síntomas compatibles co COVID-19. No caso de detectarse sintomatoloxía, **AÍNDA QUE SEXA LEVE** non ir ao colexio e contactar inmediatamente co centro de saúde de referencia. Para a xustificación da ausencia, non é necesario xustificante médico, abonda coa notificación dos pais ou tutores legais.  
 { Controlar a temperatura do neno. En caso de **febre (máis de 37,5°C)** deberá permanecer na casa e vixiar a súa evolución. Non centrarse na febre como síntoma único, xa que en nenos ás veces non aparece.  
**Outros síntomas:** tose seca, cansazo, dor muscular, dificultade para respirar, falta de gusto ou cheiro, vómitos ou diarrea, lesións cutáneas descoñecidas.
2. Se o neno mantivo contacto **cunha persoa afectada de COVID-19**, dentro ou fora do núcleo familiar, non pode acudir ao centro. Se é sospeitoso non acudirá ate que se coñeza o resultado negativo da mesma.
3. O **nenos alérxico**, que teña medicación pautada, non debe esquecer tomala durante o período de maior índice polínico e debe evitar tocar os ollos e o nariz máis do necesario.
4. Levar roupa, zapatos, para usar exclusivamente no colexio. Levar unha **botella reutilizable** (marcada co nome e apelidos) para evitar o uso de billas ou fontes.
5. É obrigatorio o **uso de máscara a partir dos 6 anos, recomendable dos 3-6** (salvo excepcións previstas), así como levar un **recambio e un estoxo específico** (por exemplo unha bolsiña de tea) para calquera inconveniente.
6. Uso de **calcetíns antiescorregadizos** se as condicións o permiten, ou **calzado exclusivo** para dentro do centro e o patio..
7. O material facilitado polas familias deberá ser **desinfectado antes de gardarlo** (envases de toallinas, cueiros ...) Outras pertenzas como calzado, gorras, obxectos de apegos, etc, serán entregadas debidamente marcadas, lavadas e cerradas en bolsas plásticas evitando que saian do centro.
8. Se é posible, **a mesma persoa** acompañará ao neno na entrada e saída do centro.
9. Antes de entrar limpar as mans con **solución hidroalcohólica**.
10. Desprazamentos seguros:  
**Transporte individual:** (camiñando, bicicleta, moto): priorizar o tipo de mobilidade que garanta a distancia de seguridade de 2 metros.  
**Turismo (taxi):** extremar as medidas de limpeza do vehículo antes e despois do seu uso. Ao baixar do automóbil limpar as mans con hidroxel.  
**Transporte público e/ou escolar:** antes e despois de subir hixiene de mans con hidroxel. Gardar distancia de seguridade, usar máscara hixiénica. Procurar o uso do mesmo asento.



# AO CHEGAR A CASA



1. Deixar os zapatos e os obxectos que non necesiten (mochila, bolsa deportes ...) nunha caixa de cartón na entrada.
2. Ir directamente a lavarse as mans e pulsos con auga e xabón sen tocar ningunha superficie da casa. Evitar pulseiras, reloxo ou accesorios que dificulten a hixiene. Se é posible ducharse.
3. Cambiar a roupa para estar na casa.  
Limpar os obxectos que usarán no colexio (gafas, estoxo, xoguetes, botella reutilizable ...), usar panos desbotables e alcohol 70º, auga e xabón ou lixivia diluída en auga (20cc por litro de auga).
4. Lavar cada día a roupa que leve posta ao colexio (recomendable a 60 grados nun ciclo nunca menor a 30 minutos), de non ser posible aireala. Nunca sacudila.  
Os abrigos, plumas, etc. deixaranse nunha zona destinada para eles pola dificultade de lavalos e secalos a diario.
- 5.



# ACCESO AO COLEXIO



Ten sentidiño e garda a distancia!

- A Cumprir os horarios e as normas do centro para o acceso e recollida do neno e explicarllo a el. Desinfectar calzado e mans antes de entrar.
- B Non acudir con carros ao interior do colexio.
- C Evitar permanecer en grupos con outros pais e alumnos/as, aínda que se leve máscara de protección.
- D En caso de aparecer síntomas durante a xornada escolar avisarase aos pais que deberán recoller coa maior brevidade posible ao alumno/a, tomaas precaucións oportunas e chamar ao seu centro de saúde.



Guía de recomendacións para el reinicio de las clases en los centros educativos (COVID-19). Asociación Catalana de Enfermería y Salud Escolar (ACISE) y Asociación Científica Española de Enfermería y Salud Escolar (ACEESE)

## BIBLIOGRAFÍA

- Xunta de Galicia:  
[www.coronavirus.sergas.gal](http://www.coronavirus.sergas.gal)
- Ministerio de sanidad:  
[www.mschs.gob.es](http://www.mschs.gob.es)
- Consejo General de Enfermería:  
[www.consejogeneralenfermeria.](http://www.consejogeneralenfermeria.)

Plan estratégico de enfermería escolar para la prevención covid-19 en los centros educativos. Asociación Nacional e Internacional de Enfermería Escolar (AMECE)



## IMAXES

Imaxes libres de dereitos de autor. Feitas por: Gabriele Lässer, Annalise Batista, Mateusz Zdrzałek, Johngelling, Cromaconceptovisual, Congerdesign, Leo Fontes, Francis Ray, DoomSlayer, RMerrill, Niran Kasri, Neo tam, Leo Fontes, OpenClipart-Vectors, Clker-Free-Vector-Images, OpenIcons en Pixabay.

