

Guía de COVID-19 para GSACPC

Como Girl Scouts, estamos juntas en esto- estamos viviendo nuestra promesa y ley respetando la autoridad y protegiéndonos entre sí. Mientras continuamos ampliando las opciones para las actividades de Girl Scout en medio de esta pandemia, debemos de estar conscientes de las prácticas y recomendaciones para minimizar el riesgo para nosotros, para los que están bajo nuestra responsabilidad y los que están cerca de nosotros que son especialmente vulnerables. Nota:

- Las pautas del CDC recomiendan altamente que las personas de 12 años y mayores se vacunen contra el COVID-19, además de estas intervenciones.
- Todas las pautas recomendadas ayudan a mitigar el riesgo; pero no hay garantía de que el riesgo de infección sea eliminado.
- Confiamos en que cada familia elija el nivel de participación que más le acomode.

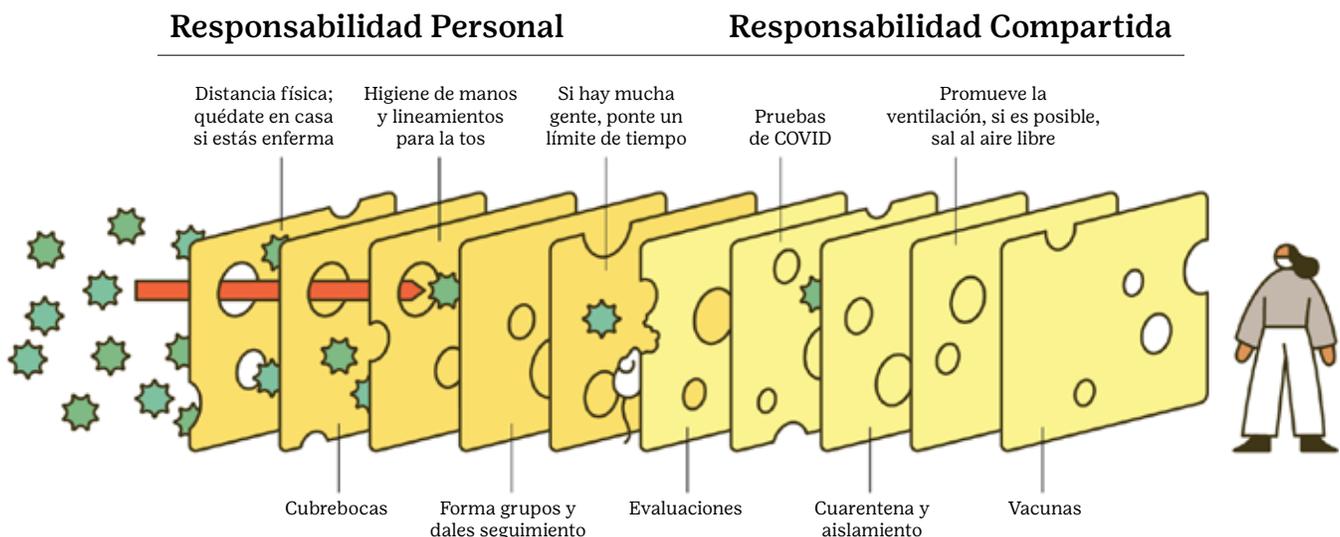
Guía General para Actividades/Salidas

Implementar Estrategias de Niveles de Prevención

Además de la vacuna, cuando sea posible, se recomiendan las intervenciones no farmacéuticas (NPI por sus siglas en inglés) en todas las actividades.

La Defensa “Queso Swiss” Contra el Virus Respiratorio

Reconociendo que ninguna intervención es perfecta en prevenir la propagación. Cada intervención tiene sus limitaciones. Niveles múltiples amenoran el riesgo.



Source: Adapted from Ian M. Mackay (virologydownunder.com) and James T. Reason. Illustration by Rose Wong.

Práctica Estándar Para Todas las Actividades de Girl Scouts

- El tamaño de los grupos debe determinarse con base al espacio disponible.
- El espacio al aire libre es el mejor. Si la reunión es adentro, asegúrese que haya ventilación apropiada (abriendo ventanas, puertas, etc.) basado al tamaño del grupo.
- Obtener permiso de la familia.
- Completar la evaluación de síntomas antes de las actividades.
- Desinfectar/limpiar el espacio/equipo, antes, durante y después.
- Todos los asistentes usan cubrebocas apropiados. Platique con su grupo acerca de los niveles de comodidad para ponerse de acuerdo en las excepciones.
- Distanciamiento físico en efecto.

Pre evaluación

- Antes de las reuniones y actividades en persona, todos los participantes deberán completar una autoevaluación para asegurarse de que están sanos y verificar que no han estado en contacto con alguien que presenta síntomas de COVID-19.
 - girlscoutsaz.org/content/dam/girlscoutsaz/documents/forms/covid-pre-screen.pdf
- Si viajaste recientemente, revisa las pautas del CDC sobre “después de viajar”, en relación con el estatus de tu vacunación para determinar si puedes, y cuándo puedes asistir, de manera segura, a un evento en persona.
 - Viajes nacionales: cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-during-covid19.html
 - Viajes internacionales: cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/international-travel-during-covid19.html

Precauciones Adicionales Antes de Viajar

- Las personas que no están vacunadas minimizarán el contacto con miembros fuera de su casa y hacerse una autoevaluación al menos diez días antes de viajar.
- Los padres/tutores entienden el riesgo de viajar si alguien en casa tiene problemas con su sistema inmune.
- Entender que si un participante desarrolla síntomas consistentes con COVID-19 durante el viaje o la noche, tendrán que aislarse, y si es apropiado, regresar a casa. Esto puede incurrir gastos adicionales. *Ver las recomendaciones de viaje debajo.*
- Si un participante del grupo muestra síntomas o es expuesto a una enfermedad contagiosa (COVID-19), necesitan informar inmediatamente a los Voluntarios de GS y a los coordinadores de las instalaciones/viaje.
- Si es posible, evitar ir a lugares, ya que el virus se propaga mejor en lugares cerrados.
- Pide a los miembros de tu familia que sean responsables en sus decisiones (distanciamiento físico, usar cubrebocas, etc.)

Guía Actualizada del CDC Para las Prácticas de Aislamiento

Las personas con COVID-19 que presentan síntomas y fueron enviadas a recuperarse a casa pueden discontinuar el aislamiento bajo las siguientes condiciones:

- Han pasado al menos diez días* desde que empezaron los síntomas y
- Han pasado al menos 24 horas sin calentura sin el uso de medicamento y
- Otros síntomas han mejorado.

**Un número limitado de personas con enfermedad severa puede producir un virus con capacidad de replicación después de más de 10 días, lo cual puede justificar un aislamiento de hasta 20 días después de la aparición de los síntomas. Considera la idea de consultar a expertos en el control de infecciones.*

Pruebas y Vacunación

- Recomendamos hacerse la prueba COVID-19 PCR de 48 – 72 horas antes de un viaje de tropa o campamento.
 - Cualquier persona con un resultado positivo de COVID-19, necesitará aislarse hasta: diez días después de la aparición de los síntomas, y 24 horas sin calentura sin tomar medicamento, y que los síntomas hayan mejorado.
 - Opciones para hacerse la prueba se pueden encontrar en www.azdhs.gov.
 - Después de la prueba, ponte en una estricta cuarentena sin interactuar con nadie fuera de tu familia hasta que los resultados estén disponibles.
- Recomendamos que todas las personas de 12 años en adelante se vacunen contra COVID-19 antes de viajar.

Viajes

- Sigue las pautas de tu gobierno local. Viajar puede estar restringido o puede requerir que todas las personas que viajen fuera del estado y ha Arizona, se pongan en cuarentena. Restricciones de viaje en AZ: www.visitarizona.com
- Maximiza la ventilación en tu coche cuando viajes en grupo o compartas el carro.
- Sigue las pautas/requisitos de todos los proveedores/lugares (taxis, Uber, Lyft, aeropuerto, autobús, línea aérea, restaurante, etc.)
- Lávate y desinfectate las manos siempre que sea posible.
- Si un miembro del grupo muestra síntomas de COVID-19 y necesita ponerse en cuarentena, es recomendable viajar en automóvil.

Dormitorios

- Se debe proporcionar ventilación adecuada para todos los espacios interiores (esto puede incluir programar el aire acondicionado en la opción de aire fresco, abrir ventanas, lugares abiertos con sombra, ventiladores de techo o piso funcionando).
- Los participantes pueden minimizar el riesgo de transmisión durmiendo de lados opuestos (pies con cabeza y cabeza con pies) en literas separadas con una distancia mínima de 4 pies.

- ❑ Evita compartir cosas con los demás, incluyendo (pero no limitado a) utensilios, vasos, tazas, botellas de agua, artículos de aseo personal, rastrillos y cualquier otro objeto de uso personal.

Servicio de comida

- ❑ Es mejor preparar los alimentos con mucho cuidado, limpiando y desinfectando antes y después.
- ❑ Si tienes que comer fuera, establecimientos con autoservicio, comida para llevar, servicio de entrega y servicio de “curbside”, y comer afuera son altamente recomendables.

Regla Dos de Tres

Considera implementar la “Regla Dos de Tres” para reuniones grupales en persona. Esto significa que todos los participantes deberán tener en efecto, al menos dos de las tres cosas siguientes (1) estar afuera; (2) usar cubrebocas; (3) distanciamiento físico (de al menos 6 pies).

Cubrebocas

- ❑ Todos los participantes deberán estar listos para usar cubrebocas aprobado por el CDC.
- ❑ El CDC recomienda que todas las personas, independientemente del estado de vacunación, use cubrebocas en entornos públicos cerrados en áreas de transmisión sustancial o alta.
- ❑ Elige un cubrebocas con las siguientes características:



Tiene dos o más capas de tela respirable y lavable; usa un cubrebocas de tela encima de uno desechable de al menos dos o más capas (no combines dos cubrebocas desechables). Elige un cubrebocas que tenga un alambre a lo largo de la parte de arriba para que pueda ajustarse y prevenir fugas de aire.



Cubre tu nariz y boca completamente; asegúrate de que no haya flujo de aire en el área cerca de tus ojos o en los lados del cubrebocas. Si el cubrebocas se ajusta bien, sentirás aire tibio en la parte de enfrente y podrás ver el material moverse hacia adentro y afuera con cada respiración.



Se ajusta bien en los lados de tu cara y no tiene espacios.

Desinfectar y Mantenerse sano

- ❑ Desinfecta frecuentemente para mantenerte sano. Esto incluye:
 - Lavarse las manos, MUCHAS VECES.
 - Antes y después de cada comida
 - Antes y después de las actividades
 - Desinfectar todas las superficies y equipo compartido
 - Tener gel desinfectante disponible en todas las actividades y reuniones.
- ❑ Evitar tocarse la cara, nariz, ojos y boca.
- ❑ Limpieza frecuente, meticulosa y exhaustiva de los vehículos, instalaciones, (especialmente lugares para cocinar, y baños), y equipo. Las niñas pueden ayudar con la limpieza regular.

Revisión de Salud

- ❑ Es recomendable una revisión de salud diaria cuando estás en viajes de varios días.

Repórtale a tu líder cualquier problema o preocupación de tu salud que pudiera ser indicio de COVID-19 o cualquier otra enfermedad contagiosa, (incluyendo, pero no limitada a) fiebre, (>100°F), dolor de garganta, tos persistente, dificultad para respirar, dolor de cabeza, náusea, vómito, diarrea, dolor abdominal, fatiga, o disminución del sentido del olfato o gusto.

Casos Sospechosos o Potenciales de COVID-19

- ❑ Cualquiera que presente síntomas de COVID-19 deberá ser inmediatamente aislado.
- ❑ Decide cuál será el siguiente paso de acuerdo a las circunstancias. En la mayoría de los casos, la mejor opción es mandar al individuo a su casa.
- ❑ Ten listo un plan antes del viaje y asegúrate de que todos los padres/tutores lo entiendan. Toma en cuenta que la distancia del lugar aumenta la dificultad, si alguien desarrolla síntomas.
- ❑ Si tienes un caso confirmado, por favor contacta a la línea de emergencia del Concejo (602.531.5935) para comunicarte con las familias afectadas.

Consideraciones para Regresar a Casa

- ❑ Has arreglos para proteger a todos los miembros de la familia del miembro del grupo.
- ❑ Minimiza el contacto con los miembros de la familia/comunidad después del viaje.
- ❑ Continúa monitoreando tu salud después de actividades/viajes/campamentos/excursiones. Contacta al Concilio si desarrollas cualquier señal/síntoma y la prueba de COVID-19 sale positiva después de una salida con Girl Scouts.

Navegando Estatus Mixto de Vacunación

El CDC recomienda que las personas de 12 años en adelante se vacunen contra el COVID-19. Las vacunas contra el COVID-19 son altamente efectivas en proteger a individuos elegibles contra el COVID-19. Si tu niña(s) o miembros de tu tropa/grupo todavía no se han vacunado o están en riesgo, previene la exposición e infección utilizando múltiples niveles de intervención, como usar el cubrebocas y mantener distanciamiento social. La mejor práctica en grupos mixtos – donde se desconoce el estatus de vacunación o si tienen un alto riesgo de tener síntomas severos (como eventos del concejo o espacios públicos) – es asumir un alto riesgo y usar las medidas preventivas recomendadas.

Se una hermana para cada Girl Scout

- Asegúrate de que todas los grupos, espacios y actividades de Girl Scouts la inclusión sea una prioridad:
 - Mantén abiertas las líneas de comunicación de la tropa y verifica regularmente los niveles de comodidad de las familias y sus preocupaciones de salud. Cuando planeen reuniones y actividades, recomendamos que los planes se alineen con la persona/familia que tenga más necesidades.
 - Los voluntarios y las familias tienen diferentes niveles de confort. Cada uno elige cómo participar en Girl Scouts, y Girl Scout busca soluciones que beneficien a las dos partes.
- Pide lo que necesitas y dale espacio a los demás para que expliquen sus necesidades.
- Asume lo mejor en los demás.
 - Habrá veces en las que al alguien se le olvida ponerse el cubrebocas, o se le olvida mantener su distancia. Si eso sucede y alguien le recuerda amablemente, recuerda que es por la salud y seguridad de todos.
 - Vamos a tener gracia y armonía con nosotros mismos y con los demás, mientras practicamos esta nueva forma de estar juntos.

Preguntas Frecuentes: Conversaciones Sobre el Estatus de Vacunación

Alentamos a los voluntarios y cuidadores de Girl Scout a que tengan conversaciones respetuosas y apropiadas sobre la planeación de las actividades, comodidad, y necesidades de reuniones de tropa.

¿Le puedo preguntar a alguien si está vacunado?

Primero, reflexiona el por qué estás haciendo esa pregunta. Es apropiado hacer preguntas sobre la salud de tu familia para preparar la seguridad en las reuniones en persona. Puedes preguntar si una persona está vacunada si vas a interactuar con ella en persona, pero no necesitas saber las razones de sus decisiones.

Se transparente y honesto en cuanto al por qué estás preguntando a alguien sobre su estatus de vacunación. Explica cómo se usará esta información y establece acuerdos de confidencialidad y compártelos. No obligues a nadie a compartirlo ni lo requieras para participar.

Cuando planees actividades/reuniones en lugares donde hay un mayor riesgo de transmisión, como lugares al interior o viajar en avión, es muy importante pensar si es apropiado para todos

los participantes. En lugar de preguntar por el estatus de vacunación, pregunta a tu grupo en que lugares se sienten cómodos.

Para cualquier otra situación, deja que los demás compartan su estatus de vacunación si se sienten cómodos. No preguntes solo por curiosidad.

Si te piden que digas tu estatus de vacunación y no te sientes cómodo, puedes hacer preguntas como, “¿para qué necesitas esta información?”

¿Le puedo preguntar a la anfitriona si las personas del evento están vacunadas?

Enfócate en evaluar la vulnerabilidad de tu familia y el riesgo para los demás. Familiarízate con las medidas de protección y se razonable en cuanto al acceso a esas medidas. También puedes preguntar sobre el lugar, la capacidad, transporte, y otros aspectos del evento que la anfitriona puede controlar.

¿Puede requerir o persuadir a alguien para que se vacune?

Aunque Girl Scouts alienta a los individuos de 12 años en adelante a que se vacunen, no todas las Girl Scouts son elegibles para la vacuna de COVID-19, y no es un requisito para participar en Girl Scouts. Les pedimos a las tropas que se adhieran a esto y que incluyan a todas las niñas.

Sin embargo, nadie debe sentirse obligado a ponerse en riesgo. Te recomendamos que expresas respetuosamente tu nivel de confort, como sentirte incómoda en las reuniones en interiores a menos que todos estén vacunados. Y luego buscar soluciones que beneficien a todos. Comienza por aceptar que es una época muy difícil, y que todos quieren sentirse seguros y saludables. Piensa en otras formas de mantenerse en contacto – ya sea en reuniones al aire libre manteniendo un distanciamiento social o en reuniones de Zoom.