



COVID-19 SCHOOL EXPOSURES

Quarantine & Isolation Guidelines for School-Related Sports and Activities

If a student is exposed to COVID at school* or a school-related activity **and not vaccinated**, you have 2 choices:



1. Quarantine at home for 10 days.

-OR-



2. Wear a mask at school for 10 days. (Indoors and out)

With either choice, you have the option to get tested on day 7 and, if you test negative on day 7 and do not have any symptoms of COVID-19, you can return to the activity and you are no longer required to wear a mask.

* **If you are exposed at home and not vaccinated**, you must quarantine—there is no option to wear a mask and attend the activity or test on day 7 and leave quarantine early. If you are exposed somewhere besides home or school, you must quarantine—there is no option to wear a mask and attend the activity. You may still test on day 7 and, if negative, leave quarantine early.

If you are exposed at school you can continue with the activity unmasked if the school determines ANY of the following apply:

- You are fully vaccinated for COVID-19 (2 weeks after your final dose), OR
- You and the person who exposed you were both wearing masks, OR
- You have tested positive for COVID in the last 90 days but no longer have symptoms.

For additional protection, the CDC also recommends **mask wearing by players and coaches** and:

For high-risk sports and extracurricular activities:

For areas with high transmission:

- Cancel the activity or postpone until transmission decreases
- Screen participants twice per week if not fully vaccinated

High-risk extracurricular activities are those in which increased exhalation occurs, such as activities that involve singing, shouting, band, or exercise, especially when conducted indoors. **High-risk sport examples are football and wrestling.**

For low or intermediate-risk sports and extracurricular activities:

- Screen participants once per week if not fully vaccinated for substantial/high transmission

Examples of **low-risk sports** are diving and golf; **intermediate-risk sport examples** are baseball and cross country.





EXPOSICIONES AL COVID-19 EN ESCUELAS

Pautas de cuarentena y aislamiento para Actividades y Deportes Relacionados con Escuelas

Si un estudiante ha sido **expuesto al COVID en la escuela*** o en una **actividad relacionada con la escuela y no está vacunado**, tiene 2 opciones:



1. Cuarentena en casa por 10 días.

-O-



2. Use una máscara en la escuela por 10 días. (En lugares interiores y al aire libre)

Con cualquiera de las dos opciones, tiene la opción de hacerse la prueba el día 7 y, si la prueba es negativa el día 7 y no tiene ningún síntoma de COVID-19, puede regresar a la actividad y ya no es necesario que use una máscara.

***Si está expuesto en casa y no está vacunado**, debe ponerse en cuarentena; no hay opción de usar una máscara y asistir a la actividad o prueba el día 7 y salir temprano de la cuarentena. Si está expuesto en algún lugar además de la casa o la escuela, debe ponerse en cuarentena; no hay opción de usar una máscara y asistir a la actividad. Aún puede realizar la prueba el día 7 y, si es negativo, salir de la cuarentena antes de tiempo.

Si ha sido expuesto en la escuela, puede continuar con la actividad sin una máscara si la escuela determina que se aplica **ALGUNO** de los siguientes:

- Está completamente vacunado contra COVID-19 (2 semanas después de su dosis final), O
- Usted y la persona que lo expuso usaban máscaras, O
- Ha dado positivo en la prueba de COVID en los últimos 90 días, pero ya no tiene síntomas.

Para protección adicional, el CDC también recomienda que **los jugadores y entrenadores usen mascarillas y:**

Para deportes de alto riesgo y actividades extracurriculares:

Para áreas con alta transmisión:

- Cancelar la actividad o posponerla hasta que disminuya la transmisión
- Examinar a los participantes dos veces por semana si no están completamente vacunados

Para deportes y actividades extracurriculares de riesgo bajo o intermedio:

- Examinar a los participantes una vez a la semana si no están completamente vacunados para la transmisión sustancial/alta

Las actividades extracurriculares de alto riesgo son aquellas en las que se produce un aumento de la exhalación, como las actividades que implican cantar, gritar, orquestrar o hacer ejercicio, especialmente cuando se realizan en lugares interiores. **Ejemplos de deportes de alto riesgo** son el fútbol y la lucha libre.

Ejemplos de **deportes de bajo riesgo** son el buceo y el golf; ejemplos de **deportes de riesgo intermedio** son el béisbol y el atletismo.

