

La Institución Educativa María Jesús Mejía frente a la contingencia del Covid-19

"Por muy larga que sea la tormenta, el sol siempre vuelve a brillar, entre las nubes"

Khalil Gibran

El pasado viernes 13 de marzo estábamos terminando la 9ª semana del calendario escolar, presentando las pruebas del período, y nos preparábamos para la última semana donde tendríamos autoevaluación de estudiantes y los profesores terminarían de obtener las notas para emitir los boletines e iniciar el segundo periodo académico. Además, teníamos preparada para la semana del 16 al 20 de marzo una cartilla para el cuidado frente al coronavirus y avanzábamos en el proyecto del *World Mosquito Program*, y todos pensábamos en las AER para los estudiantes que no habían logrado sus aprendizajes en el 1er período e incluso se habían preparado eventos para celebrar el día del hombre. Pero todo esto cambió el domingo 15 de marzo, cuando el Presidente de la República anunció que se suspendían las actividades escolares y el Ministerio de Educación y nuestra Secretaría de Educación Municipal nos dieron las directrices de desescolarizar, y todo lo que teníamos planeado se tuvo que aplazar.

Ahora nos encontramos en la contingencia mundial de enfrentar algo que, según nos dicen los médicos e historiadores, ha sido una constante en la historia de la humanidad: las enfermedades generalizadas o pandemias. Y la de ahora, seguramente relacionada con nuestra forma de estar en el mundo, con la actividad humana sobre el planeta, llega como una llamada de la naturaleza para detener el ritmo que llevamos de consumo, de desgaste de los recursos naturales y de aceleración de la vida en todos los órdenes. Y bueno, aquí vamos como humanidad, recobrando incluso esta palabra, al reconocernos todos iguales ante los sucesos, y todos con la consigna de cuidarnos.

Desde entidades internacionales y locales nos vienen advirtiendo de los riesgos para todos, así como de las medidas necesarias para afrontarlos. Y desde el gobierno nos invitaron también a las instituciones educativas a acompañar esta situación. Por ahora, en estas dos semanas, hemos estado en trabajo institucional para prepararnos para la posible continuidad de la contingencia, a partir del 20 de abril, cuando, según las indicaciones del Ministerio, volveremos los profesores, luego de las vacaciones que empezamos este viernes 27 de marzo y que van a incluir la Semana Santa. Entonces se tomará la decisión de si los estudiantes regresan a clases o si continuamos con estrategias virtuales, que son las que hemos venido organizando.

Y mientras todo esto se resuelve, queremos hacerles algunas recomendaciones para este tiempo que nos queda sin vernos, una mezcla de vacaciones y confinamiento por la pandemia del Coronavirus.

En lo legal: el 14 de marzo el MEN emitió una circular con *Orientaciones con relación a la declaratoria de emergencia sanitaria provocada por el Coronavirus (Covid-19)*, donde hace recomendaciones para mitigar la propagación del Covid, Estrategias de apoyo al aprendizaje y Actividades de planeación para la continuidad del servicio educativo.

El 16 de marzo la Ministra de Educación Nacional expidió la Circular 20, con *Medidas adicionales y complementarias para el manejo, control y prevención del Coronavirus (Covid-19)*, donde hace ajustes al calendario académico de la educación preescolar, básica y media, y reitera las recomendaciones para mitigar la propagación del Covid-19.

El 17 de marzo el MEN emite la Circular 21 donde brinda *Orientaciones para el desarrollo de procesos de planeación pedagógica y trabajo académico en casa como medida para la prevención de la propagación del Coronavirus (Covid-19), así como para el manejo del personal docente y administrativo del sector educación*. Allí menciona acciones preventivas y da orientaciones precisas sobre el manejo de la planta docente, directivos y administrativos de las entidades territoriales certificadas en educación, incluyendo el trabajo en casa del sector educativo y la puesta en funcionamiento de la plataforma "Aprender Digital: contenidos para todos".

Ese mismo día la Presidencia de la República promulga el *decreto 417, por el cual se declara el estado de emergencia económica, social y ecológica en todo el territorio nacional*, y la Secretaría de Educación Municipal expide la *Resolución 195250 sobre el cambio del calendario escolar*, donde se modifican las fechas de las semanas de desarrollo institucional, el receso estudiantil y las vacaciones de los docentes.

En lo educativo: Por indicación del Ministerio de Educación Nacional y de nuestra Secretaría de Educación Municipal, los docentes vienen trabajando estas dos semanas en la elaboración y adecuación de materiales y metodologías virtuales para que, en caso de extenderse el confinamiento en casa más allá del 20 de abril, se pueda dar continuidad al proceso educativo de manera virtual. Por tal razón todos deben estar muy atentos a la información que se publique en la página de la institución, en los días previos a esa fecha.

En este sentido el Ministerio ha elaborado la guía: "*Aislamiento preventivo: juntos en casa lo lograremos muy bien*", en la cual nos dan recomendaciones sobre la actitud de diálogo que debemos mantener todos en casa frente a esta situación y a las inquietudes de los niños, niñas y adolescentes. Además, nos reiteran las prácticas de cuidado para evitar y minimizar el contagio del Covid-19, el cuidado de los ambientes para que sean seguros y protegidos para todos, con especial énfasis en el manejo de conflictos, el manejo del tiempo en casa y el aprendizaje en el hogar.

Así mismo han circulado por las redes sociales varios cuentos para niños donde se explica qué es el Coronavirus y porqué debemos quedarnos en casa, para que todos podamos entender de qué se trata lo que estamos viviendo.

También hay un sinnúmero de materiales didácticos de todas las áreas del conocimiento (libros, guías, cartillas, cuentos, folletos, tutoriales, recetarios, etc.), con los que todos podemos aprender más y ayudar a los niños, niñas y adolescentes a fortalecer sus competencias escolares por medio de la lectura, la visualización de videos, los juegos, los ejercicios en casa, entre otros.

En cuanto a salud: El Ministerio de Salud publicó una guía con *orientaciones de medidas preventivas y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por Covid-19*, dirigidas a la población general, la cual brinda recomendaciones sobre el agua para el consumo humano, el uso del agua lluvia, la limpieza y desinfección de la vivienda, del baño, de la cocina, el manejo de residuos sólidos, el manejo de animales de compañía, medidas de prevención al salir de la vivienda y al regresar a ella, medidas para usuarios de vehículos (particulares, motocicletas y bicicletas) y para las propiedades horizontales (edificios).

También contamos con la guía del Unicef: "*Coronavirus (Covid-19): Lo que madres, padres y educadores deben saber: cómo proteger a hijas, hijos y alumnos*", donde nos explican cómo se contagia, cuáles son los síntomas, cómo evitar el riesgo de infección, uso de la mascarilla, afectación del virus a niños, niñas y adolescentes, qué hacer si alguien de la familia presenta síntomas, cómo lavarse las manos, precauciones en caso de viaje, riesgos para mujeres en embarazo, cómo explicar la epidemia a los más pequeños, proteger las emociones, proteger la salud y prevenir la violencia.

También han circulado mensajes de las diferentes dependencias municipales de salud y EPS dando recomendaciones para el cuidado ante la pandemia e informando de los canales virtuales (teléfonos, WhatsApp y páginas web) donde ofrecen sus servicios, evitando el desplazamiento hasta sus sedes.

En lo psicológico: desde orientación escolar reiteramos las *recomendaciones en el confinamiento diario*: mantener horarios de higiene, así como de ocio y tiempo libre, practicar el autocuidado, qué hacer en casos de trastornos de ansiedad, recomendaciones para pasar el tiempo en casa, material para personas altamente vulnerables al virus, material para personas que cuidan de personas enfermas, material para padres y niños (rabietas, miedos, rutinas, pasar tiempo en casa), materiales para padres y niños/as con discapacidad (webs con recursos), material para personas mayores, material para teletrabajadores, material de mindfulness para el manejo de la ansiedad, material para la gestión de los pensamientos y de la ansiedad, y material práctico en tiempo de crisis. Más *Consejos psicológicos para largos períodos en casa*: evitar la sobre información, afrontamiento positivo, utilizar la tecnología para mantenernos unidos a nuestros seres queridos, mantenernos activos, planear una rutina diaria, ayudarnos mutuamente y tener cuidado especial con los niños. Sobre el *Afrontamiento psicológico del diagnóstico de Covid-19*, nos recomiendan control de pensamientos irracionales, gestión de emociones negativas, insomnio episódico, búsqueda de apoyo social (asertividad, redes sociales), exteriorización de la experiencia, uso positivo de tus experiencias pasadas, uso de la información, mantente ocupado, gestión de expectativas sobre la enfermedad y la recuperación, optimismo y resiliencia, seguimiento de las prescripciones médicas y búsqueda de asesoramiento profesional. Para el *Ocio en casa*, hay múltiples opciones de actividades que todos podemos hacer en nuestro hogar: ejercicio físico, yoga, tv y cine, video juegos, música de todo tipo, juegos de mesa, contactar con amigos, lectura, cocina, manualidades, museos virtuales, entre otros. Los psicólogos que trabajamos como docentes orientadores podemos realizar unos *primeros auxilios psicológicos* que incluyen escucha activa, reentrenamiento de la ventilación, categorización de necesidades, derivación a redes de apoyo y psicoeducación.

En lo social: ante la situación de crisis de salud y económica, se pueden presentar fenómenos sociales que nos afectan, tales como desabastecimiento, pérdidas económicas, despidos o suspensión de contratos, pánico colectivo, compras compulsivas, saqueos, comportamientos opositoristas, violencia e incluso la aparición de perturbaciones mentales en algunas personas (agresividad, miedo, ansiedad, irritabilidad, alteraciones del sueño, aislamiento, consumo de sustancias).

Es por esto que como ciudadanos hacemos un llamado a la solidaridad, así como lo hemos planteado aquí desde la función educativa, y en el cuidado de la salud física y mental de todos; debemos también considerar el bienestar

colectivo, y es por ello que finalizamos este escrito exhortando a toda la comunidad educativa a mantener la calma, ayudarnos entre todos en este difícil momento, ser tolerante no solo con nuestra propia familia sino con las de nuestros vecinos, tratar de ayudarnos en lo que podamos, bien sea de manera material (víveres, medicamentos, ayuda a familias con ancianos, enfermos o discapacitados) o al menos con compartiendo un buen ánimo con todos los que nos rodean, apoyando la labor de las autoridades; recordemos el adecuado uso de los recursos, no solo los nuestros sino los comunitarios, así como los de salud, para que entre todos podamos salir adelante en este difícil pero pasajero momento.

NOTA: todos los documentos mencionados los encuentras en las páginas de las entidades responsables o nos puedes escribir al correo del colegio y con gusto te haremos llegar el que necesites.

Diego A. Castaño M. Docente Orientador. Itagüí, marzo 25 de 2020