



## **Pansamantalang Gabay: Mga Family Resource Center (FRC)**

**Hulyo 31, 2020**

Ang gabay na ito ay binuo ng Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) para sa lokal na paggamit. Ipo-post ito sa <http://www.sfdcp.org/covidschoolschildcare>. Ang gabay na ito ay maaaring magbago kapag nagkaroon ng bagong kaalaman at kapag nagbago ang paglaganap ng sakit sa lokal na komunidad.

**AUDIENCE:** Mga tagapangasiwa at kawani ng Mga Family Resource Center sa San Francisco.

**LAYUNIN:** Para tulungan ang Mga Family Resource Center na iwasan ang pagkalat ng COVID-19 at ligtas na mapatakbo ang mga programa ng mga ito.

**BACKGROUND:** Ayon sa Mga Kautusan sa Kalusugan ng San Francisco, pinapayagan na ang Mga Family Resource Center na manatiling bukas para magbigay ng limitadong mahalagang personal na serbisyo, tulad ng pagpapayo at pamamahala ng kaso. Iniaalok sa pamamagitan ng mga malayuan at virtual na paraan ang lahat ng iba pang panggrupong serbisyo tulad ng pangangalaga ng bata, edukasyon ng magulang, pagtuturo, at iba pang mahalagang aktibidad na nagpapatatag at nagpapahusay sa kalagayan ng bata. Ang Mga Family Resource Center ay dapat gumamit ng mga estratehiya para mapababa ang panganib ng COVID-19 para sa mga kawani at bata, habang tinutugunan ang mga developmental at socio-emotional na pangangailangan ng mga bata.

Ang mga pangunahing mensahe sa gabay na ito ay batay sa pinakamahusay na pag-aaral na mayroon na sa panahong ito at sa kasalukuyang dami ng nahawa ng COVID-19 sa San Francisco. Tingnan ang Kautusan sa Kalusugan ng San Francisco at iba pang nauugnay na direktiba para sa mga karagdagang partikular na ipinag-aatas.

### Mga Pangunahing Mensahe para sa Mga Family Resource Center

- **Tugunan ang pagkakahawa sa pagitan ng mga adult, at ang mga adult bilang mga pinagmumulan ng impeksyon.** Ang karamihan ng kaso ng COVID-19 sa mga setting na may bata at teenager ay nangyari sa mga kawani, at hindi sa mga bata.

Bagama't ang mga bata ay posibleng mahawa ng COVID-19 at puwede nila itong maihawa sa mga nasa hustong gulang, ito ay mas hindi karaniwan kumpara sa pagkalat ng impeksyon sa pagitan ng mga nasa hustong gulang. Ipinapakita ng mga patunay sa ngayon na ang mga batang 0-9 na taong gulang ay mas hindi malamang na mahawa at makahawa ng iba. Talagang naiiba ito sa trangkaso at iba pang karaniwang virus sa respiratory system, kung saan malaki ang papel ng mga bata sa pagkalat ng sakit.

- **Mas mahalagang maiwasan ang hawahan sa pagitan ng mga tao na nangyayari sa pamamagitan ng mga respiratory droplet kaysa sa madalas na paglilinis at pag-disinfect.** Pangunahing kumakalat ang COVID-19 sa pagitan ng mga tao sa pamamagitan ng mga respiratory droplet.



- **Hindi naihawakan ang coronavirus sa pamamagitan lang ng paghawak sa balat. Dapat itong makapasok sa ilong, bibig, o mga mata ng tao ang virus para makapagdulot ng impeksyon.** Para mahawakan ng COVID-19 mula sa paghawak ng kontaminadong surface, dapat munang mahawakan ng isang tao ang surface, at pagkatapos ay humawak sa kanyang mga mata, ilong, o bibig. Napipigilan ang hawakan sa pamamagitan ng madalas na paghuhugas ng kamay.
- **Mas madaling puksain ang coronavirus kaysa sa norovirus.**  
Epektibo ang karamihan sa mga produktong panlinis ng bahay. Sa pangkalahatan, hindi kailangan ng mga propesyonal na serbisyo ng pag-deep clean.
- **Ang paggamit ng personal na pamprotektang kagamitan (Personal Protective Equipment, PPE) ay hindi nangangahulugang hindi na kailangan ang physical distancing, mga portable na barrier/partisyon, at mga universal na pantakip sa mukha.** Mali na ipinagpapalagay ng mga tao na secure na sila kapag gumagamit sila ng PPE. Sa pangkalahatan, mas mahalaga ang physical distancing, mga barrier, at mga pantakip sa mukha sa pagpigil sa pagkalat ng COVID-19 sa mga setting ng pangangalaga ng bata.
- **Ang panganib ng pagkakalantad ay nakasalalay sa pagpapatuloy nito.** Bilang pamantayan, dapat tumagal ang isang tao nang kahit 15 minuto man lang nang may distansyang hindi hihigit sa 6 na talampakan mula sa isang taong may COVID-19 para magkaroon ng panganib na mahawa. Ang mas maiikling interaksyon sa mas malalayong distansya ay may mas mababang panganib. Mas mainam ang mas maliliit na pangkat kumpara sa mas malalaking pangkat, at mas mainam ang mga outdoor na setting kumpara sa mga indoor na setting. Mas mainam kung maraming tao ang gumagamit ng mga takip sa mukha kumpara sa mas kaunting taong gumagamit ng mga takip sa mukha. Ang mga aktibidad kung saan mas kaunti ang nagagawang respiratory droplet ay nasa mas mababang panganib kumpara sa mga nakakagawa ng maraming droplet (katahimikan < tahimik na pagsasalita < malakas na pagsasalit < pagkanta).
- **Kapag may kasamang mga bata sa trabaho, dapat mabalanse ang pag-iwas sa COVID-19 sa mga developmental at socio-emotional na pangangailangan ng mga bata.** Ganap na tukoy ang mga benepisyo ng edukasyon sa maagang pagkabata, at nasa mababang panganib ang mga bata para sa malubhang COVID-19 at bihira pero seryosong kumplikasyon tulad ng MIS-C.
- **Ang mga kawani na nasa hustong gulang ay nasa mas mataas na panganib sa malubhang COVID-19 kumpara sa mga bata.** Sa mga rekomendasyon para sa pagdidistansya at mga face mask, dapat isapriyoridad ang kaligtasan ng mga kawani at pinakamaigting na proteksyon ng mga kawani.
  - Isaalang-alang ang paggamit ng portable na plexiglass na barrier o ibang barrier, o gumamit ng clear na bintana para sa mga tauhan kapag nagsasagawa ng screening para sa mga sintomas ng COVID-19 (mga taong pumapasok sa paaralan, mag-aaral na hindi maganda ang pakiramdam).
  - Pag-isipan ang paggamit ng mga face shield, na gagamitin kasabay ng mga takip sa mukha, para sa mga kawani. Nagbibigay ng karagdagang proteksyon sa mata ang mga face shield para sa nagsusuot nito.
  - Tingnan ang gabay para sa mga programa sa pangangalaga sa bata, para sa mga rekomendasyon tungkol sa bentilasyon.



## Mga Resource

### Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (SFDPH)

- **Mga Paaralan at Hub ng Pangangalaga sa Bata ng SFDPH** para sa mga konsultasyon at gabay tungkol sa COVID-19 (415) 554-2830. Pindutin ang 1 para sa COVID-19, pagkatapos ay pindutin ang 6 para sa Mga Paaralan  
Schools-childcaresites@sfdph.org
- Gabay tungkol sa COVID-19 para sa publiko, kabilang ang mga paaralan at employer  
[www.sfcdcp.org/covid19](http://www.sfcdcp.org/covid19)

Handout Para sa Magulang at Tagapangalaga: Mga Pagsusuri ng Kalusugan para sa COVID-19/Kung May Mga Sintomas ang Iyong Anak. May mga tagubilin para sa mga magulang tungkol sa mga screening para sa kalusugan at mga alituntunin sa pagbalik sa paaralan kung may mga sintomas ng COVID-19 ang kanilang anak, sa  
[www.sfcdcp.org/covidschoolschildcare](http://www.sfcdcp.org/covidschoolschildcare)

Outreach Toolkit Para sa Coronavirus (Outreach Toolkit for Coronavirus). May mga poster at flyer tungkol sa physical distancing, hygiene ng kamay, mga face mask, mga screening para sa kalusugan, pagpapasuri, at iba pang paksa tungkol sa COVID-19 sa  
[www.sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19](http://www.sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19)

- “Ano ang Dapat Gawin Kung May Nagpositibo para sa COVID-19 sa Trabaho” sa  
<http://www.sfcdcp.org/businesses> sa ilalim ng Mga Negosyo at Employer.
- “Pag-alis sa Pag-isolate o Pagbabalik sa Trabaho para sa Mga May Kumpirmado o Pinaghihinalaang COVID-19”  
[www.sfcdcp.org/rtw](http://www.sfcdcp.org/rtw).