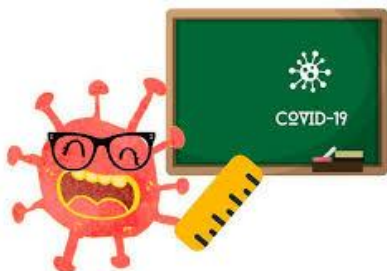




¿Cómo explicar la emergencia sanitaria de coronavirus (covid-19) a nuestros niños y niñas?



Nos encontramos en un proceso de adaptación a nuevas rutinas a causa del covid-19. A raíz de ello, los más pequeños pueden realizar preguntas que no sepamos cómo abordar. “Debemos tener en cuenta que toda situación nueva despierta miedo o angustia, sobre todo en la infancia”.

❖ Por ello es importante:

- ✓ Como adultos es fundamental estar bien informados (basándonos en fuentes confiables como UNICEF, OMS o secretaria de la salud).
- ✓ Quien entregue la explicación debe ser alguien que tenga un vínculo cercano con el niño o niña. Es decir, que le inspire confianza.
- ✓ Es esencial mostrarse tranquilo. No debemos ser alarmantes o entrar en pánico, ya que transmitiremos nuestros miedos y angustia a los niños.

- ✓ Explícales la situación utilizando palabras acordes a su edad y etapa del desarrollo. Ocupando un lenguaje sencillo de comprender, es decir, con palabras claras y de forma concreta. En lo posible, evita mencionar tasas de mortalidad o cosas por el estilo.
- ✓ Céntrate en las medidas de prevención, tales como el lavado de manos o el aislamiento social, idealmente convirtiéndolo en una actividad divertida o juego.



- ✓ Es importante dar espacio para que los niños resuelvan sus dudas y expresen sus emociones a raíz de lo que sucede. Junto con ello, validar la emoción (aceptarla y respetarla), sea cual sea.
- ✓ Enfatiza en que las nuevas formas de saludo tienen como objetivo “no enfermarnos”. Ya que lo pueden asimilar o interpretar como conductas de rechazo.
- ✓ Puedes explicar la situación a través de dibujos, títeres, juegos, cuentos, etc.
- ✓ Es importante tener control sobre lo que observan y escuchan los más pequeños en la televisión y/o redes sociales e internet. Ya que además de ser demasiada



Colegio Ángel de Peredo
Proyecto de Integración Escolar
Psicóloga PIE

información, podría ser falsa, muy alarmante o quizás se utilice un lenguaje demasiado elaborado.

- ✓ Con los niños más grandes u adolescentes, es importante mantener también la comunicación y abrir espacios para resolver dudas y que puedan expresarse.



❖ Según las edades, puedes centrarte en lo siguiente:

✓ **De 4 a 7 años:**



- Háblales de la enfermedad de manera general, con una historia, cuentos, dibujos o canciones (es decir, en forma lúdica).
- Prioriza el tema de la prevención y cómo cuidarnos, por ejemplo, con el lavado de manos.
- No des tanta información del contexto de la gravedad, podemos activar alarmas que cognitivamente todavía no van a poder procesar y comprender.

✓ **De 8 a 13 años**

- Es importante saber qué conoce del tema, qué es lo que le comentaron sus amigos y/o conocidos.
- Pregunta sobre lo que se puede haber conversado en la escuela y agrega información.
- Que no vean el encierro como un castigo, sino como algo necesario para protegernos y cuidar del contagio a otras personas como sus abuelos.



✓ **De 14 a 17 años**

- Habla con ellos sobre cómo colaborar en casa, hacer diferentes actividades y mantener rutinas para ayudarnos entre todos, estar bien y cuidarnos.
- Pregúntales qué saben del virus, qué han leído y cómo se sienten con esto, puede ser que hayan leído cosas que no sean adecuadas.
- Puedes hablarles de cifras, números y gravedad, pero no para generar miedo, sino para crear conciencia y que sean más responsables de sus conductas de autocuidado.





RECUERDA:



“Los adultos tenemos la responsabilidad de transmitir calma y tranquilidad a nuestros niños y niñas”. Recordemos que ellos aprenden por modelado (imitan nuestras conductas). “Mantén el positivismo y la confianza en que pronto mejorará todo”.



“Si te es posible, apóyate de la tecnología, ya que es muy importante que no se pierda el contacto social. Puedes hacer que los niños se comuniquen a través de llamadas o videos, con sus amigos y seres queridos”.

Al comienzo mencionamos que existen diferentes formas de explicarles lo que sucede a los mas pequeños. Una de las estrategias que más resultan con los niños de 3 a 7 años son los cuentos. Estos les ayudan a relajarse, promueven la imaginación, la creatividad y facilitan la comprensión.

❖ A continuación, te presentamos un cuento que puedes utilizar:

HOLA!
soy un **VIRUS**,
primo de la gripa y el
resfriado...

1

Y me llamo Coronavirus

©MINDHEART KIDS
WWW.MINDHEART.CO

Me encanta viajar...

2

y saltar en las
manos de las
personas para
saludar

HIGH FIVE

**¿Has escuchado hablar
sobre mí?**

3

Sí No

**¿Y cómo te sientes cuando
me escuchas nombrar?**

 Tranquilo	 Confundido	 Preocupado
 Curioso	 Nervioso	 Triste

**Puedo entender que te
sientas...**

4

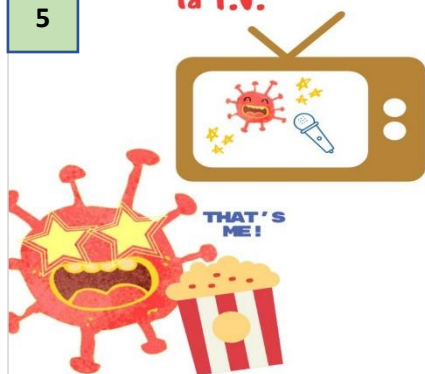
Dibújalo aquí

...Yo me sentiría igual



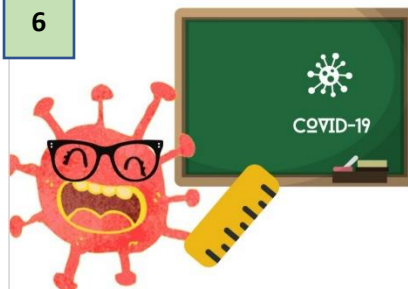
A veces los adultos se preocupan cuando leen las noticias o me ven en la T.V.

5



Pero yo te voy a explicar...

6



Para que puedas entender

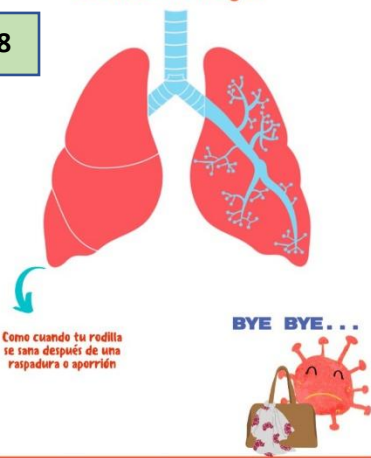
Cuando llego de visita traigo...

7



Pero pronto me voy y las personas, casi todas, se sienten mejor

8



Puedes estar tranquilo!

Los adultos que te cuidan:

te mantendrán seguro

9



Y tú puedes ayudar...

1



lavándote las manos con agua y con jabón lo que dura una canción

10

Canta tu canción favorita mientras te las lavas

2



Usando antibacterial y dejándolo secar

Sopla tus manos como una velita de cumpleaños para que se sequen más rápido

Y así no vendré a visitar...

11



mientras los doctores trabajan para encontrar la vacuna que me permita saludar sin hacerme enfermar...



FIN



Colegio Ángel de Peredo
Proyecto de Integración Escolar
Psicóloga PIE

-El cuento anterior lo encuentras en el link:

<https://www.youtube.com/watch?v=Nbi4eoC7gA>

-Cuento para niños de 4 a 7 años:

<https://www.youtube.com/watch?v=xLSI53FWRU4>

-Otros videos explicativos para niños mayores de 7 años:

<https://www.youtube.com/watch?v=-43WKTzWL64>

https://www.youtube.com/watch?v=Z9w6B_PpYjo

<https://www.youtube.com/watch?v=prHuCIGHtmY>

-Juego para incentivar al lavado de manos:

<https://www.youtube.com/watch?v=Xnlo0uRgKSQ>

“Esperamos que la información entregada sea de gran utilidad”. Te enviamos un abrazo virtual y ¡no olvides quedarte en casa!

“Equipo de Integración Escolar, colegio Ángel de Peredo”.

#quedateencasa

