

GUÍA DE APOYO PARA COVID-19

NUESTRO OBJETIVO:

Aportar a todo aquel que se quiera informar acerca de aspectos técnicos y prácticos respecto del cuidado de niños, niñas y adolescentes en la contingencia del COVID-2019



EN ESTAS PÁGINAS ENCONTRARÁS:



¿Cómo hablar del tema con niños, niñas y adolescentes (NNA)?



Inclusión en tiempos de cuarentena



Aspectos prácticos para la vida en la casa en tiempos de cuarentena.



Salud Mental



Elementos a tener en cuenta durante una cuarentena



¿Cómo hablar del tema con adolescentes?

Siempre se puede preguntar por lo que ya saben del virus. Seguramente ya han sido expuestos al tema.

#1

Escúchelos: seguramente saben algo del tema.

#2

Preguntar por lo que creen que pasará.

#3

Desde lo que ellos saben, construir una idea común.

#4

Anímelos a hacer preguntas; si no sabe las respuestas, pueden buscarlas juntos.



ESTRÉS

EN NIÑOS, NIÑAS
Y
ADOLESCENTES

Dolores de cabeza
y/o estómago
(TODAS LAS
EIDADES)

Irritabilidad,
ansiedad y/o
miedo (TODAS
LAS EIDADES)

Volver a orinarse
en las noches (1
a 7 años)

Dificultades para
dormir (TODAS
LAS EIDADES)

Dificultad para
separarse de los
cuidadores (1 a 7
años)

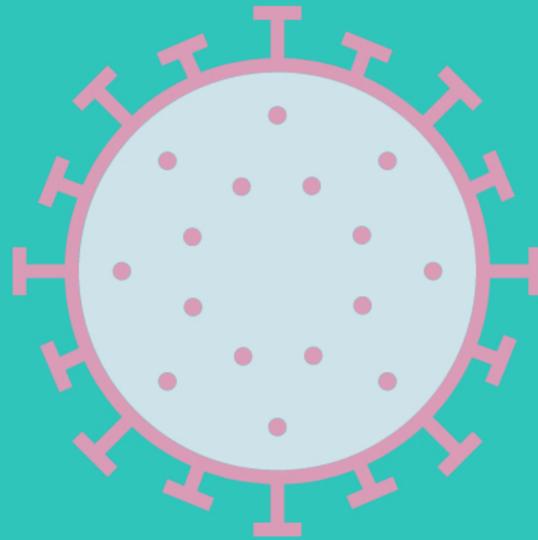
INCLUSIÓN EN TIEMPOS DE CUARENTENA



No son "enfermos", ni "víctimas". Son personas con COVID-19



Una persona contagiada de COVID-19 necesita apoyo.



Al recuperarse, las personas con COVID-19 volverán a su vida habitual.

ELEMENTOS A TENER EN CUENTA

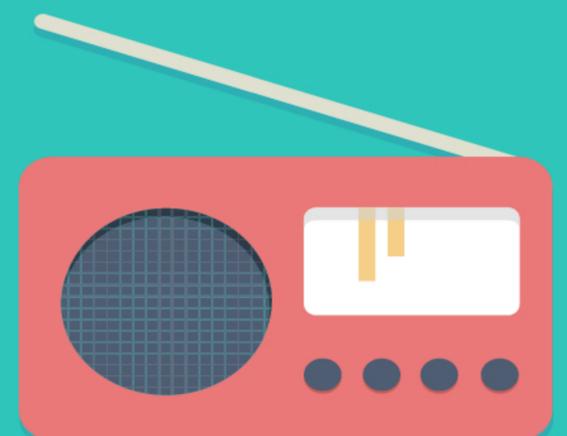
Datos

- Intenta no separar a niños/niñas de sus cuidadores, padres o madres.
- Si tienes que hacerlo por su seguridad, garantiza un contacto frecuente, aprovechando todos los medios digitales actuales.

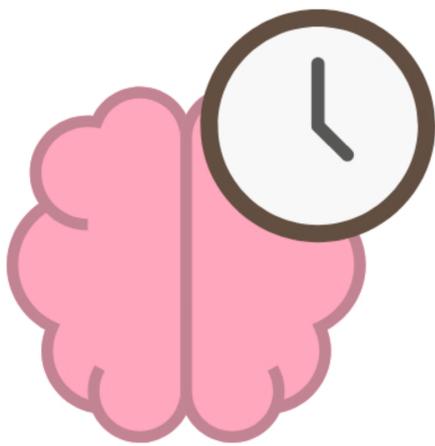
Datos

¡EL EJEMPLO VALE MÁS QUE LAS PALABRAS!

- Si quiere que los niños se laven las manos, que vean como lo hace usted
- Si quiere que mantengan la calma, manténgala usted



SALUD MENTAL



TRES DATOS PARA LA SALUD MENTAL

- ▶ Es normal sentir angustia y miedo; aceptar la propia y la de los demás es importante.
- ▶ Evita la sobreinformación.
- ▶ No hables con eufemismos ni tampoco exageres. Si no sabes, siempre puedes preguntar.



Otras Indicaciones

Algunas ideas para realizar con niños y niñas en el hogar

- Un horario familiar
- Hay distintos juegos que no requieren muchos materiales, como el Bachillerato, o juegos de cartas.
- Es importante confirmar con el establecimiento educativo respecto del proceso de clases que están viviendo. Se están enviando contenidos para ser estudiados en la casa.



JUNAEB
PROGRAMA

Habilidades
para la Vida

Programa HPV I y II, CDS Providencia

programahpv@cdsprovidencia.cl
programahpv2@cdsprovidencia.cl

Valenzuela Castillo, 1793,
Providencia



soyprovidencia