

# REAPERTURA DE RI

## Cómo preparar a los niños para un regreso seguro a la escuela

Los padres y demás adultos pueden hacer algunas cosas simples y divertidas para que los niños se mantengan sanos y a salvo de la COVID-19. Recuerde la regla de las **tres “M”**:

**USAR  
MASCARILLA**

**LAVARSE  
LAS MANOS**

**MANTENER  
LA DISTANCIA**

### USAR MASCARILLA

- **Explíqueles a los niños por qué necesitan usar mascarillas.** Ayúdelos a entender que las mascarillas previenen la transmisión de la COVID-19 a través de las gotitas que salen de la nariz y la boca. ¡Las mascarillas los convierten en superhéroes que protegen a las demás personas!
- **Juntos, observen cómo otras personas usan mascarillas.** Incluso antes de la COVID-19, usar una máscara era algo fenomenal! Los superhéroes, los médicos, los dentistas y los bomberos suelen usar máscaras para hacer su trabajo.
- **Elija mascarillas del tamaño adecuado.** Las mascarillas deben tener al menos dos capas y ajustarse de manera cómoda a la nariz, la boca y el mentón del niño sin dejar espacios. No se les debe colocar a los niños pañuelos holgados, protectores faciales, mascarillas con válvulas ni cuellos de tela de una sola capa.
- **Practiquen usar mascarillas en el hogar.** Los niños reaccionan de distintas maneras a las mascarillas. A algunos les gustan y a otros, no. ¡Eso es normal! Para ayudar a los niños a que se acostumbren a las mascarillas, practiquen juntos usar mascarillas en el hogar.
- **Envíe a los niños a la escuela con una mascarilla de repuesto.** Todos olvidamos cosas a veces, incluidos los niños. Tener una mascarilla de repuesto en la mochila, el escritorio o el casillero siempre resulta útil si el niño pierde su mascarilla.



**NO deben usar mascarilla los niños menores de dos años, los niños con problemas respiratorios o aquellos que no puedan quitarse la mascarilla sin ayuda.**

[reopeningri.com](https://reopeningri.com) | [health.ri.gov/covid](https://health.ri.gov/covid)

Una publicación oficial del estado de Rhode Island



**RHODE  
ISLAND**

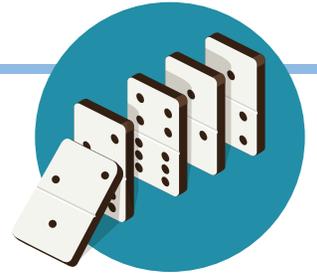
## LAVARSE LAS MANOS

- **Recuérdelos a los niños los momentos en los que deben lavarse las manos.** Los niños se deben lavar las manos después de tocar cosas que otras personas hayan tocado. También se deben lavar las manos **antes** de tocarse en rostro y de comer, y **después** de ir al baño, sonarse la nariz, toser o jugar fuera.
- **Enséñeles a los niños los cinco pasos del lavado de manos.** Mojarse las manos, colocarse jabón, frotarse las manos, enjuagarlas y secarlas: son cinco pasos, como los cinco dedos de cada mano. Ayude a los niños a lavarse bien las manos recordándoles cada uno de estos cinco pasos.
- **¡Elija una canción para lavarse las manos!** Es importante que los niños aprendan que el lavado de manos debe durar 20 segundos. Ayúdelos a escoger una canción para que sepan cuánto tiempo son 20 segundos. Una buena opción es cantar Cumpleaños feliz dos veces.
- **Envíe a los niños a la escuela con un desinfectante para manos.** El desinfectante para manos es como un lavabo que los niños pueden llevar consigo y usar en cualquier momento.



## MANTENER LA DISTANCIA

- **Explíqueles el distanciamiento social a los niños usando piezas de dominó.** Puede usar piezas de dominó para ayudar a los niños a comprender por qué es importante mantener la distancia en tiempos de COVID-19. Si estamos demasiado cerca, todos nos podemos enfermar. Si mantenemos la distancia suficiente, hay menos posibilidades de que nos contagiemos gérmenes de los demás.
- **Enséñeles a los niños cuánto es seis pies.** Para la mayoría de los niños, los seis pies equivalen a dos saltos. Practique saltar con los niños para que sepan qué distancia representan los seis pies. O mida una distancia de seis pies en distintos lugares de la casa con un pedazo de hilo o cuerda de color.



## Y presten atención a lo que tocan.

- **Enséñeles a los niños que no deben compartir la comida ni la bebida, ni intercambiar almuerzos.** Esto puede propagar la COVID-19 fácilmente.
- **Desinfecte los elementos que usted y los demás tocan con frecuencia.** Eso incluye los teclados de computadoras, los teléfonos celulares, el control remoto del televisor, los picaportes y los juguetes. Límpielos con frecuencia usando un desinfectante.

**Ayude a los niños a hablar cómodamente de cómo se sienten.** Es importante que usted sepa de inmediato si el niño no se siente bien. Tan pronto como comience a sentirse mal, deje de enviarlo a la escuela. Tenga presente que el niño podría enfermarse más seguido y por más tiempo.



09/10/2020

[reopeningri.com](https://reopeningri.com) | [health.ri.gov/covid](https://health.ri.gov/covid)

An official publication of the State of Rhode Island.



**RHODE  
ISLAND**