

Estimadas familias de CMS:

A medida que el coronavirus continúa generando ansiedad dentro de nuestra comunidad, nos gustaría equipar a los padres y al personal con recursos centrados en los estudiantes para ayudar a explicar qué es el coronavirus. Conocer los hechos puede ayudarlo a aliviar la mente de usted y su hijo.

Es importante recordar que los niños a menudo recurren a los adultos para recibir orientación sobre cómo reaccionar y enfrentarse a los eventos estresantes. La ansiedad de los niños puede aumentar cuando ellos sienten que adultos parecen demasiado preocupados. Es útil asegurar a los niños que los funcionarios de salud y escolares están trabajando duro para garantizar que las personas en todo el país se mantengan saludables.

“Los niños necesitan información objetiva y apropiada para su edad sobre la posible gravedad del riesgo de enfermedad e instrucciones concretas sobre cómo evitar infecciones y la propagación de la enfermedad. Enseñar a los niños medidas preventivas positivas, hablar con ellos sobre sus miedos y darles una sensación de cierto control sobre su riesgo de infección puede ayudar a reducir la ansiedad ". - La Asociación Nacional de Psicólogos Escolares

Los siguientes recursos han sido creados para padres y personal para ayudar a explicar COVID-19 de una manera fácil de entender y práctica:

Hable con sus hijos sobre el COVID-19 (coronavirus): Un recurso para padres

[Talking to Children About COVID-19 \(Coronavirus\): A Parent Resource](https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-climate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19-(coronavirus)-a-parent-resource)
[https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-climate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19-\(coronavirus\)-a-parent-resource](https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-climate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19-(coronavirus)-a-parent-resource)

Solo para niños: un cómic que explora el nuevo coronavirus

[Just for Kids: A Comic Exploring The New Coronavirus](https://www.npr.org/sections/goatsandsoda/2020/02/28/809580453/just-for-kids-a-comic-exploring-the-new-coronavirus)
<https://www.npr.org/sections/goatsandsoda/2020/02/28/809580453/just-for-kids-a-comic-exploring-the-new-coronavirus>

Coronavirus - Experiencias de aprendizaje BrainPOP

[Coronavirus – BrainPOP Learning Experiences](https://www.brainpop.com/health/diseasesinjuriesandconditions/coronavirus/)
<https://www.brainpop.com/health/diseasesinjuriesandconditions/coronavirus/>

Lavado de manos: las manos limpias salvan vidas

[Handwashing: Clean Hands Save Lives](https://www.cdc.gov/handwashing/index.htm)
<https://www.cdc.gov/handwashing/index.htm>

!

Apreciamos su continuo apoyo para ayudarnos a introducir hábitos saludables en el hogar y en la escuela al lavarse las manos, toser en los codos y quedarse en casa cuando está enfermo.