

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](#)

Solo para niños: un cómic que explora el nuevo coronavirus
[Just for Kids: A Comic Exploring The New Coronavirus](#)

Coronavirus - Experiencias de aprendizaje BrainPOP
[Coronavirus – BrainPOP Learning Experiences](#)

Lavado de manos: las manos limpias salvan vidas
[Handwashing: Clean Hands Save Lives](#)

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.