



Coronavirus N° 17

Guía práctica para el colaborador de Gold Fields

El COVID-19 y los niños

En esta guía presentamos una serie de preguntas que muchos padres nos hacemos respecto al COVID-19.

¿Cuál es el riesgo de que mi hijo contraiga COVID-19?

Al ser un nuevo virus, no se dispone de suficiente información acerca del modo en que afecta a los niños o a las mujeres embarazadas. Se sabe que cualquier persona puede infectarse, independientemente de su edad, pero de acuerdo a la evidencia disponible se han registrado pocos casos de COVID-19 en niños y bebés.

Si bien existen casos de niños y bebés con COVID-19, la mayoría de los casos conocidos a la fecha son en adultos. Sin embargo, los papás debemos guardar todas las medidas de precaución y salud para mantener sanos y salvos a nuestros hijos.

Recuerda buscar atención médica temprana en caso de tener fiebre, tos o dificultad para respirar. **Llama a nuestro doctor, Boris Cabalcanti, al 956420142**, para cualquier emergencia relacionada al COVID-19.



¿Cómo puedo proteger a mi hijo del COVID-19?

Siguiendo las mismas recomendaciones que debemos hacer todas las personas para mantenernos sanos:

- No salir de casa.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de sonarse la nariz, toser o estornudar; después de ir al baño; y antes de comer.
- Taparse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo descartable al toser o estornudar. Desechar el pañuelo en la basura.
- Evitar el contacto directo con una persona que tenga un resfriado o síntomas de gripe
- Limpiar y desinfectar las superficies y objetos que se toca con frecuencia (mesas, interruptores de luz, manijas de puertas y manijas de cajones, controles remoto, etc.)



Recuerda mantenerte al día con información de **páginas oficiales**, de las autoridades y las recomendaciones que te ofrecemos en las **Guías Prácticas** que nuestra empresa viene publicando.

¿Cómo debo preparar a mis hijos en caso se produzca un caso de COVID-19 en mi edificio o vecindario?

Un caso cercano de COVID-19 puede ser estresante tanto para los adultos como para los niños. Te recomendamos hablar con tus hijos acerca del tema, intenta mantener la calma y recuérdales que se encuentran a salvo.

Converse con su familia del caso de una forma tranquila y serena, con respeto por el vecino. Vale la pena preguntarse ¿Cómo me gustaría que me traten si diera positivo?

Este es un momento para predicar con el ejemplo valores como la empatía y la solidaridad. Si está en sus manos y posibilidades, consulte la forma de ayudar a su vecino o a su familia.



¿Cómo hablar con los niños acerca de la enfermedad del coronavirus?



Los medios de comunicación, las redes sociales y las personas en general venimos hablando casi todo el día de este tema. Esto podría preocuparles a los niños al pensar que ellos mismos o alguno de sus familiares y amigos contraiga el COVID-19. Por este motivo los padres y otros adultos de confianza en casa pueden cumplir un rol muy importante a la hora de **ayudar a los niños a comprender lo que escuchan de una manera honesta, precisa y que minimice sus temores y ansiedad.**

Algunos consejos para hablarles a los niños acerca del COVID-19 son:

- **Mantenga la calma y transmita tranquilidad**
 - o Recuerde que los niños reaccionarán tanto a lo que diga como a la forma en que lo haga.
 - o Captarán señales de las conversaciones que tenga con ellos y con las demás personas.
- **Muéstrese predispuesto a escuchar y hablar**
 - o Dedique tiempo a conversar. Asegúrese de que los niños sepan que pueden acudir a usted si tienen preguntas.
- **Evite el uso de términos que podrían culpabilizar a otros y fomentar los prejuicios**
 - o Recuerde que los virus pueden enfermar a cualquier persona, independientemente de su raza, edad o religión, profesión, etc. Evite hacer suposiciones sobre quiénes podrían tener COVID-19.
- **Preste atención a lo que ven y escuchan los niños en la televisión, la radio o las redes sociales**
 - o Considere reducir la cantidad de tiempo de pantalla dedicado al COVID-19. Demasiada información sobre un único tema puede provocar ansiedad.
- **Proporcione información que sea veraz y precisa**
 - o Brinde a los niños información que sea verdadera y apropiada para su edad y nivel de desarrollo.
 - o Desarrolle a sus hijos con algunas de las historias acerca del COVID-19 que se difunden en Internet y las redes sociales pueden estar basadas en rumores e información imprecisa.
- **Enseñe a los niños medidas diarias para reducir la propagación de gérmenes**
 - o Recuerde a los niños que deben alejarse de las personas que estén tosiendo o estornudando, o que estén enfermas.
 - o Recuérdales que tosan o estornuden en un pañuelo desechable o en la parte interna del codo, y que luego arrojen el pañuelo a la basura.
 - o Hable sobre las nuevas medidas que podría tomar la escuela para ayudar a proteger a los niños y al personal escolar (por ejemplo, lavarse las manos con más frecuencia, cancelar eventos o actividades).
 - o Haga que los niños conviertan en hábito el lavado de manos. Enséñeles a lavarse las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente luego de sonarse la nariz, toser o estornudar, después de ir al baño, y antes de comer o preparar comidas.

Fuente:

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <https://www.cdc.gov/spanish/>
- UNICEF: <https://www.unicef.org/es/coronavirus/lo-que-los-padres-deben-saber>
- Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/>

Para Gold Fields lo más importante es nuestra gente, por ello todas nuestras acciones buscan generar tranquilidad y bienestar para todos nosotros y el de nuestras familias.



GOLD FIELDS