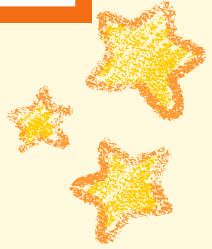


PACO VA AL CENTRO DE CUIDADO INFANTIL

Escrito e ilustrado por
Tasnim Salam, MBE, MPH



Autores Colaboradores

Sarah Leifer, MPH, MA

Victoria Simpson, MPH, MSOH, GSP

Stacey DeFrank, BSN, RN, CSN

Amy Nichols, MS, CHES

Sherif Ibrahim, MD, MPH

Barbara Carothers, LPN

Edward Lifshitz, MD, FACP

**Publicado por el Equipo del Departamento de Salud de Nueva Jersey
para Centros de Cuidado Infantil, Escuelas e Instituciones de
Enseñanza Superior (DHS, por sus siglas en inglés)**





Nota para los padres de familia, tutores legales y personal docente

Los gérmenes están en todas partes. Son tan pequeños que no los podemos ver a simple vista. Los gérmenes pueden vivir en nuestras manos, en las perillas de las puertas, juguetes, utensilios, mesas, mochilas, en los baños y en otros lugares y espacios donde estamos o tocamos. Así que como se imaginarán con todo el tiempo que los niños pequeños pasan jugando y con las actividades que realizan en el centro de cuidado infantil o en la escuela, pueden propagar gérmenes fácil y rápidamente. Por lo tanto, es importante enseñar a los niños pequeños cómo se contagian los gérmenes y lo que podemos hacer para mantenernos sanos y mantener un entorno seguro.



Nota para los padres de familia, tutores legales y personal docente

En este libro divertido e interactivo, se explica cómo evitar la propagación de gérmenes.

Por ejemplo:

- **Lavarnos las manos antes y después de participar en diferentes actividades.**
- **Cubrirnos la boca y la nariz cuando tosemos o estornudamos.**
- **No compartir artículos de uso personal.**
- **Mantener nuestros lugares y espacios limpios.**
- **Quedarnos en casa cuando estemos enfermos.**



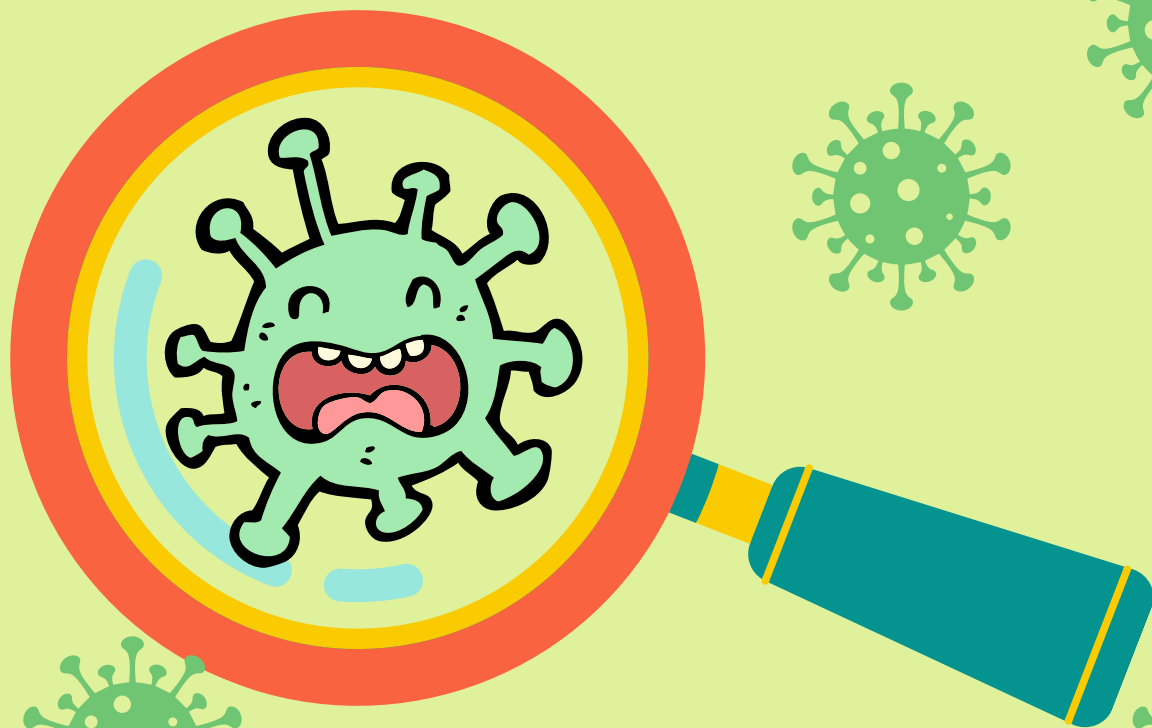
Nota los para padres de familia, tutores legales y personal docente

Para obtener más información, consulte la sección de consejos al final del libro. Estos consejos se pueden utilizar en la casa, en el centro de cuidado infantil o en la escuela.

Para mantener el interés de los niños en todo el libro, escondimos a Germán el Germen en cada página. Buscar a Germán en cada página puede ser una buena forma de enseñar a los niños sobre los gérmenes y cómo pueden vivir sobre muchas superficies. También tenemos una canción que los niños pueden cantar dos veces mientras se lavan las manos.

Ahora, ¡es hora de contar la historia!

¿Pueden encontrar a Germán el Germen en cada página?



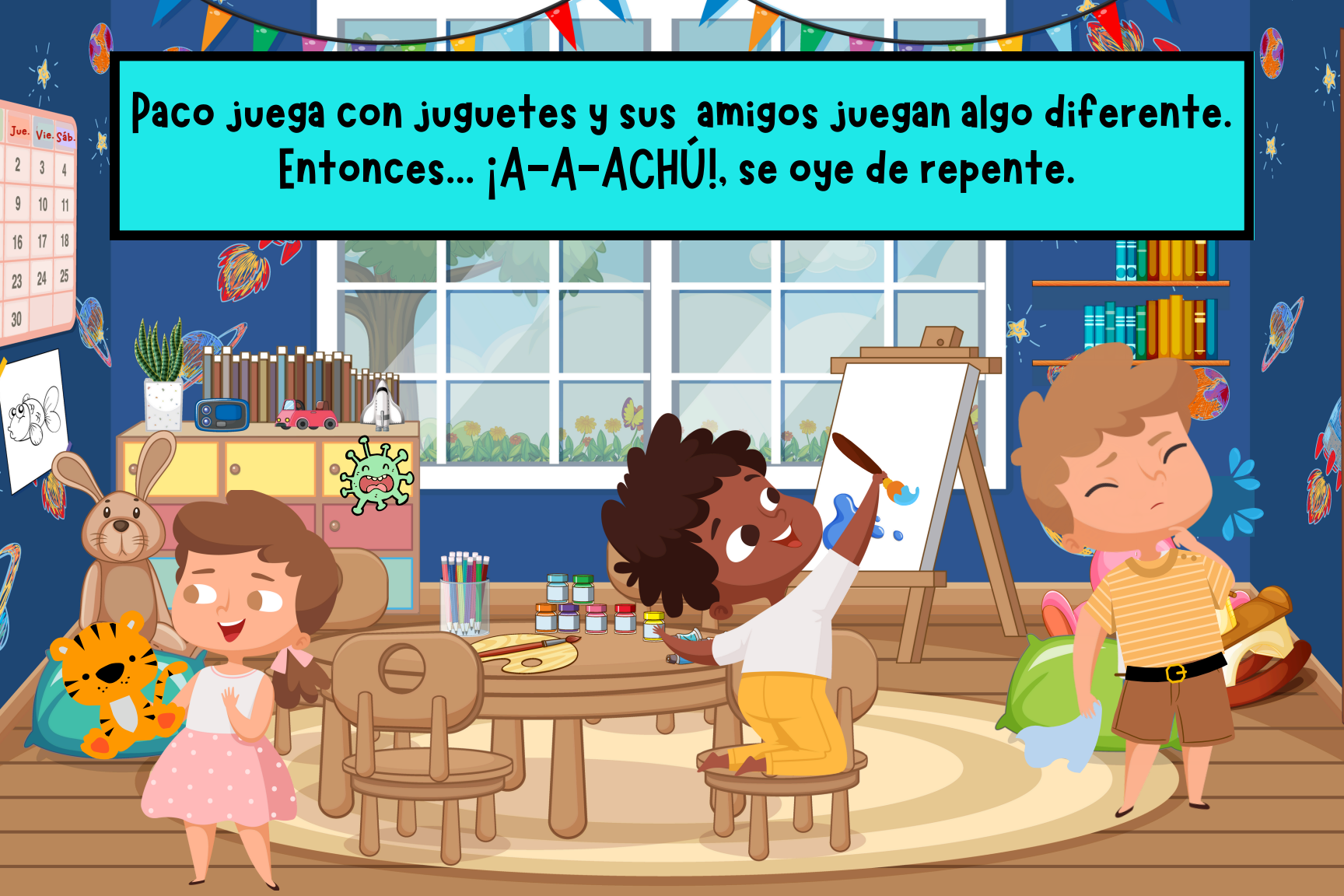


**Paco, ¡es hora de levantarte!
¡Vas a la escuela y tienes que prepararte!**

**A Paco le encanta la escuela.
Él y sus amigos se divierten todo el tiempo.**



**Paco juega con juguetes y sus amigos juegan algo diferente.
Entonces... ¡A-A-ACHÚ!, se oye de repente.**

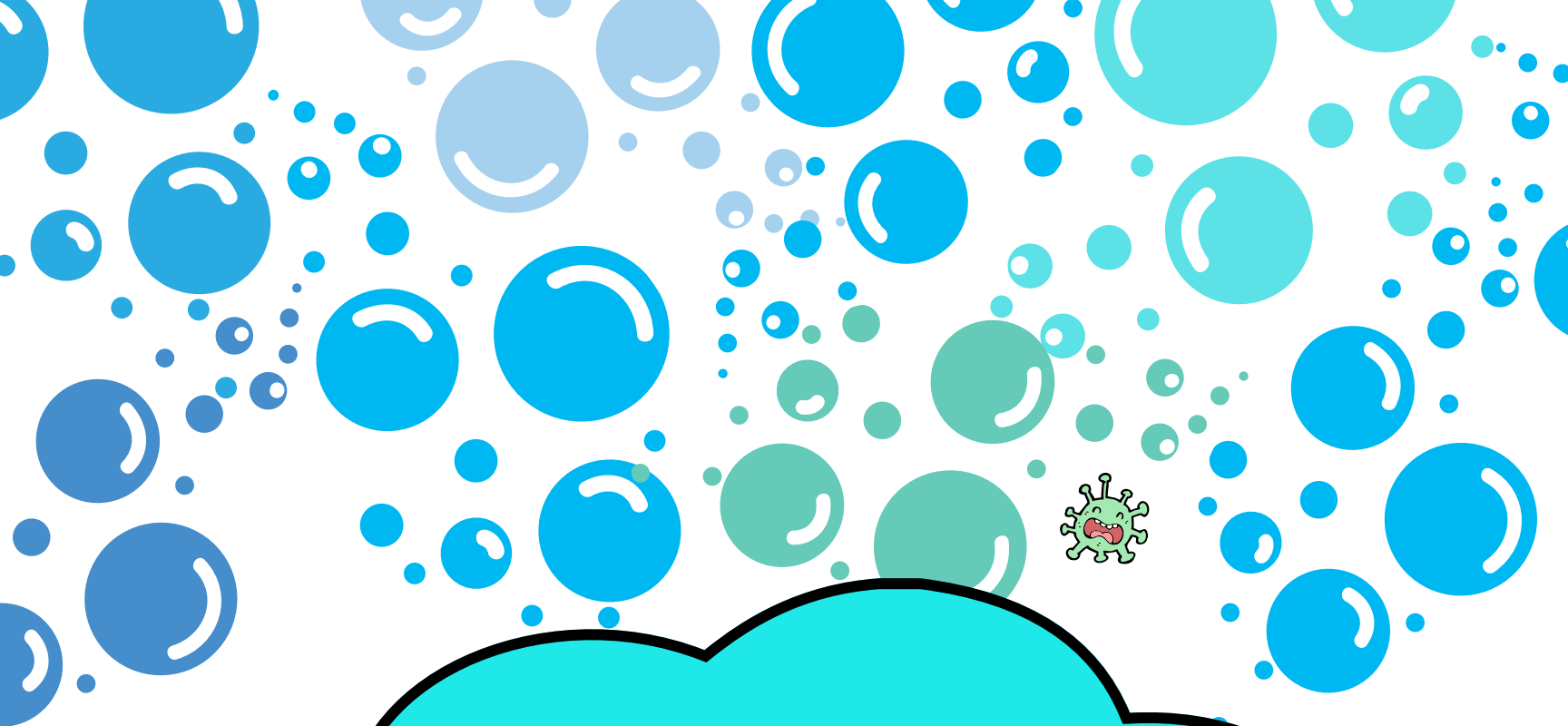




**Antes de estornudar, Paco se cubre la cara con un pañuelo.
No quiere gérmenes por todas partes.**

**Paco se limpia con el pañuelo y lo tira a la basura.
Hay que lavarse las manos. ¡Hurra, hurra!**





**Agua y jabón, burbujas por todos lados.
Lavar y frotar. ¡Que queden limpias las manos!
Arriba, abajo y entre cada dedo.
Enjuagar y secar, tengo las manos limpias.**

**Ya casi es hora de la comida.
Miss Caro limpia las mesas.**



**Hay platos para Paco y sus amigos.
"No compartan su comida," dice Miss Caro a los niños.**

¡Hora de la comida!



**Los gérmenes viven en cualquier lado.
Después de comer, nos lavamos con cuidado.**



**Es hora de la siesta: todos a descansar.
Tomen sus cobijas, ya se tienen que acostar.**



**Los niños se despiertan y van al baño.
Ellos cantan una canción al lavarse cada mano.**





**Agua y jabón, burbujas por todos lados.
Lavar y frotar. ¡Que queden limpias las manos!
Arriba, abajo y entre cada dedo.
Enjuagar y secar, tengo las manos limpias.**

**Miss Caro limpia el baño y las manos pronto se lava.
Es hora de ir afuera para jugar con arena.**



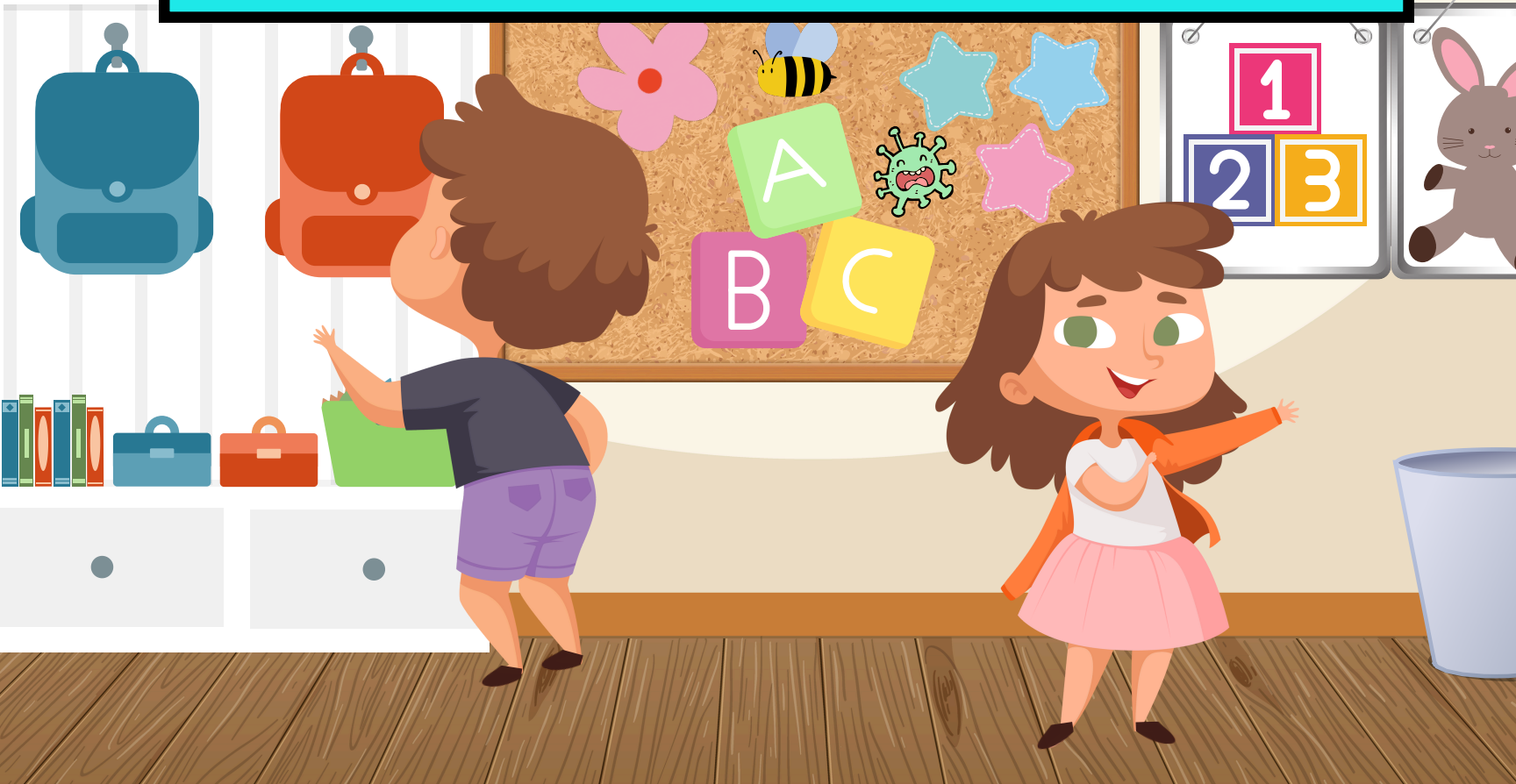
**Los niños construyen un castillo con arena y conchitas.
Pero el pobre de Marce no se siente bien ahorita.**



Miss Caro llama a su mamá y luego espera con Marce, que necesita ir a casa para descansar y relajarse.

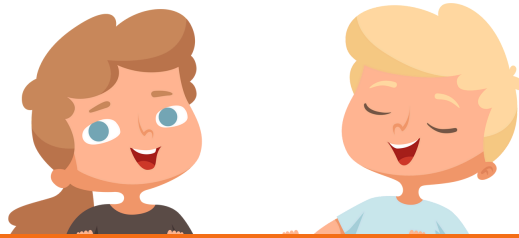


**A cubrir la caja de arena. Ya es hora de regresar.
Los niños se lavan las manos y comienzan a empacar.**



**La escolita es un lugar seguro y divertido.
¡Gracias a Miss Caro y a todos por lo compartido!**

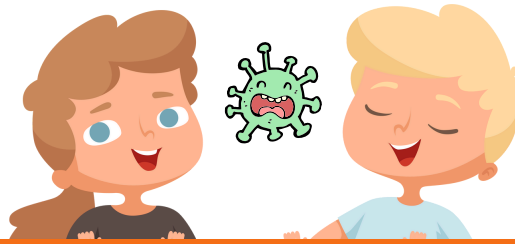




Consejos para los padres de familia, tutores legales y personal docente

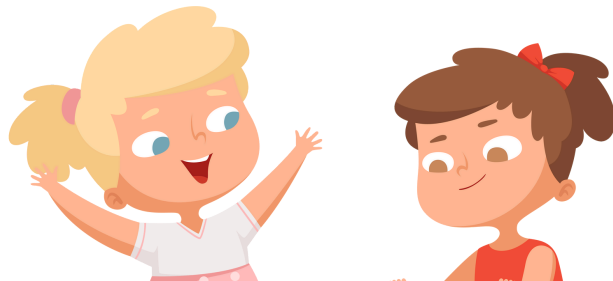
- Hay muchos tipos de gérmenes, como el de la gripe, el norovirus, los coronavirus y otros que pueden causar síntomas de enfermedades respiratorias y estomacales. Para detener la propagación y contagio de gérmenes, se debe enseñar a los niños a utilizar un pañuelo desechable para taparse la nariz y la boca al estornudar o toser. Si no tienen pañuelos, pueden taparse la nariz y la boca con la parte superior de la manga o la parte interior del codo. Después de estornudar o toser en un pañuelo desechable, los niños deben tirar el pañuelo sucio en la basura y lavarse las manos.
- Lavarse las manos con frecuencia, sobre todo después de toser o estornudar, es importante para que no se propaguen los gérmenes. Enseñe a los niños a lavarse las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos, sin olvidar lavar el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas. Cantar dos veces la canción de "Feliz cumpleaños" o la que viene en el libro es una forma divertida para que los niños se laven las manos durante al menos 20 segundos. Después de enjuagarse bien las manos bajo un chorro de agua limpia, deben secarse las manos con una toalla limpia o al aire.





Consejos adicionales

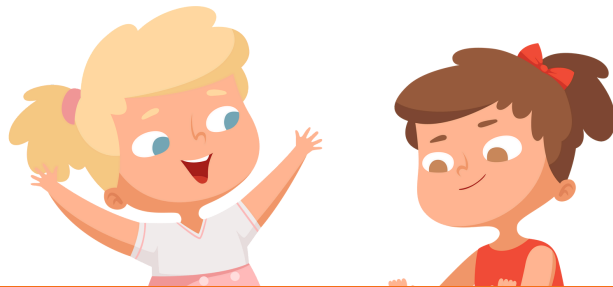
- Para evitar la propagación de gérmenes, los niños no deben compartir platos, utensilios, comida ni bebidas.
- Utilice una solución de agua con jabón para limpiar la superficie de las mesas con toallas de papel desechables y luego enjuague con agua. En seguida, desinfecte la superficie de las mesas con un desinfectante aprobado por la EPA y siga las instrucciones de uso seguro del fabricante. Después de dejar el desinfectante el tiempo de contacto apropiado, seque la superficie de las mesas con toallas de papel desechables limpias. Todo el material desechable utilizado se debe tirar a la basura.
- Cada uno de los niños debe tener su propia cuna, cama o colchón para dormir. [Enséñeles a no compartir sus pertenencias personales entre ellos, como sus cobijas o almohadas. El personal docente debe limpiar y desinfectar con regularidad las cunas, camas o colchones para dormir. Asimismo, después de accidentes o derrames, deben poner sábanas limpias para los niños y lavar las sucias.]



Consejos adicionales



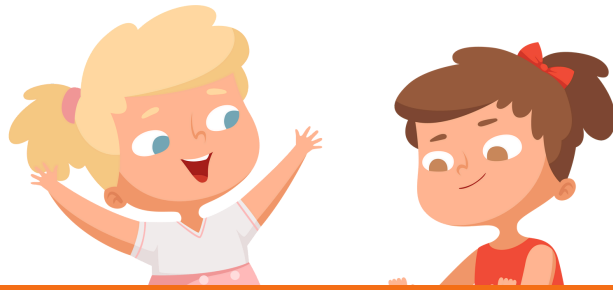
- Las actividades principales que requieren lavarse las manos incluyen:
 - Antes, durante y después de preparar alimentos.
 - Antes y después de comer.
 - Antes y después de cuidar a un enfermo en casa.
 - Antes y después de curar un corte o herida y administrar primeros auxilios.
 - Antes de administrar medicamentos.
 - Antes de ponerse los guantes y después de quitárselos.
 - Después de usar el baño.
 - Después de cambiar pañales o de limpiar a un niño que usó el baño.
 - Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
 - Después de jugar afuera.
 - Después de tocar a un animal, alimento o excremento animal.
 - Después de manipular alimentos para mascotas.
 - Después de tocar la basura.



Consejos adicionales

- Cuando se sienten enfermos, los niños no deben asistir al centro de cuidado infantil ni a la escuela. Si se comienzan a sentir enfermos en el centro o en la escuela, se les debe apartar de los otros niños hasta donde sea posible mientras esperan a que los recojan.
- Después de jugar afuera, el personal docente debe cubrir la caja de arena para evitar que se introduzcan insectos, animales pequeños y gérmenes.





Fuentes de referencia:

- espanol.cdc.gov/respiratory-viruses/prevention/hygiene.html
- cdc.gov/handwashing/index.html
- nj.gov/health/cd/topics/schoolhealth.shtml
- cdc.gov/early-care/prevention/protecting-against-covid-19-and-other-infections-in-early-care-and-education-programs.html
- healthychildren.org/spanish/health-issues/conditions/prevention/paginas/cleaners-sanitizers-disinfectants.aspx
- cdc.gov/rhinoviruses/about/index.html
- healthychildren.org/spanish/safety-prevention/at-play/paginas/safety-in-the-sandbox.aspx





Para solicitar copias adicionales de este libro o un libro digital para su escuela o centro de cuidado infantil, comuníquese con el Departamento de Salud de su localidad.



