

¿Por qué está cerrada mi escuela?

¡Déjame contarte sobre el COVID-19!

Muchos doctores y científicos están trabajando en tratamientos y vacunas para que el COVID-19 deje de enfermar a más personas, pero por ahora...



¿Qué es el COVID-19?

Es una nueva enfermedad llamada coronavirus.



Esta puede hacer que la gente se sienta enferma, como la gripe o la influenza (*flu* en inglés).

¡El coronavirus no tiene piernas! Por eso le gusta transmitirse en gotas (gotitas) tan pequeñas que no se pueden ver. El virus puede transportarse cuando alguien estornuda o tose.



También puede pegarse a objetos como los picaportes de las puertas o los celulares.

¡Al coronavirus no le gusta el jabón y desaparece cuando te lavas las manos!



¡Tú también puedes ayudar a combatir el virus!

- ✓ Lávate las manos antes de comer, después de tocarte la cara y después de usar el baño.
- ✓ ¡Canta "Feliz Cumpleaños" mientras te lavas las manos!
- ✓ Cúbrete la boca con tu codo o con un pañuelo desechable cuando vayas a estornudar o toser.
- ✓ Quédate en casa el mayor tiempo posible y habla con tu familia y amigos a través del teléfono o por internet.
- ✓ Ayuda a tu familia haciendo quehaceres todos los días.
- ✓ Si tienes preguntas, habla con un adulto de confianza y dile que te sientes preocupado. ¡Es normal! Puedes meditar, hacer ejercicio y leer libros que te ayuden con tus emociones.



- No te toques la cara ni los ojos.
- No abras ni beses a tus abuelos ni a tus amigos.
- No te preocupes si te comienzas a sentir enfermo. Díselo a un adulto de confianza y descansa por algunos días hasta que te sientas saludable.

Si todos hacemos lo posible para estar saludables, hay más oportunidades de que las personas alrededor de nosotros también estén saludables.



Creado por COVID-19 Health Literacy Project en colaboración con Harvard Health Publishing

Revisado por:
Rachel Conrad, MD
Gene Beresin, MD, MA
Baruch Krauss, MD, EdM
Edwin Palmer, MD, MPH
Janis Arnold, MSW, LICSW
Chloë Nunneley, MD
Carolyn Snell, PhD
Kristin Barton, MA, CHES
Erin Graham