

# LOS DEFENSORES DE CHOR

contra la

COVID-19

Un libro infantil sobre la COVID-19 para colorear | Primavera 2020



Children's  
Hospital

of Richmond at **VCU**

[chrichmond.org/covid-19](http://chrichmond.org/covid-19)

Información clínica: 22 de abril, 2020

# LOS DEFENSORES DE CHOR



**Children's  
Hospital**  
of Richmond at **VCU**

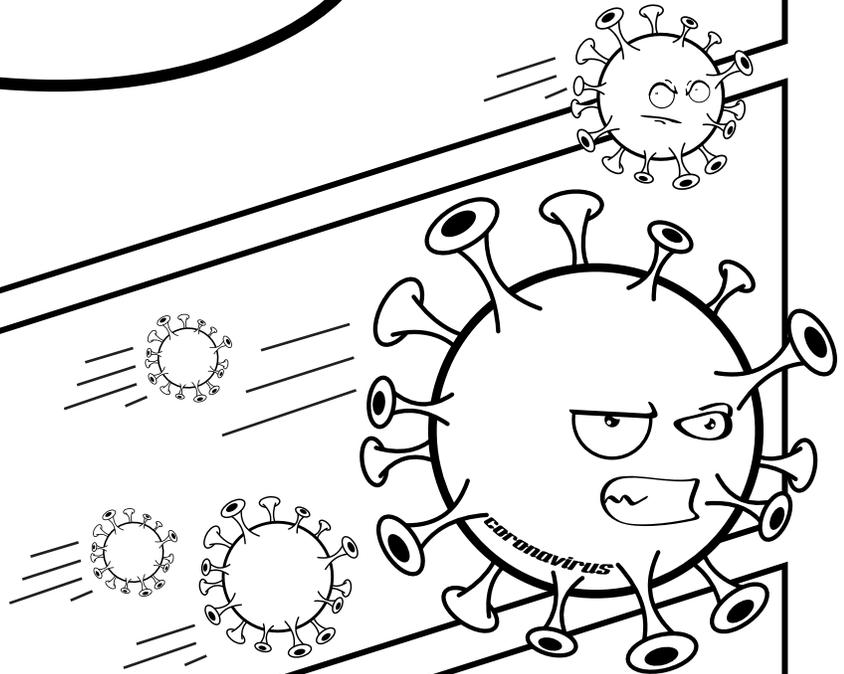
[chrichmond.org/covid-19](http://chrichmond.org/covid-19)

# ¿Qué es la COVID-19?

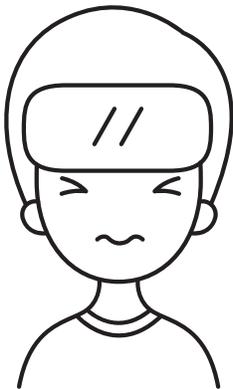


Hay un nuevo virus por el que la gente está enfermando. Este virus provoca una enfermedad que se llama COVID-19

Ya sabes que la gente tiene la gripe. Es un poco como eso.



Puedes tener fiebre, tos y es difícil respirar.



fiebre



tos



Esfuerzo para respirar

# ¿Cómo se contagia el virus?

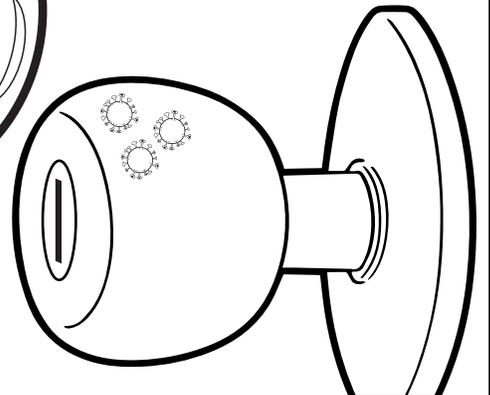
La manera en que se contagia esta enfermedad es por gotitas que van por el aire cuando alguien tose o estornuda.



Las personas se enferman si respiran las gotitas que vienen de alguien que tiene el virus o si se tocan los ojos, la nariz o la boca después de tocar algo donde hayan caído las gotas.

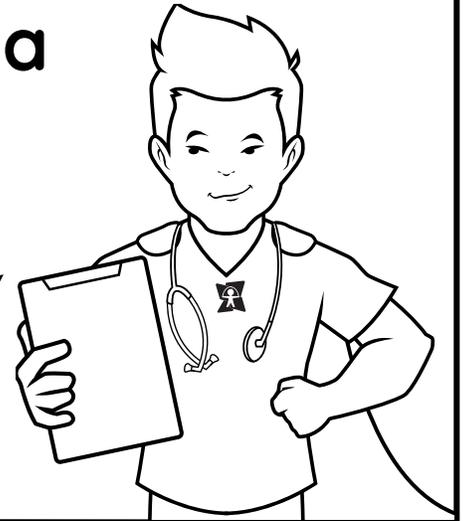


**¡SPLAT!**



Quedarte en casa sirve de ayuda para ti y para los demás, para estar sanos.

# ¿Cómo te sientes durante la pandemia de la COVID-19?



Este virus ha cambiado nuestras vidas de muchas maneras. Es difícil no ir a la escuela y ver a tus amigos. Haz un dibujo de ti, muestra cómo te sientes. Mira los ejemplos más adelante para ver la forma de expresar tus emociones.

Pandemia: Cuando una enfermedad se propaga por todo el país o todo el mundo.



Feliz



Triste



Preocupado



Aburrido



Enojado

Nombre: \_\_\_\_\_ se siente \_\_\_\_\_ .

## Las primeras 4 cosas que voy a hacer en cuanto termine la pandemia de la COVID-19:

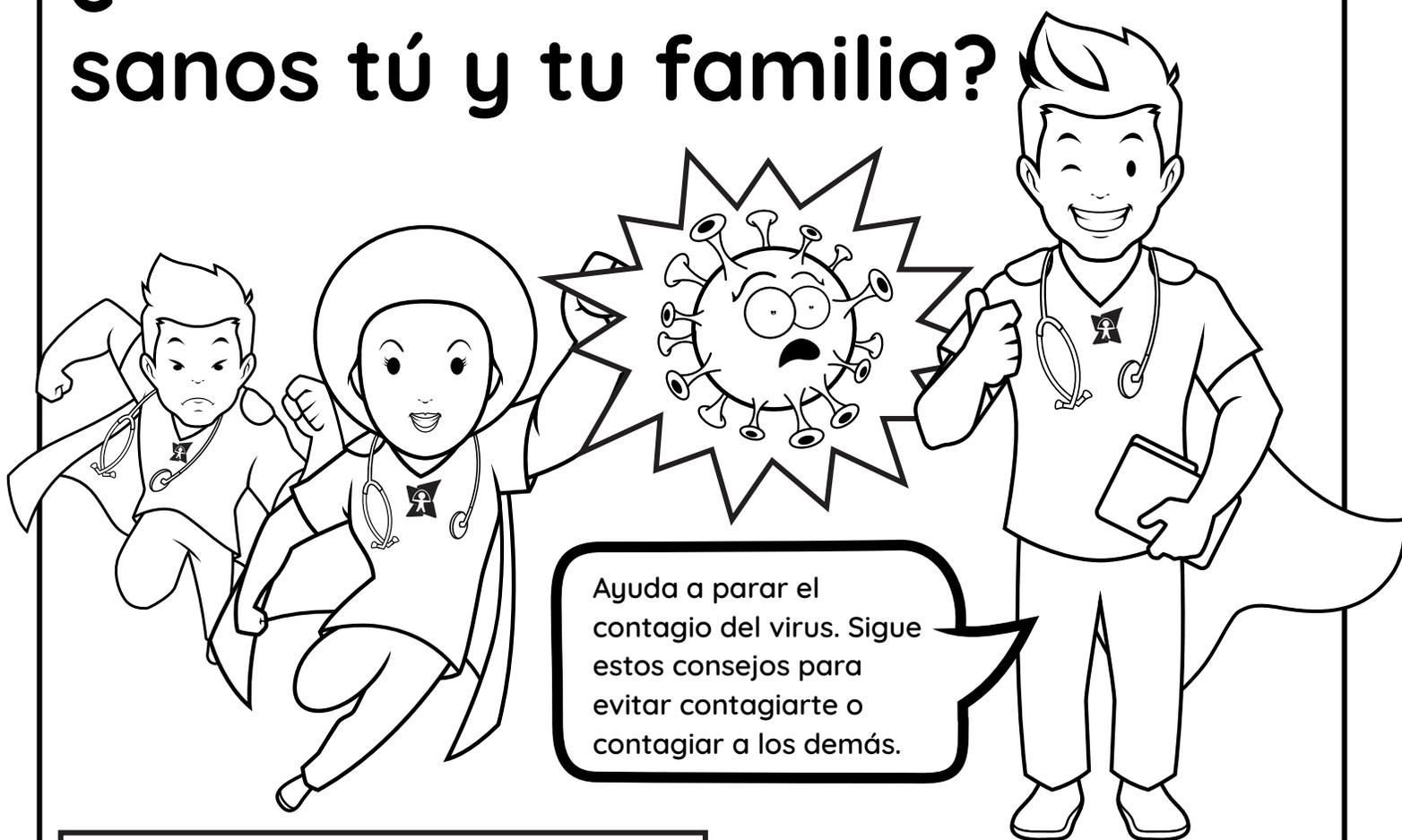
1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

# ¿Cómo se mantienen sanos tú y tu familia?



## Consejos importantes



Lávate las manos durante 20 segundos

Canta la canción del "cumpleaños feliz" dos veces



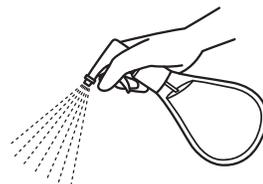
Lleva mascarilla\* y no estés en grandes grupos de personas



Cúbrete cuando tosas o estornudes



Quédate en casa



Por seguridad, limpia las superficies que se tocan con frecuencia



Tira los pañuelos que uses a la basura

# Sigue conectado con los demás desde la casa

La distancia social (evitar estar con mucha gente, no visitar a la familia ni amigos) no significa estar aislado de la sociedad (sentirse solo)

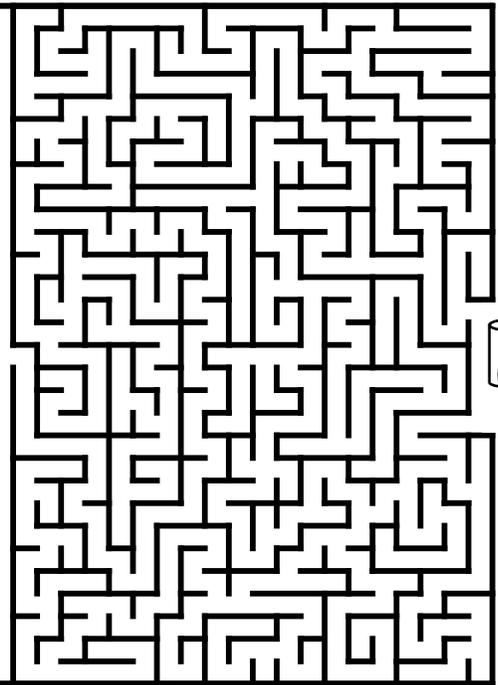
## Lista para seguir conectado

- Haz videollamadas a amigos
- Juega fuera con tu perro
- Escribe una carta a tu abuela
- Haz un dibujo para el equipo del hospital
- Juega con mamá o papá
- Llama a tu primo
- Ve fuera al jardín a explorar

## Buscando papel higiénico

Es importante que los adultos limiten las salidas a tiendas y farmacias. Los niños no deben ir a estos lugares, pero ¡aun así pueden ayudar!

¿Puedes ayudar a mamá a encontrar el papel higiénico y la fruta en este laberinto?



## Buscapalabras

Busca las palabras siguientes en inglés.



F	H	E	A	L	T	H	Y
A	C	O	U	G	H	A	P
M	L	O	W	M	A	H	L
I	E	F	V	H	A	X	A
L	A	E	Q	I	E	S	Y
Y	N	V	D	Z	D	R	K
L	Y	E	S	A	O	I	O
S	P	R	I	N	G	E	9

### Word List

covid-19    spring    cough    clean    play  
healthy    family    fever    mask    hero

# ¿Quién es tu superhéroe?

Piensa en alguien que te ayuda en estos momentos difíciles y dibújalo como un superhéroe. ¿Cómo te ha salvado?

Mi superhéroe es mi \_\_\_\_\_ .