

# Infancia y COVID-19: juegos en casa y cómo explicarle a los chicos lo que está pasando

27 marzo, 2020



El juego del lavado de manos y muchas propuestas para darle un toque lúdico al hogar.

Los expertos del área de Salud Mental de la Provincia recomiendan explicarle a los chicos qué está pasando.

Para iniciar, sugieren a los adultos manejar su propia ansiedad antes de hablar con ellos.

**Los conceptos que recomiendan comunicar son:**

–**Qué son:** los virus son organismos muy pequeños, que no vemos. A veces ingresan a nuestro cuerpo y nos pueden enfermar. Pero

hay muchos profesionales, como científicos, médicos y enfermeros que nos cuidan. Muchos están buscando la manera, para que no nos llegue a suceder nada.

–**Cómo se evita:** asociarlo siempre con la prevención (no con la enfermedad y menos aún con la muerte). Hablar del lavado de manos, no tocarse ojos, boca ni nariz, y el resto de las prevenciones básicas recomendadas para toda la población, en un lenguaje adaptado a su edad.

–**Las claves:** apertura y juegos. Hay que estar abiertos a las preguntas que quieran hacer y responderles, de acuerdo a lo que consulten.

Además, proponerles juegos, como el lavado de manos. Uno de ellos puede ser que un adulto dibuje cada mañana un pequeño coronavirus y que durante el día se borre con el lavado de manos. Si al final del día no está el dibujito, el niño gana 1 punto. Y si en 20 días acumuló 20 puntos, accede a un premio.

### **La casa, espacio lúdico**

Los juegos fueron diseñados por niños y jóvenes para sus pares. Son miembros del Árbol Rojo, un dispositivo radial de salud mental para los niños y jóvenes que nació en noviembre de 2017 en el Centro de Salud Mental Infanto-Juvenil N° 9 de Tupungato, dependiente de la Dirección de Salud Mental y Adicciones, y con el apoyo de radios escolares y comunitarias.



*Buscando tesoros: esconder por la casa diferentes objetos (muñecos, juguetes, peluches, etc) y a medida que se van encontrando deben realizar una lista escrita de los tesoros encontrados. También se pueden hacer pistas para ayudar a encontrar los objetos escondidos.*

## #YoMeQuedoEnCasa



**MENDOZA GOBIERNO**

Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes  
Dirección de Salud Mental y Adicciones

Centros Preventivos y  
Asistenciales de Salud Mental  
Infanto Juvenil



*Tateti en movimiento: marcar en el piso (puede ser con telas, sogas o las baldosas, etc) el tablero de tateti. Los niños/as se dividen en grupos cada uno con un color y por turnos salen corriendo para colocar la cruz o el círculo (como también pueden usarse telas de colores como en la imagen).*

## #YoMeQuedoEnCasa



**MENDOZA GOBIERNO**

Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes  
Dirección de Salud Mental y Adicciones

Centros Preventivos y  
Asistenciales de Salud Mental  
Infanto Juvenil



*Camino de sillas: armar una fila de sillas por las cuales sea posible pasar por debajo. Al final del camino poner un juguete o muñeco el cual debe ser llevado al inicio del camino.*

*Una variante, dependiendo la silla puede ser tener que caminar por encima de ellas.*

## #YoMeQuedoEnCasa



**MENDOZA GOBIERNO**

Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes  
Dirección de Salud Mental y Adicciones

Centros Preventivos y  
Asistenciales de Salud Mental  
Infanto Juvenil



*Pesca de tapas: en un balde con agua tirar tapitas (o pueden ser juguetes de tamaño mediano o pequeño), las cuales deben tratar de sacarse usando dos palitos. Una variante es que sentados en una silla se trate de agarrar con los pies.*

## #YoMeQuedoEnCasa



**MENDOZA GOBIERNO**

Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes  
Dirección de Salud Mental y Adicciones

Centros Preventivos y  
Asistenciales de Salud Mental  
Infanto Juvenil

Fuente: Dirección de Salud Mental del Ministerio de Salud de Mendoza.