



## **CÓMO HABLAR DEL CORONAVIRUS CON NUESTROS HIJOS**

---

Es importante ofrecer la información del Coronavirus a nuestros hijos de manera adecuada y adaptada a su edad, resolviendo sus dudas e incluso corrigiendo la información errónea que puedan tener, con calma y seguridad.

Podemos hablar de cómo se propaga, los síntomas y también de las medidas de higiene y de protección necesarias, siguiendo las recomendaciones y medidas de prevención que determinan las autoridades sanitarias.

Es conveniente informar que la mayoría de los casos afectados se recuperan y que hay un gran número de profesionales que están trabajando para curar a los enfermos, y también, en una vacuna.

Con los adolescentes, busquemos espacios de intereses y actividades comunes, con la finalidad de que se involucren en la vida familiar. Les tenemos que comprender e interesarnos por cómo se sienten y cómo viven esta crisis.

### **Y CON LOS MÁS PEQUEÑOS...**

No ignoremos sus miedos y dudas, y adaptemos nuestro lenguaje a su edad. Podemos hablar del coronavirus, que no sea un tema “tabú”, normalizando la situación.

Podemos evitar referirnos a personas que están muy enfermas o han muerto. Tendremos tiempo de hablar de ello cuando volvamos a la normalidad.

Tratemos de transmitir a nuestros hijos confianza para expresar sus dudas o miedos, y si no tenemos todas las respuestas, ser sinceros y ofrecerse para buscar las respuestas conjuntamente.

Hay recursos disponibles en internet en formato de cuento que nos pueden ayudar a explicar a nuestros pequeños lo que es el coronavirus, entre otros:

“La Rosa contra el Virus”

[https://www.copc.cat/adjuntos/adjunto\\_15216/v/La%20Rosa%20contra%20el%20virus%20-%20CATAL%C3%80.pdf?tm=1584371645](https://www.copc.cat/adjuntos/adjunto_15216/v/La%20Rosa%20contra%20el%20virus%20-%20CATAL%C3%80.pdf?tm=1584371645)

“Cuento del Coronavirus” (audio)

<https://beteve.cat/agenda/conte-del-coronavirus/>