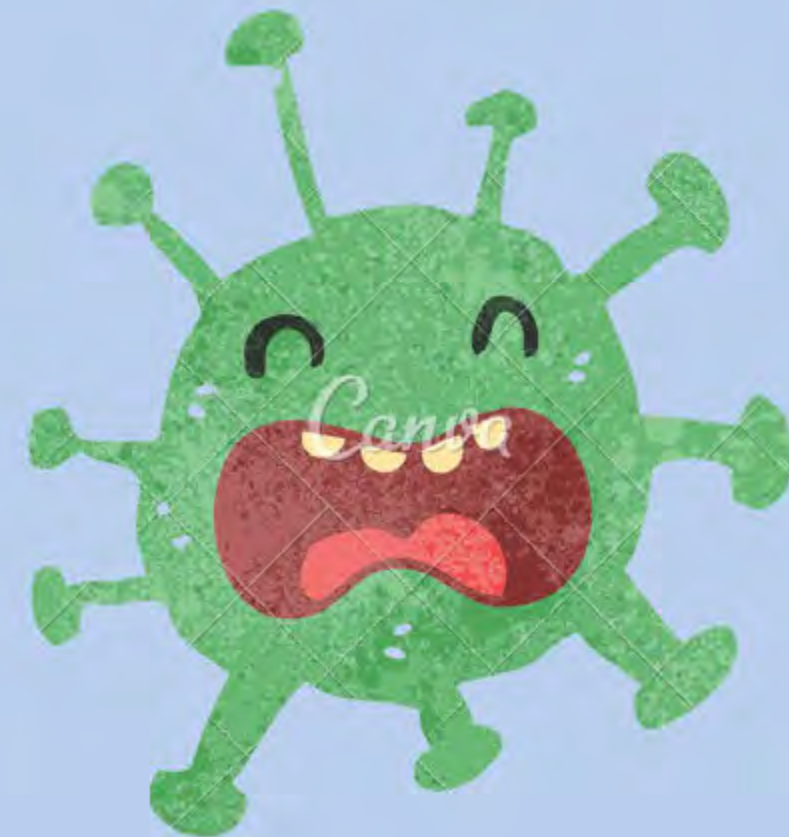


# MAMÁ, ¿POR QUÉ ME TENGO QUE LAVAR LAS MANOS?

Un cuento por Natalya González



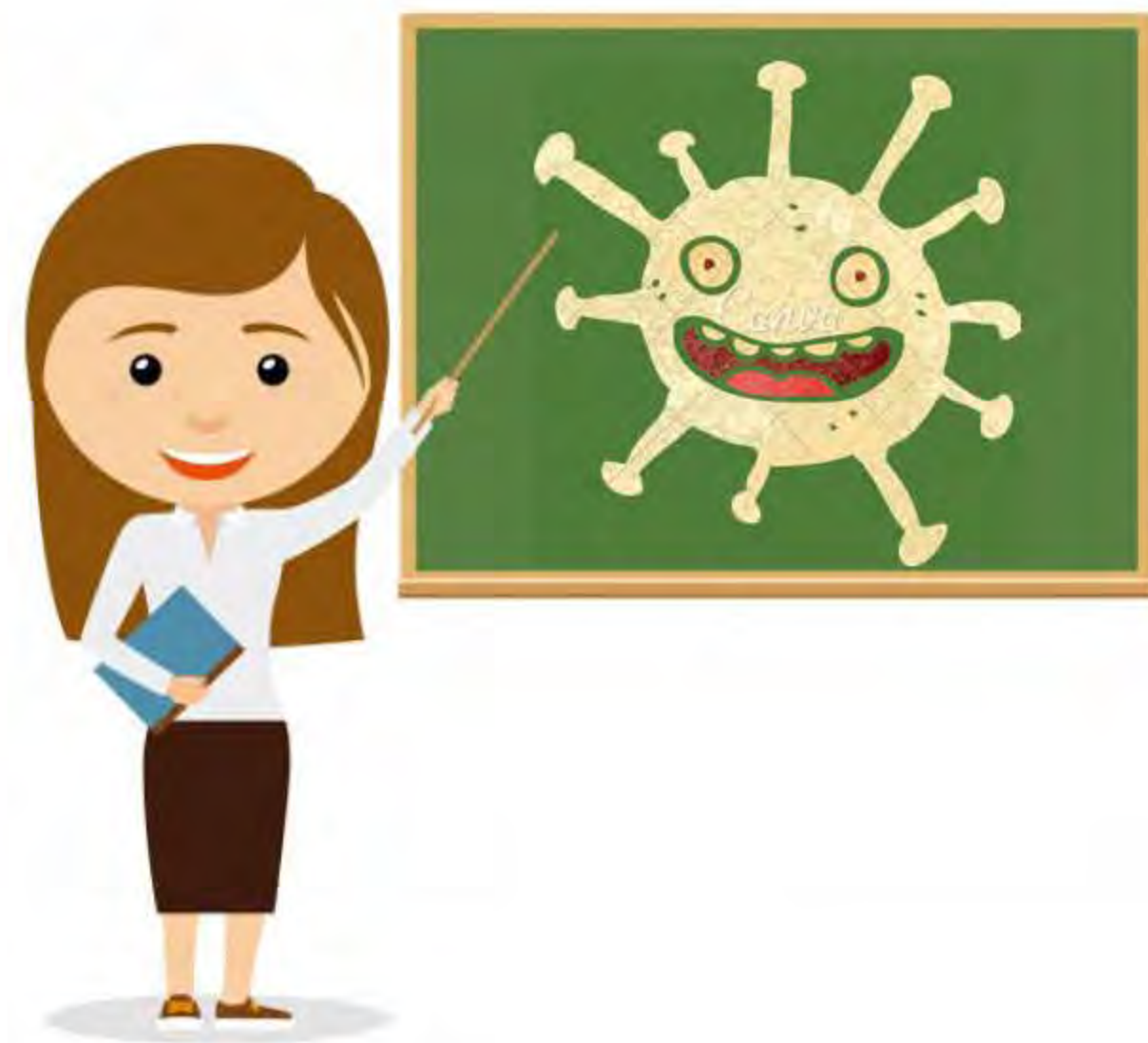
# YAY!



A Juan le encanta jugar en el patio, sobretodo en la tierra y con sus amigos que viven cerca de su casa.



Un día en la escuela, la maestra les explicó que no se podrán ver por un tiempo y se tomarán algo parecido a las vacaciones, ya que llegó un tal Coronavirus o COVID-19

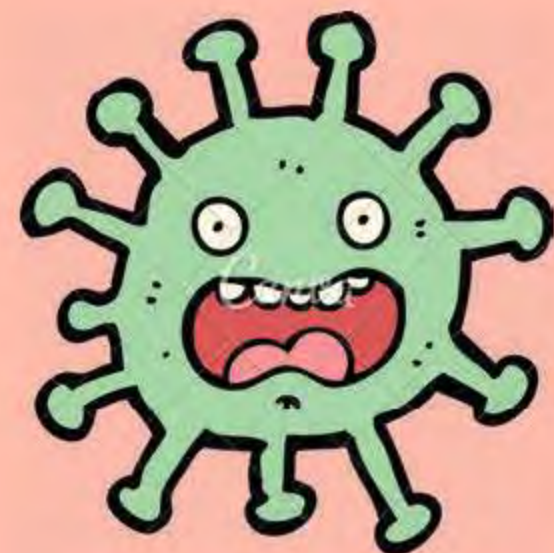






La maestra les explicó que es una enfermedad parecida a la gripe y que ha enfermado a muchas personas en el mundo. Para no contagiarse, se deben cuidar, permanecer en casa y ser muy higiénicos.

De esa manera, ¡Estarán bien!





Al llegar a casa, mamá le pidió que se lavara muy bien las manos antes de usar sus juguetes.

"Mamá, ¿por qué me tengo que lavar las manos?"

-Preguntó Juan con curiosidad y recordando lo que su maestra le dijo







"Juan, tienes que lavarte las manos porque estuviste jugando con tus amigos, y estuviste afuera en la tierra y en el piso. Existen muchas bacterias que pueden llegar a tu cuerpo y enfermarte... Son tan pero tan pequeñas que parecen invisibles"



Una vez, cuando era más pequeño,  
Juan se enfermó de mucha fiebre y  
no le gustó para nada porque no  
podía jugar. No tenía energías y todo  
se sentía mal.

"Mamá, yo no me quiero enfermar.

¿Qué más puedo hacer para  
cuidarme?"





Mamá le explicó que no había de qué preocuparse,  
que solo tiene que ser muy higiénico y no salir de  
casa por un tiempo.

Ahora, ¡tendría más tiempo para usar sus juguetes  
y video juegos!














Para que a Juan no se le olvide lo que tiene que hacer durante el día para mantenerse limpio, mamá le dio una lista...

Si junta todas las estrellitas para ese día, mamá lo felicita por el excelente trabajo que está haciendo para mantenerse sano





# LUNES

- Me lavé las manos varias veces, sobretodo: 
- Antes y después de comer 
- Después de ir al baño 
- Me limpie bien con papel higiénico después de hacer mis necesidades 
- Recogí todos mis juguetes del piso 
- Me bañé usando shampoo, jabón y agua 
- Me cambié de ropa interior 







A Juan le emociona cada vez que mamá pone una  
estrellita en su lista. Él aprendió que si se  
mantiene limpio y sigue las indicaciones de mamá,  
es muy poco probable que se enferme y ahora él  
dice que...







# ...HIGIENE ES SALUD

Y si hay higiene, ¡Me siento mejor y puedo jugar  
más tiempo!





# REFERENCIAS

- Barata, A. y Maricoto, T. (2019). Teaching children about hygiene: A primary prevention experience in Portugal, *Journal of Family Medicine & Primary Care*, 8(3), p. 1017-1021. Recuperado de base de datos EBSCO
- Kavitha, E., Srikumar, R., Muthu, G. y Sathyapriya, T. (2019). Bacteriological profile and perception on hand hygiene in school-going Children, *Journal of Laboratory Physicians*, 11(4), p.300-304. Recuperado de base de datos EBSCO
- World Health Organization (2020). *Coronavirus disease (COVID-19) Pandemic*. Recuperado de <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Zhou, W. (2020). *The Coronavirus Prevention Handbook. 101 Science-based Tips That Could Save Your Life*. Estados Unidos: Skyhorse Publishing.

