



MI VISITA A NEMOURS:
Uso de la mascarilla facial

Tu hijo. Nuestra promesa.

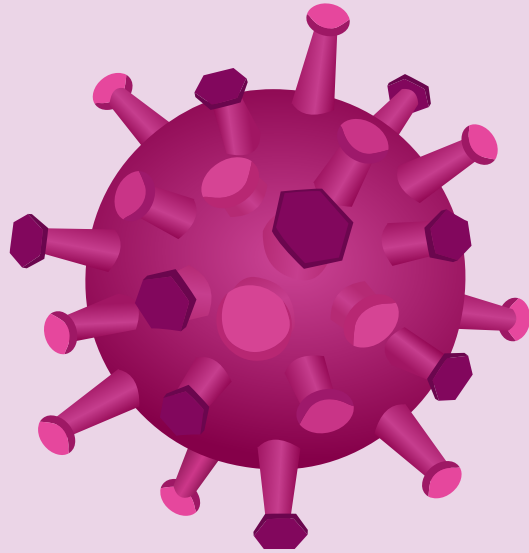




Hoy voy a Nemours para una visita al médico. Mientras esté allí, tendré que usar una mascarilla. También lo hará mi mamá o mi papá. Todos los médicos y enfermeras usarán una mascarilla.



Todas las personas que tengan 2 años o más usan una mascarilla. Las usamos para protegernos a nosotros mismos y a los demás de una enfermedad llamada COVID-19.



COVID-19 es causado por un virus llamado coronavirus que es tan pequeño que no puedo verlo. Este es un dibujo de su aspecto.



Cuando una persona enferma con COVID-19 tose o estornuda, las gotitas salen de su cuerpo por la nariz o la boca y se desplazan por el aire. Si las gotitas entran en mi nariz o en mi boca, podría enfermarme.



Mi mascarilla me cubrirá la nariz y la boca. La mascarilla permite que el aire entre y salga, pero impide que entren las gotitas grandes. Puedo respirar bien cuando llevo mi mascarilla.



Mi mamá o mi papá pueden comprar una mascarilla o hacerla para mí. Incluso puedo decorar mi mascarilla. Puede que me sienta nervioso al usar mi mascarilla, pero no pasa nada. Puedo practicar a usarla en casa.



Si no tengo mascarilla para mi visita, no pasa nada. El personal de Nemours me dará una.



Mi mascarilla tiene unas bandas para colocar alrededor de mis orejas. Esto ayuda a mantener mi mascarilla en el lugar correcto. Si necesito ayuda para ponerme la mascarilla, puedo decírselo a mi mamá o a mi papá.



Puedo hablar, caminar y jugar llevando puesta mi mascarilla. Al principio, usarla puede hacerme sentir extraño. La mascarilla puede calentarse cuando respiro o hablo, pero no pasa nada.



Respirar lentamente puede ayudarme a que me acostumbre a usar la mascarilla. Recordaré que el uso de la mascarilla está ayudando a mi mamá, a mi papá y a las personas que me rodean.



Me siento feliz de que todos nos ayudemos para estar saludables.



Lavarme las manos con frecuencia o usar desinfectante para manos puede ayudarme a mantenerme saludable. También ayuda si me mantengo a unos 6 pies de distancia de otras personas. Seis pies es tan largo como mi cama.



Cuando estoy en Nemours, es posible que la gente necesite acercarse para atenderme. Eso está bien, porque tenemos nuestras mascarillas para protegernos.



Cuando vea a otras personas puedo saludarlas o chocar los cinco con ellas en la distancia, pero no las tocaré ni las abrazaré.



Como mi médico y enfermera están usando mascarillas, no puedo ver cuando sonríen. No pasa nada, porque sé que se sienten felices de verme.



Todos estarán contentos de que use mi mascarilla porque estoy ayudando a mantenerlos seguros. Cuando llegue a casa, puedo quitarme la mascarilla y lavarme las manos.



Creado por:

The Swank Autism Center

The Department of Child Life, Creative Arts Therapy & School Programs

© 2020. The Nemours Foundation. © Nemours es una marca comercial registrada de The Nemours Foundation. J7809 (9/26)