



CUBREBOCAS ¿CUANDO Y CÓMO DEBEN DE USARLO LOS NIÑOS?

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
DIRECCIÓN DE LOS CENDI Y JARDÍN DE NIÑOS



Para protegernos y a otros del COVID-19, la CDC (Center of Disease Control and Prevention) recomienda ahora que se utilice cubrebocas cuando salimos de casa. ¿Pero también lo deben usar los niños? Es por esto que la Dirección General de Personal a través de la Dirección de los CENDI y Jardín de Niños y la Coordinación Médica ofrece algunas respuestas a preguntas frecuentes sobre los cubrebocas o mascarillas de tela para niños durante la pandemia del COVID-19.

¿Por qué las personas están usando ahora cubrebocas?

Debido a que muchas personas que tienen el COVID-19 no tienen síntomas, el usar cubrebocas de tela reduce la transmisión del virus a través de esputo o gotitas infectadas de una expectoración, tos o estornudo. Esto sucede con más frecuencia cuando alguien con COVID-19 se acerca a menos de 2 metros de distancia, que es el área propicia para una transmisión a través de estornudos o tos.





¿DEBEN LOS NIÑOS USAR CUBIERTAS
DE TELA PARA LA CARA?

Los niños menores de 2 años de
edad **NO** necesitan usar
cubre bocas.

¿Cuándo es necesario que los niños usen cubrebocas?

Hay ciertos lugares donde los niños deben usar cubrebocas. Esto incluye lugares donde no pueden guardar una distancia de 2 metros entre otras personas. Por ejemplo, si usted tiene que llevarlos al médico, la farmacia o al supermercado.

Sin embargo, hay otros lugares donde NO es necesario que los niños usen cubrebocas:

- En la casa, asumiendo que no han estado expuestos a alguien con COVID-19.
- Afuera, mientras que puedan mantener una distancia de por lo menos 2 metros entre otras personas y puedan evitar tocar superficies. Por ejemplo, pueden ir a caminar afuera sin cubrebocas siempre y cuando los niños permanezcan a 2 metros de otros, y que no toquen superficies, fuentes de agua, equipos de patio/recreo u otras cosas que puedan estar infectadas por otras personas que las hayan tocado.



¿QUÉ HAGO SI A MI HIJO LE DA MIEDO USAR UN CUBREBOCAS?

Es comprensible que al principio les pueda dar miedo a los niños usar las cubiertas de tela para la cara. A continuación, le ofrecemos algunas ideas para ayudar a que parezcan menos atemorizantes:

- Mírese al espejo con el cubrebocas puesta y hablen al respecto.
- Póngale un cubrebocas a a uno de los animales de peluche favoritos.
- Adórnelas para que sean un poco más divertidas y únicas para cada persona.
- Muéstrele a su hijo imágenes de otros niños que tengan cubrebocas.
- Dibuje en el cubrebocas uno de sus personajes favoritos.
- Practique usar el cubrebocas en casa para ayudar a que su hijo se acostumbre a verla.



¿Hay una "manera correcta" para usar el cubrebocas?

Sí. Coloque bien el cubrebocas sobre la nariz y boca y estírela de una oreja a la otra. Recuerde lavarse las manos antes y después de usarlo y evite tocarlo una vez que la tenga puesta en la cara. Cuando regrese al interior, evite tocar la parte delantera del cubrebocas quitándoselo de la parte posterior. Los cubrebocas no se deben usar cuando se come o se bebe.



¿Qué clase de cubrebocas funciona mejor?

Los cubrebocas hechos en casa o comprados funcionan bien para la mayoría de las personas. Para los niños, que les ajusten bien es importante. Los cubrebocas plegados con elástico son probablemente las que les quedan mejor a los niños. Las cubiertas de tela para adultos son por lo general de 15 x 30 cm, pero incluso un cubrebocas para niños de 12 x 24 cm le puede quedar muy grande a los niños pequeños. Intente conseguir la talla correcta que se ajuste a la cara de su niño y cerciórese de que le queda bien.





Quedarse en casa y mantener una distancia física sana es la mejor manera de proteger a su familia del COVID-19. En especial para los niños pequeños que pudieran no entender por qué no pueden correr hacia otras personas o tocar cosas que no deben, es mejor mantenerlos en casa.

Los niños que están enfermos (fiebre, tos, congestión, goteo nasal, diarrea o vómito) no deben salir de casa.

¡PORQUE LA UNAM NO SE DENTIENE!

<https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/chest-lungs/Paginas/Cloth-Face-Coverings-for-Children-During-COVID-19.aspx>