

Queremos
saber™ 

¡Página para padres adentro!



¡Paremos los gérmenes!

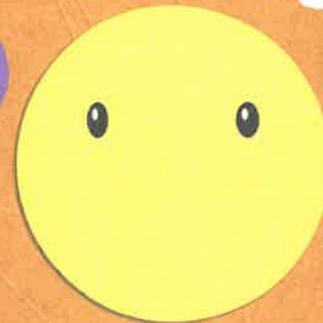
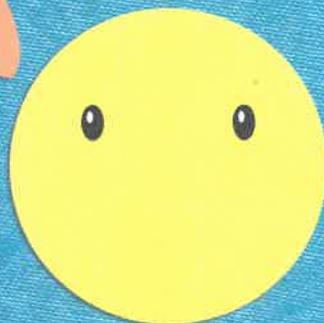
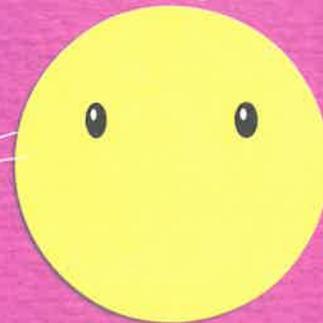


Los gérmenes nos pueden enfermar.



Los gérmenes son tan pequeñitos que no los podemos ver, pero si entran en el cuerpo nos pueden enfermar.

Dibuja una sonrisa al lado de cada animal sano. Dibuja una cara triste al lado de cada animal enfermo.



Nota para los padres

Pídale a su hijo(a) que recuerde la última vez que estuvo enfermo, por ejemplo, cuando estuvo resfriado o con gripe. ¿Cómo se sentía su hijo(a)? ¿Se tuvo que quedar en casa y se perdió cosas divertidas? Díganle a su hijo(a) que los hábitos saludables pueden evitar que nos enfermemos. Las páginas siguientes ayudarán a su hijo(a) a practicar hábitos saludables y... ¡parar los gérmenes!

¡Lávate bien las manos para parar los gérmenes!



Mira los dibujos del lavado de manos. Conecta los puntos de cada número para mostrar el orden correcto de los pasos para lavarte las manos.

Mójate las manos con agua tibia.

1

Usa jabón.

2

Restriégate las manos durante 20 segundos.
(Canta una canción para controlar el tiempo.)

3

Enjuágate las manos con agua tibia.

4

Sécate las manos con una toalla limpia.

5

Cierra la llave.
¿Te secaste con una toalla de papel? Úsala para cerrar la llave. Después tírala.

6

Nota para los padres

Cuando no haya agua y jabón disponibles y las manos no parezcan sucias a primera vista, límpiense con un desinfectante de manos (asegúrense de que contenga al menos 60% de alcohol). Para usarlo, froten el gel o el pañito por toda la superficie de ambas manos. Frótense las manos hasta que las sientan secas. Supervisen a su hijo(a) cuando esté usando un desinfectante de manos.

¡Cúbrete al toser y estornudar!

Usa la clave de esta página para aprender cómo hacerlo.

Clave



Alicia usa un  para taparse al

 o . Después tira el 
y .



¡Nunca te tapes con las manos al

 o ! Usar las manos te las
llena de .



Mario se tapa con la  al

 o  cuando no tiene
un .



Nota para los padres

Practiquen estas técnicas con su hijo(a). (A los niños pequeños les puede resultar más fácil cubrirse con la parte interior del codo en lugar de la parte de arriba de la manga.) Feliciten a su hijo(a) cada vez que se cubra bien al estornudar o toser de verdad. A los niños les puede llevar tiempo adoptar nuevos hábitos, así que sean pacientes con su hijo(a).



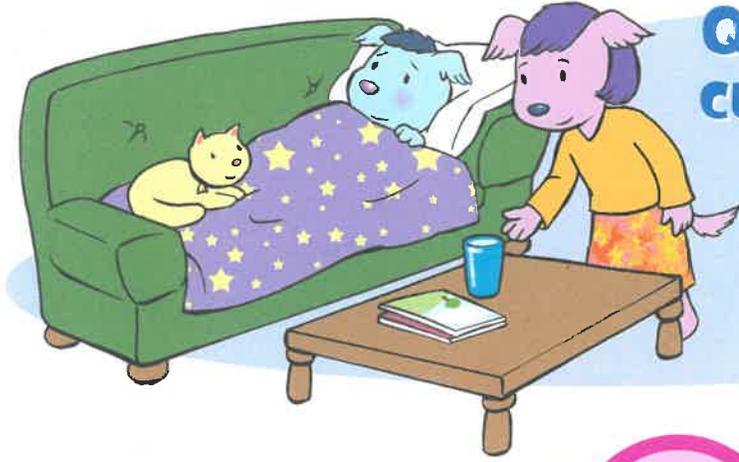
Díselo a un adulto
si te sientes enfermo.



¿Cómo te tapas al toser o estornudar?



¿Puedes nombrar 2 ocasiones en que te debes lavar las manos?



Quédate en casa
cuando estés enfermo.

Sirve para evitar que se diseminen los gérmenes.



¿Durante cuánto tiempo debes lavarte las manos?

¿Puedes nombrar 2 maneras en que se diseminan los gérmenes?

Lávate todas las partes de las manos.

