



Sistema
de **Cuidados**

UNO:
ASISTENTES
PERSONALES
QUE CUIDAN
NIÑAS Y NIÑOS
¿QUÉ HACER
EN TIEMPOS DE
CORONAVIRUS?



Sistema
de **Cuidados**

La promoción de la autonomía debe seguir siendo la premisa para los cuidados en todo momento, más allá del ámbito de desarrollo de la tarea y las circunstancias.



COMUNICATE CON LA FAMILIA

Los horarios y espacios de desempeño de la tarea se definen en acuerdo con los referentes adultos de cada niña o niño.

En algunos casos, debido al cierre de centros educativos, la tarea podrá trasladarse al hogar o la familia podrá optar por hacer una pausa en la continuidad de la asistencia. Incluso, podés necesitar unos días en casa por cuarentena. De ser así, te recomendamos acordar con la familia la mejor forma de contarle esto a la niña o el niño. De todos modos, si la familia así lo habilita, pueden seguir en contacto por teléfono o a través de las redes sociales.

Recordá que las tareas de cuidado para las cuales fuiste contratada refieren sólo a la persona en situación de dependencia severa. Siempre que tengas dudas respecto a tu situación laboral, podés comunicarte con el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social.

CUIDATE

Tu tarea es de contacto directo con personas, por eso podés propagar o contagiarte enfermedades fácilmente. Te recomendamos chequear con la familia la disponibilidad en el



hogar de implementos de higiene personal como alcohol en gel y extremar el lavado de manos. Es importante que en este contexto te mantengas informada y sigas las pautas indicadas por el Ministerio de Salud.

FORTALECÉ EL VÍNCULO CON LA NIÑA O EL NIÑO QUE CUIDÁS

Durante la semana compartís muchas horas con la niña o el niño, es importante que puedas alinearte con sus personas referentes para definir qué tipo de información darle y cómo será la mejor forma de hacerlo.

Deberás informarte sobre la enfermedad, las formas de contagio y prevención. No estas obligada a ser experta, siempre ante la duda es mejor reconocer que no se sabe. Consultá fuentes de información confiable. En nuestras redes compartimos un material muy interesante de Uruguay Crece Contigo.

La información que transmitas debe ser sencilla y concisa ya que no es fácil explicar qué es un virus, por qué hay que tomar determinadas medidas, etc. Es importante que no te adelantes, indagar cuánto sabe la niña o el niño al respecto te dará una guía de qué irles contando.



Sistema de **Cuidados**

Las niñas y los niños pueden estar molestos por la interrupción de sus rutinas, pueden sentirse tristes, enojadas o tener miedo. Su escuela, su centro de cuidados o de rehabilitación son importantes, así como sus amigos, primos o abuelas. Por eso, no olvides compartir con ellas/os lo que les pasa: explicar por qué ocurre ésto y privilegiar siempre las formas habituales de comunicación que tienen. Intentá ser medida y asegurar el carácter transitorio de la situación, todo volverá a la rutina como siempre, pero para eso debemos estar seguras de que ya no hay posibilidad de contagio.

Niñas y niños perciben la incertidumbre o el temor en las personas adultas, es importante reasegurarlos transmitiéndoles que todas están haciendo lo necesario y que siempre van a ser cuidadas/os por su familia y por vos.

¿QUÉ ACTIVIDADES PUEDEN HACER?

Compartirán más tiempo en casa de lo habitual, es común que a medida que pasan los días haya mayor apego y que las niñas y niños sean más demandantes. En este sentido es importante mantener rutinas, tener actividades planificadas o crearlas junto con ellas y ellos. Contrariamente a lo que podría pensarse, tener actividades previstas no hace más pesado el trabajo sino que lo vuelve más interesante y llevadero.



Sistema de **Cuidados**

Las niñas y niños que concurren a la escuela, posiblemente lleguen con tareas de parte de sus referentes educativos. Podés ayudarlas/los con esto, intentando siempre promover su autonomía. No es la idea que reemplaces a los docentes o a los técnicos educativos.

Es fundamental dosificar la tecnología y alternarla con otras actividades que les resulten de interés y sean fácilmente adaptables a sus necesidades. Pueden escribirlas en papeles y colocarlas en una caja o en una bolsa y sacar por día una o dos para empezar la jornada.

ALGUNAS ACTIVIDADES PUEDEN SER:

- > juegos reglados de caja hechos con materiales caseros o inventados por ustedes
- > esconder un objeto en un espacio de forma alternada y dar pistas de cercanía utilizando los códigos de frío y calor
- > cuentos: leerlos de un tirón o de forma fraccionada, armar uno propio, inventar una historia, ilustrarla, acceder a lecturas en bibliotecas virtuales, etc.
- > actividad física: salir de la casa a dar una caminata por los alrededores, si se cuenta con un espacio abierto cercano mucho mejor
- > cocinar



Sistema de **Cuidados**

- > jugar a embocar un aro fabricado con cualquier material flexible y con botellas de plástico
- > jugar a las cartas
- > jugar con juegos de memoria con ilustraciones

También tendrán momentos sin actividades, simplemente para descansar, charlar o escuchar música.



0800 1919

SERVICIO DEL MINISTERIO DE
SALUD PARA DUDAS SOBRE
EL CORONAVIRUS.

[CORONAVIRUS.UY](https://www.coronavirus.uy)

COMUNICACIONES OFICIALES
DEL PLAN NACIONAL
CORONAVIRUS DEL
MINISTERIO DE SALUD.

[ANTEL.COM.UY](https://www.utel.com.uy)

ANTEL TE REGALA 5 GIGAS.
ADEMÁS PODÉS RECARGAR
SALDO CON COSTO LLAMADA.



Sistema
de **Cuidados**

ENTERATE COMO EN EL
MENÚ DE LA WEB PERSONAS
Y HOGARES, NOVEDADES,
EL CORONAVIRUS LO
COMBATIMOS TODOS JUNTOS.

CEIBAL.EDU.UY

CONTENIDOS DURANTE LA
SUSPENSIÓN DE CLASES.

RADIO BUTIÁ

MÚSICA PARA NIÑAS Y NIÑOS.
CONTENIDOS LIBERADOS POR
15 DÍAS. USUARIO:
BUTIA-LIBRE. CONTRASEÑA:
15DIAS