

**Tres formas de mantener seguros  
y saludables a niñas, niños y  
adolescentes cuando puedan  
regresar a la escuela**





## 1. Fortalezcamos los hábitos de autocuidado:

- Lavar sus manos por más de 20 segundos.
- Evitar tocarse la cara o hacerlo únicamente después de bañar sus manos.
- Toser o estornudar en el reverso de su codo o en un pañuelo.
- Usar tapabocas correctamente y mantener el distanciamiento físico con sus compañeros y docentes.
- Evitar compartir utensilios al comer o beber.
- Limitar la cantidad de objetos que llevan de la casa a la escuela.





## **2. Continuemos acompañando a niñas, niños y adolescentes:**

- Si presentan fiebre o malestar, informemos de inmediato a sus profesores y busquemos ayuda médica si es necesario.
- Seamos pacientes y mostremos comprensión hacia sus emociones.
- Comuniquémonos y construyamos confianza.

## **3. Fortalezcamos la alianza familia-escuela:**

- Mantengamos una comunicación cercana con los docentes.
- Apoyemos activamente los esfuerzos de bioseguridad de la escuela.



**Participemos en las acciones de bioseguridad que implementa la escuela para el bienestar de todos.**

