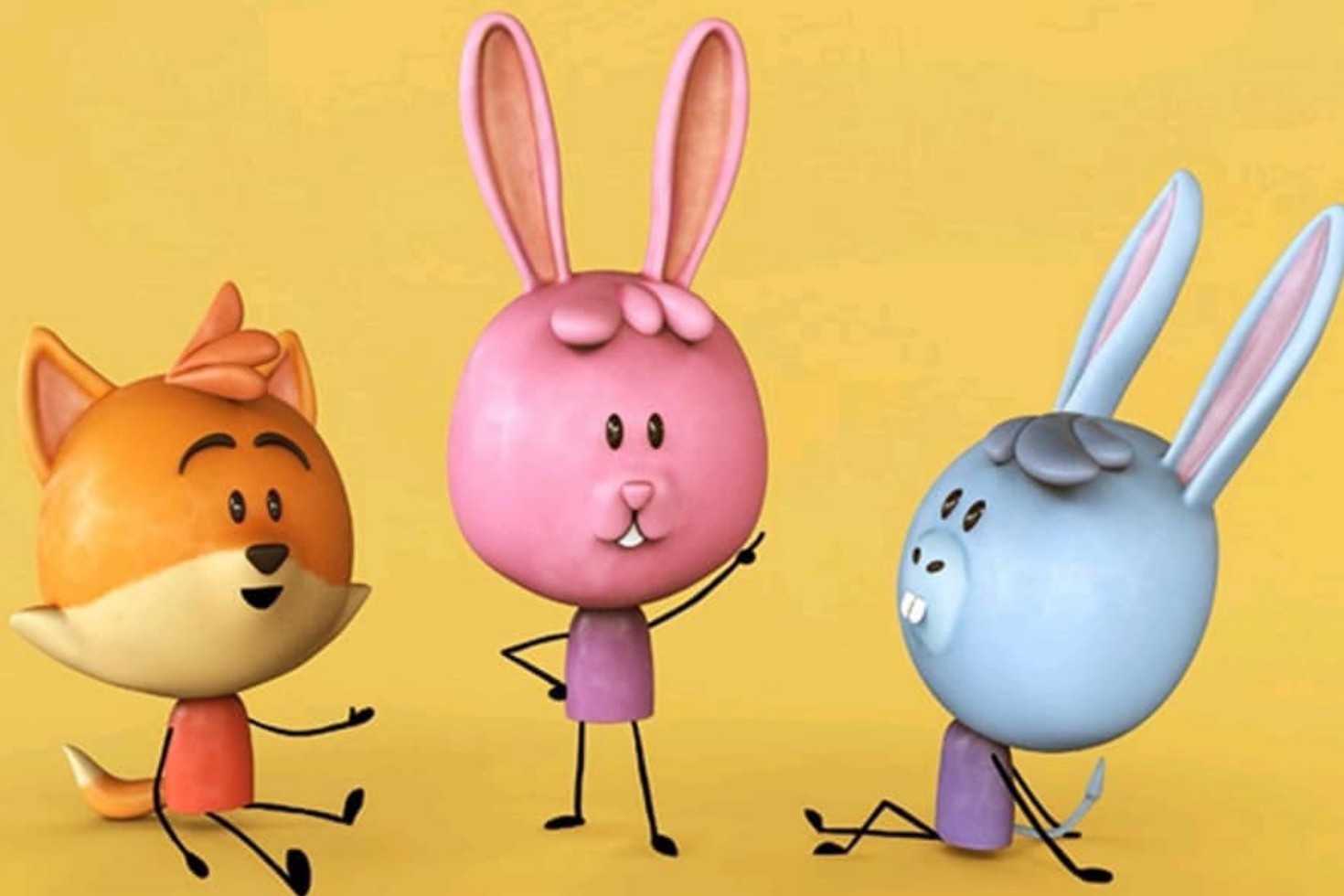


# Los días en que Todo se detuvo



Este es un sencillo librito para leer en familia: papás e hijos, como una herramienta didáctica que da pie para platicar de la contingencia y compartir dudas e inquietudes. Para obtener información más detallada y consejos para la cuarentena, puedes buscar en línea en la página de la Organización Mundial de la Salud. Entra aquí: <https://www.who.int/es>.



Un día, nos dijeron  
que iban a cerrar las  
escuelas por varias  
semanas, y que  
durante ese tiempo no  
podíamos salir de casa.



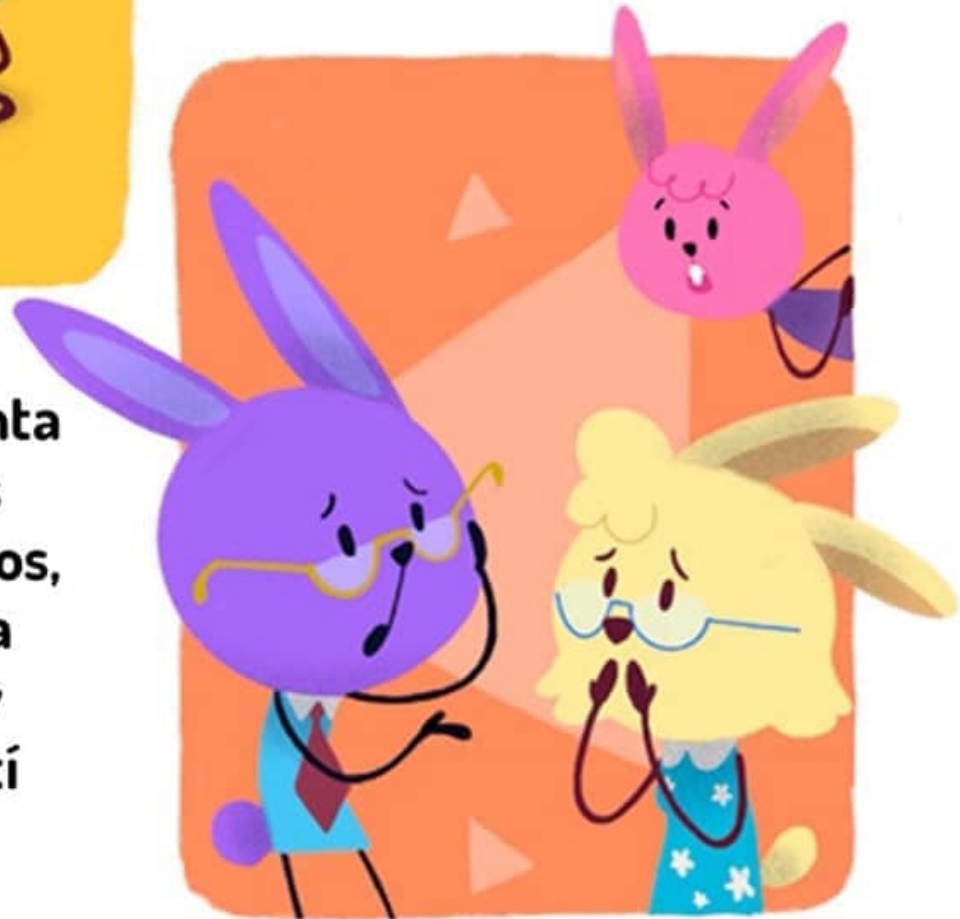
**Al día siguiente me asomé por la ventana y  
vi que la calle estaba vacía.**





**Mi hermanito estaba triste y aburrido porque no podíamos salir a jugar.**

**Además, me di cuenta de que mis papás estaban preocupados, y hablaban de una enfermedad muy contagiosa. Y sentí miedo.**



¿Por qué pasa esto?,  
preguntó mi hermanita.

Mi papá nos explicó algo  
que le contó la doctora..



Es por el coronavirus, le dijo la doctora. Es un nuevo  
virus que apareció por primera vez hace algunos meses.



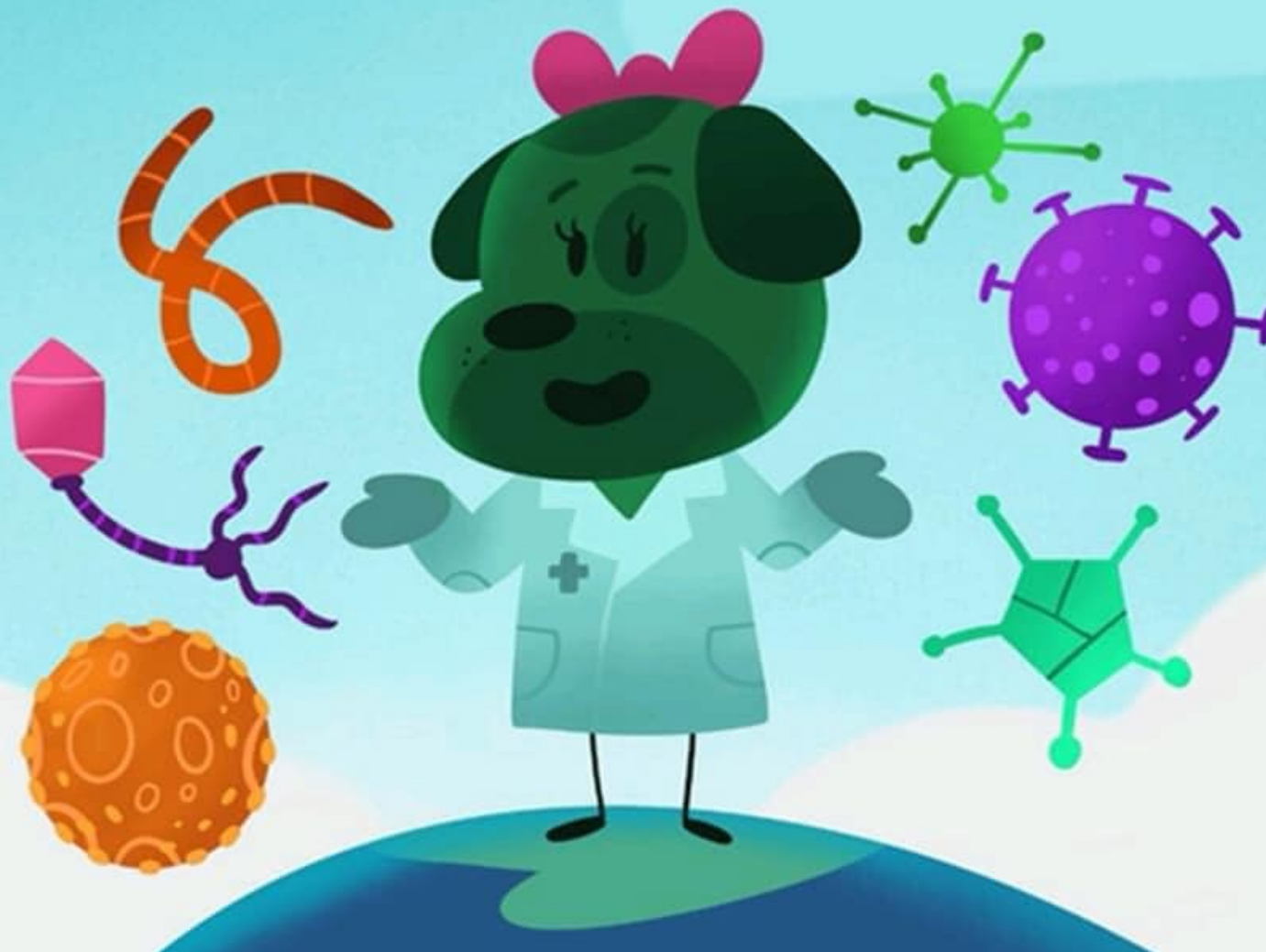
Los virus son como una especie de bichos tan chiquitos que no los puedes ver, pero que si entran a tu cuerpo hacen que te contagies, y a veces que te enfermes.

**Las personas contagiadas llevan al virus adentro, y al hablar expulsan esos bichitos al aire. Si llegan a los ojos o nariz o boca de otra persona, también se puede contagiar.**





**Hay muchos tipos de virus, pero los más comunes y contagiosos te pueden enfermar de gripa, que es cuando te puede dar tos, calentura, dolor de garganta... o algún otro síntoma. Y te sientes mal.**



**Entonces me acordé de la vez que mi hermanito se enfermó.**



**Un síntoma, como la tos o la calentura, es una señal del cuerpo que indica que está combatiendo una enfermedad.**

## ¿Alguna vez te has enfermado?

Encierra en un círculo los síntomas que alguna vez has tenido:



Dolor de Cabeza



Calentura



Tos



Dolor de garganta



Ojos llorosos



Malestar



Nariz tapada

¿Has tenido otros síntomas? Escribe cuáles: \_\_\_\_\_

# ¿Te acuerdas cuántos días te tardaste en recuperarte?

Marca el círculo de cuánto tardaste en volver a estar bien.

1 día

2 o 3  
días

Entre  
4 y 6  
días

7 días  
o más



**Entonces yo dije: Pero si mi hermanito y yo ya nos hemos enfermado, es porque ya había virus antes. Y nunca nos habían dicho que no saliéramos de casa...**



**Mi mamá me explicó que este virus es nuevo, y la enfermedad que causa es muy fuerte para los abuelitos, porque hace que les cueste trabajo respirar.**



**En algunos casos los pone tan graves que se tienen que ir al hospital.**

También es grave para personas que ya tienen otras enfermedades, como una que se llama diabetes. A estos grupos de personas se les conoce como población vulnerable.



hipertensión



sobrepeso



enfermedades  
pulmonares



diabetes

**A veces aparecen virus con algunas características nuevas. Normalmente ni cuenta nos damos, pero de vez en cuando nos afectan más.**



**Eso pasó con este nuevo virus, llamado Coronavirus SARS Co-V 2, o COVID19, que apareció por primera vez en diciembre de 2019 en China.**



**Cuando muchas personas se enferman de lo mismo en una ciudad o país, se llama epidemia.**



**En otros países se enfermaron tantos al mismo tiempo, que ya no había hospitales para atenderlos.**

**Por eso los gobiernos  
nos piden que nos  
quedemos en casa,  
para ayudar a que  
no aumenten los  
contagios y que las  
personas vulnerables  
no se enfermen al  
mismo tiempo**



**Ya entendí, le dije a mi papá.**

**Pero él me dijo: Hay que hacer otras cosas para ayudar a que los contagios ya no avancen, como lavarte las manos muchas veces en el día.**





¿Sabes cómo lavarte las manos?  
¿Sabes qué va primero y qué después?

Escribe los pasos para un correcto lavado de manos



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

**Para ayudar a no esparcir el virus,  
debemos tapar nuestra boca y  
nariz con la parte de adentro de  
nuestro codo cuando tosemos o  
estornudamos.**

**Entonces yo me puse a  
ensayar cómo tenía que  
estornudar, y me dio mucha  
risa. ¿Puedes intentarlo tú?**



**Y cuando tengamos que salir, dijo mi mamá, hay que mantener una distancia de dos brazos con las otras personas para no contagiarnos.**



**¡Puedes ensayar la sana distancia también en casa!**

**Después de la explicación, me di cuenta de que había aprendido muchas nuevas palabras.**

Relaciona las palabras con el dibujo que las describe



**Población vulnerable**



**Virus**



**Epidemia**



**Contagio**



**Cuarentena**

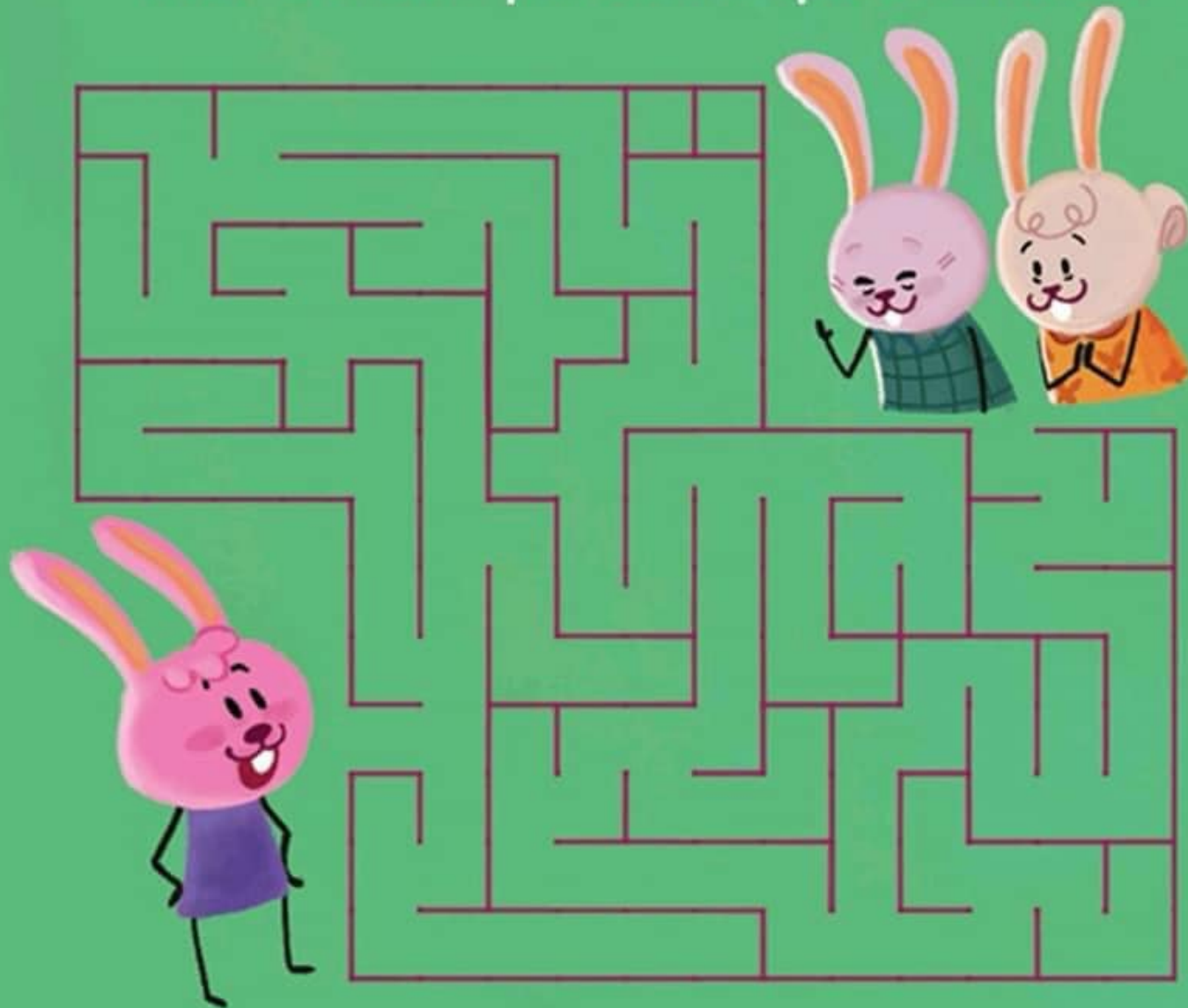




**Mi papá también me dijo que en los días de cuarentena, todos teníamos que ayudar más en la casa, para hacer la estancia más fácil para todos. Y tratar de no ser tan ruidosos.**



Le dije a mi mamá que extrañaba a mi abue, y ella me dijo que ellos también me extrañan, pero que podíamos intentar hablar por teléfono para animarlos.



Ayuda a Conejita a llamar a sus abuelos resolviendo este laberinto para conectar la llamada

Desde entonces, cada día llamo a mis abues a la misma hora, para no extrañarnos tanto. A veces también hablo con mis tíos, iy hasta con mis amigos!



¡Espero poder volver a verlos pronto!

Hemos podido realizar este librito para ustedes gracias a la participación desinteresada de muchos artistas que con cariño se sumaron donando su tiempo, su trabajo y su talento para lograrlo.

**Ilustradores:**

Julieta Colás  
Oscar Trejo  
Boli Nolasco  
Marcos Ovando  
Carlos Sallas  
Gaby Zermeño  
Daniel Farrera  
Ernesto Molina  
Jessie Arias  
Aida Sofia Barba  
Julian Hernández  
Robin Morales  
Heis González  
Oscar Pinto  
Carlos Tron  
Verde Agua  
Lupita Guillén  
Ana Karen Murillo  
Venisa del Águila  
Oscar Hernández  
Raven Bazan  
Sant Arellano  
Krayón Rojo

**Idea, desarrollo y coordinación:**

Pixelatl / José Iñesta,  
Christian Bermejo y Jordi Iñesta

**Escrito por:**

Jordi Iñesta

**Coordinación y formación editorial**

Diana Pérez

**Corrección de estilo:**

Karen Acosta

**Tipografía de portada:**

Carlos Cano

**Asesora:**

Mariana Cano

Los personajes y el estilo gráfico se basan en un librito similar, "El día que todo se movió", que realizamos después del terremoto de 2017. También fue una obra colectiva que puedes encontrar en esta dirección: <https://bit.ly/Px17-20>

Esta es una obra colectiva realizada sin fines de lucro. Se permite su reproducción total para fines no comerciales mientras se refiera a la obra original y sus autores. Cualquier duda o sugerencia, escribir a [info@pixelatl.com](mailto:info@pixelatl.com)



La actual pandemia consecuencia del llamado COVID-19 afecta a todas las personas de todas las edades, incluyendo a los niños y las niñas, que además observan la angustia de los adultos que los rodean y no necesariamente saben cómo expresar sus propias angustias y situación.

Este sencillo librito fue creado en medio de la crisis por un grupo de creadores mexicanos de diversas partes del país, como una herramienta para ayudar a los pequeños a reflexionar lo sucedido, y como un pretexto para provocarlos a que expresen cómo se sienten y discutir con ellos las medidas higiénicas y de protección en estas circunstancias.

