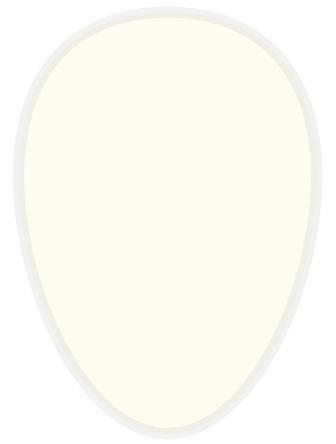


Pediatría del Desarrollo y del Comportamiento  
en el Centro Médico de la Universidad de Rochester

# Conjunto de Herramientas

## PARA AYUDAR A SU NIÑO A USAR UNA MÁSCARA DURANTE COVID-19

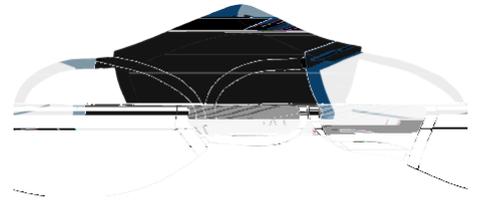
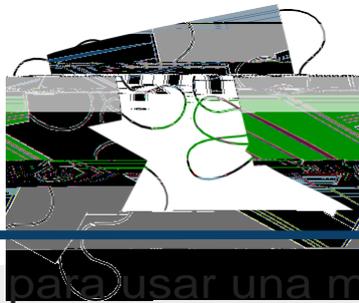
Escrito por Brennan Cavanaugh, PsyD, BCBA-D, Courtney Aponte, PhD, &  
Kenneth Shamlian, PsyD, BCBA-D



- 
- 
- 
- 



También puede usar una bufanda de tela para mostrarle cómo se sentirá



## 2. Prepare a su niño para usar una máscara:

Será importante preparar a su niño para que él o ella pueda usar una preparación y práctica repetidas. Considere comenzar por lo menos una semana antes de tener que salir a un lugar público.

- Explicaciones: Explíquelo a su hijo por qué es importante usar máscara. A algunos niños
- Modelado: Una de las primeras cosas que puede hacer es mostrar
-





#### 4. Pruebe estas cosas cuando su hijo salga con su máscara

**Reglas:** Puede resultarle útil establecer reglas claras para su hijo sobre cuándo, dónde y por qué pueden necesitar usar una máscara. Puede ser útil usar imágenes como recordatorios o para explicar lo que usted quiere que haga. Para niños que entienden bien el idioma, simplemente repasar las reglas antes de salir como familia también podría funcionar.

**Descansos:** Su niño puede necesitar descansar del uso de la máscara. Asegúrese de enseñarle una forma clara de pedir descansos si lo necesita. Puede acordar una señal manual, consultar con ellos verbalmente, usar un nuevo botón en su dispositivo de comunicación, o crear una tarjeta de “descanso” para entregarle. Puede darle a su hijo un descanso de la máscara sacándolo del lugar donde se encuentra (p.ej. salir de la tienda para entrar al automóvil por unos minutos), o pidiéndole a otras personas presentes que se vayan (p.ej. pedirle al médico que salga de la habitación por un minuto).

**Recompensas:** Al igual que hacer que su hijo se sienta cómodo con la máscara, las recompensas pueden ser de gran ayuda para que coopere. ¡Usar una máscara en el “mundo real” puede ser tratado como una tarea y “obediencia” (r.1 (o)-3.5 (o)-6.)]TJ 0.006 Tc 0. como7 (a)3.(.)-62.3 (o)-3.9 (")3 ( 5.8 ( q)1T

7 (e g)-2.7 (r)4 -1.283( Tw -6.918 -6.9ms.6a )-: 80.018 (r.11.T59e8 (r)5.8 5 (D0.00

## ¿Dónde P

---

Opciones en el Condado o Ciudad Locales: Una búsqueda rápida en internet puede darle ideas específicas sobre dónde obtener una máscara en su condado. A veces sin costo. Llamar a su departamento de bomberos local, ayuntamiento, o centro comunitario local puede ser también un buen lugar para comenzar. También puede comunicarse con sus clubes sociales o grupos religiosos a los que pueda pertenecer y preguntar si alguien las está haciendo. Si su vecindario usa Nextdoor o tiene una página en Facebook, puede pedir por sugerencias allí también.

Tiendas Locales La mayoría de las tiendas de comestibles y las cadenas de farmacias ofrecen ahora equipos de protección como las máscaras.

### Una Nota Final:

Usar una máscara es difícil para muchas personas y puede ser realmente difícil para los niños. Puede elegir qué consejos pueden funcionar mejor para usted y su niño. Si su niño tiene necesidades especiales, le recomendamos que hable con los terapeutas y proveedores de atención médica de su niño antes de explorar estas opciones.