

NOTA DE PRENSA

Los pediatras de Atención Primaria publican un cuento para implicar a los más pequeños en la lucha contra el malvado y feo Covi lleno de pinchos

- La Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap) pone a disposición de las familias ‘Pequepandilla al rescate’ a través de su web Familia y Salud
- Explican a los más pequeños cómo pueden ayudar a vencer con aviones de papel y con sonrisas al malvado Covi
- Es también un toque de atención a los adultos que a veces “se ponen nerviosos” y no saben mantener la calma y dar ejemplo cuando más se necesita
- Puedes descargar el cuento aquí: [Pequepandilla al rescate](#)

Madrid, 31 de marzo de 2020.- "Los niños y la Pequepanda hemos salvado al mundo del malvado coronavirus". Así termina la historia de un grupo de niños que se enfrentan con valentía e inteligencia a la epidemia del coronavirus, y que la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap) ha querido poner a disposición de las familias en estos momentos para hablar con los más pequeños de la casa sobre cómo cuidarse para defenderse de la infección.

Teresa Cenarro, pediatra de Atención Primaria de Zaragoza y vicepresidenta de la AEPap y Esther Ruiz, también pediatra de Atención Primaria de Madrid, son las autoras de ‘**Pequepandilla al rescate**’, un relato ilustrado para animar a las familias en estos días de confinamiento. El cuento está disponible a través de la página web para familias de la AEPap, [Familia y Salud](#).

“Estamos viviendo una situación excepcional y especialmente dura para algunas familias que se han visto afectadas en primera persona por el coronavirus”, explica la Dra. Cenarro. “Por eso queríamos ayudar a explicar esta situación a los más pequeños, que pueden estar experimentando emociones que van desde la sorpresa al miedo, extrañeza, incertidumbre...”

“Desde la AEPap a través del cuento hacemos una llamada a la unión, personalizada en cinco niños de una pandilla, y buscamos despertar la conciencia social a través del trabajo en equipo y de la magia de los mensajes sencillos, como lavarse las manos y toser en el codo, siempre sin parar de sonreír”, destaca la Dra. Cenarro.

El cuento trata de enseñar a los niños hábitos saludables para que crezcan sanos y conscientes del poder de los pequeños gestos y del buen humor, al tiempo que busca

ayudar a los adultos a mantener la calma y dar ejemplo cuando más se necesita. La historia es también un toque de atención a los adultos que a veces “se ponen nerviosos” y no saben mantener la calma y dar ejemplo cuando más se necesita.

La historia aporta el optimismo que necesitamos estos días para seguir avanzando juntos, con los aviones de papel (*whatsapp*, correos electrónicos...) en la defensa del malvado Covi lleno de pinchos, hasta que desaparezca y el mundo se vuelva a llenar de color”, apunta la Dra. Cenarro.

Además, como destacan los especialistas de la AEPap, es importante extraer las cosas positivas del confinamiento para sobrellevar la situación mejor y enumeran una lista de propuestas para las familias:

- ¡Pasáis más tiempo con vuestros hijos! De vosotros depende que sea tiempo de disfrutar, de aprender a conocerlos, de creatividad.
- Se ha demostrado que la mayor parte de la gente es responsable y solidaria. La sociedad en su mayoría responde ante la adversidad.
- A pesar de estar separados de los nuestros, estamos más cerca que nunca, pensando en ellos, en su bienestar y en cómo ayudarles en lo que se pueda. ¿No es así?
- Estamos aprendiendo a valorar cosas de las que antes no éramos conscientes: el tiempo, la familia, las conversaciones, la salud, nuestros mayores... ¡Y son mucho más importantes que otras!
- Valoramos ahora en su justa medida la importancia de cuidar y hacer un buen uso del sistema sanitario que tenemos. Los recursos se agotan. ¡Hay que ser conscientes!
- Hemos mejorado en nuestros hábitos higiénicos en general. Ya sabemos lo importante que es lavarnos las manos. ¡Y los pediatras nunca hemos visto tantos niños tosiendo en el brazo en vez de en la mano o al aire! ¡Hemos aprendido!

Además, AEPap recuerda que en su web Familia y Salud existe además la posibilidad de participar en los concursos y actividades de este mes, que pueden ayudar a reflexionar sobre este momento y hacer más llevadero el confinamiento de los niños. Se pueden consultar las bases de cada iniciativa clicando en cada una de ellas:

- 1. [Concurso “SÉ CREATIVO, EN CASA POR EL CORONAVIRUS”](#) hasta el fin del aislamiento preventivo en casa.
- 2. [Concurso “CUANDO LEES NO TE ABURRES”](#) hasta el 30 de abril.
- 3. Enviarnos ANÉCDOTAS O IDEAS ORIGINALES Y DIVERTIDAS para celebrar CUMPLEAÑOS INFANTILES a través de nuestras **redes** o en nuestro **correo**: guiadepadres2011@gmail.com ([link sends e-mail](#))

Y para dar respuesta a todas las preguntas que puedan plantear los niños ante esta situación, AEPap pone a disposición de las familias con menores una serie de recursos, además del cuento, que pueden ser de utilidad en estos momentos excepcionales:

- [Que el coronavirus no te quite el sueño](#). Documento de Consenso del Grupo Pediátrico de la Sociedad Española de Sueño. Consejos para que los cambios de rutinas del enclaustramiento forzoso nos afecten lo menos posible nuestro ritmo de sueño. Disponible [en video](#).
- Apoyo emocional para gestantes y mamás recientes: [foro MAMA IMPORTA](#). Un sitio donde poder compartir experiencias, descargar preocupaciones y resolver dudas ([Instituto europeo de Salud Mental perinatal](#)).

- [Guía de ayuda para padres y cuidadores para ayudar a las familias a enfrentar la enfermedad Coronavirus 2019 \(COVID-19\).](#)
- [¿Que le digo a mis hijos del coronavirus?](#). Pregúntales qué saben y responde a sus dudas de modo sencillo y con calma. *Esta guía puede ayudarlos y ayudarte.*
- [Empatía Viral – Todo irá bien.](#) Relato corto de nuestro colaborador Iñaki Alegría publicado en su Blog Cooperación con Alegría. Con moraleja final. ¡Léelo!
- [Voluntarios Covid.](#) Por toda España los jóvenes a través de las redes se han organizado para realizar actividades solidarias como llevarles la compra a nuestros mayores, cuidar de los niños de las familias trabajadoras, clases o actividades online gratuitas...
- Otros cuentos para hablar con los niños del coronavirus:
 - [El cuento del coronavirus.](#) Un cuento para explicar a tus niños la historia del coronavirus y porque había que quedarse en casa. Del *Blog Lletres i Gargots*. Disponibles [en varios idiomas.](#)
 - [Rosa Contra el Virus.](#) Cuento para explicar a los niños y niñas el Coronavirus y otros posibles virus. (Del *Colegio de Psicólogos De Madrid*).
 - [El virus contado a los niños.](#) (*Psicóloga Manuela Molina @MINDHEART.KIDS*)
 - [10 Formas de ayudar a los niños a afrontar el brote de COVID-19 y el aislamiento en casa.](#) *Comunidad de Madrid.*

Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)

La Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria se constituye como una Federación de Asociaciones de Pediatras que trabajan en Atención Primaria (AP), de carácter científico y profesional, sin fines lucrativos, que representa a más de 5.300 pediatras de AP en el estado español. En su seno se encuentran diferentes Grupos de Trabajo sobre diversas materias (Grupo de Prevención en la Infancia y Adolescencia, Grupo de Vías Respiratorias, Pediatría Basada en la Evidencia, Docencia MIR, Cooperación Internacional, Patología del Sueño infanto-juvenil, Grupo de Investigación, Grupo Profesional, Trastorno por déficit de atención e hiperactividad, Grupo de Educación para la Salud, Grupo de Patología Infecciosa, Grupo de Ecografía Clínica Pediátrica, Grupo de Relaciones con Europa y el Grupo de Gastro-Nutrición). Los objetivos principales de esta Asociación son: promover el desarrollo de la Pediatría en la Atención Primaria, buscar el máximo estado de salud del niño y del adolescente, promocionar su salud, prevenir la enfermedad y facilitar su recuperación en caso de contraerla, fomentar y ejercer la docencia sobre Pediatría de Atención Primaria del pregraduado y postgraduado (Médicos Residentes de Pediatría, Médicos Residentes de Medicina Familiar y Comunitaria y profesionales del ámbito de la Atención Primaria), fomentar y ejercer la investigación, coordinar los diferentes programas sanitarios relacionados con el niño, recoger los problemas e inquietudes relacionados con el ejercicio de la Pediatría de Atención Primaria y representar los intereses de sus socios en el marco de las leyes y ante los distintos organismos (Administraciones Públicas Sanitarias y Docentes, otros órganos o entidades Nacionales o Internacionales), y coordinar con otras asociaciones similares (regionales, nacionales o internacionales) actividades y proyectos encaminados a la mejora de la Pediatría en Atención Primaria.

Para más información:

BERBÉS– Gabinete de prensa de AEPap

Rosa Serrano / María Valerio

610 22 14 10 / 637 55 64 52

rosaserrano@berbes.com / mariavalerio@berbes.com