

Coronavirus (COVID-19)

Argentina unida

Jugar en casa

Guía de recomendaciones,
juegos y actividades para
la primera infancia

3

Secretaría Nacional de Niñez,
Adolescencia y Familia



Ministerio de
Desarrollo Social
Argentina

Responsable de contenidos

Subsecretaría de Primera Infancia (SSPI)

Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia (SENAF)

Desarrollo de contenidos

Dirección de Fortalecimiento y Formación en Primera Infancia - SSPI - SENAF

Programa Primeros Años - SDNAF - SENAF

Mediación, edición y diseño gráfico

Área de Comunicación - SENAF

Coordinación editorial

Jefatura de Gabinete - SENAF

Con el apoyo del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

Foto de tapa: Garrett Jackson (Unsplash)

Introducción

Compartimos la tercera entrega de esta guía con nuevas recomendaciones, juegos, recetas y actividades para niñas y niños de 0 a 5 años. Se trata de propuestas pensadas para hacer en casa, con el objetivo de generar momentos lúdicos y creativos junto a sus familias durante el aislamiento social obligatorio para prevenir el contagio del coronavirus (COVID-19).

En esta entrega también incluimos algunas historias de familias en cuarentena que cuentan cómo llevan adelante el aislamiento con niños y niñas de diferentes edades y, en algunos casos, en espacios reducidos. La intención es que podamos reflexionar en base a estas experiencias y tomar ideas para aplicar en nuestros hogares.

La guía presenta un recorrido abierto para su exploración; cada cual podrá elegir su propio camino. Es también una invitación para que los adultos que acompañan puedan escuchar y poner en práctica las ideas de juego que surjan de las niñas y los niños.

Contenidos de esta guía

Esta guía se divide en los siguientes capítulos:

1. Juegos y actividades para hacer en familia

- Juegos para fabricar en casa
- Juegos tradicionales
- Recetas

2. Relatos de familias en cuarentena

3. Información importante

¡Esperamos que la disfruten!

Juegos y actividades para hacer en familia

1. Juegos para fabricar en casa

Nuestro rol como adultos es facilitar el juego: brindarles a los niños y a las niñas los elementos para armar la situación de juego, fomentar su creatividad, garantizar su cuidado, estar presentes para escucharlos y comprenderlos. También es importante festejar todo el proceso, ya que cada iniciativa es un gran logro para cada niño o niña.

Les proponemos algunos juegos para armar en casa con materiales fáciles de conseguir. Son propuestas disparadoras para que el juego aflore y se ponga en marcha la imaginación.

Cilindros para imaginar

Vamos a jugar con un tubo o cilindro de cartón, que puede ser el del papel higiénico, el del papel de cocina u otro similar.

Este tipo de cilindro ofrece muchas posibilidades gracias a sus características: es de cartón, es liviano, tiene un centro abierto, su forma le permite rodar o mantenerse apoyado en la base. Quizás pueda convertirse en un micrófono o en un recipiente para meter objetos más pequeños, como un autito o una pelota chiquita. Un cilindro de cartón nos permite imaginar estas posibilidades y muchas otras que surgirán de la imaginación de las niñas y los niños.



El gran desafío que tenemos como personas adultas es cómo presentar este objeto a las niñas y a los niños de forma atractiva. Les sugerimos algunas ideas: encintarlo, unirle una soga, pegarle papeles, decorarlo con cinta de colores, acompañarlo de pedazos de tela. Seguramente se les ocurran otras ideas de acuerdo a los recursos que tengan en casa.

Recuerden que el mejor diseño es el que el niño o la niña produzcan con su imaginación.

Lana para armar

¡Juguemos con lana! Es un material liviano y manipulable que puede anudarse, tejerse y también teñirse. Es fácil de higienizar, ya que se puede lavar con agua y jabón y dejar secar.

Para presentarle la lana a niñas y niños pequeños podemos hacerlo en forma de pompones tejidos o pelotas. Los pompones se pueden meter y sacar de contenedores, se pueden lanzar y embocar en una caja, se los puede patear, se pueden clasificar de acuerdo a tamaño y color.

Para que jueguen los y las bebés, sugerimos dejar el pompón a disposición para que el bebé (ubicado boca arriba) pueda tomarlo, manipularlo, pasarlo de mano en mano, entre otras opciones. ¡Hay infinitas posibilidades de juego para descubrir!

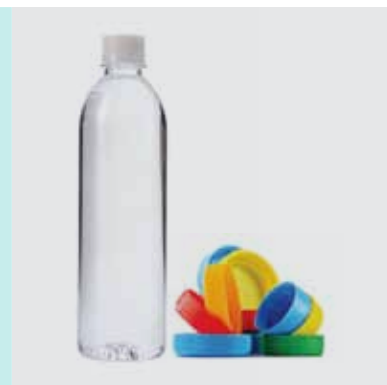


Botellas y tapitas para rodar

Las botellas y tapitas de plástico son un material liviano y versátil para jugar. ¡Vamos a armar un autito para arrastrar!

Materiales

- Botellas de plástico
- 2 pedacitos de alambre de 20 cm. aproximadamente
- 5 tapitas de plástico
- 8 cuentas de collar (o bolitas de plástico perforadas)
- Hilo grueso o sogá
- Pinza



> Cómo se hace

Atravesamos la botella de plástico con dos pedazos de alambre: uno de ellos lo perforamos a 4 cm. de la base y otro, a unos 4cm. del cuello (cerca del lado que servirá de base para el arrastre). De esta manera, quedarán las 4 esquinas del alambre asomando por fuera de la botella. Allí ubicaremos las ruedas del autito.

Para las ruedas, agujereamos las 5 tapitas en el centro (lo podemos hacer con un cuchillo caliente). Antes de enhebrarlas hay que hacer un rulito en el alambre y pasar una cuenta de collar. Recomendamos encintar las puntas del alambre para evitar accidentes. Luego se ponen las tapitas y se termina con otra cuenta y un rulito bien apretado para que no pinche. ¡Listas las ruedas!

Para asegurar la sogá con la que vamos a arrastrar el autito, pasamos un hilo por la tapita que cierra la botella y la anudamos bien. Luego cerramos la botella con la tapita. Y así nos queda la sogá asegurada. Es ideal que la sogá o el hilo con los que atemos la botella sean gruesos para que los niños y las niñas no se lastimen.



Y para los más pequeños....

Los y las bebés también pueden jugar con tapitas. Podemos armar un juguete con una argolla grande de cortina o con una pulsera de madera. Anudamos a la argolla varios cordones, tiras de lycra o tiras de tela cortada y, en los extremos, aseguramos tapitas de plástico de diferentes colores. Recuerden hacer varios nudos bajo las tapitas, bien firmes y fuertes, para que no se desprendan y el bebé no corra riesgos de tragarlas.



Pintar con pigmentos y pinceles naturales

Lograr pigmentos naturales en casa no es difícil, solo requiere de un poco de creatividad y de conseguir los productos que nos permitan fabricar los diferentes colores (frutas, verduras o especias, entre otros). Hay muchas opciones de plantas y frutos con las que se puede experimentar, siempre que no sean tóxicos para los niños y las niñas.









No es conveniente conservar este tipo de colorantes por mucho tiempo porque se oxidan y cambian su tonalidad. También se degradan rápidamente y pueden llegar a formar moho, aunque es posible añadir algún aditivo para conservarlos (por ejemplo, sal y vinagre). Pero es mejor hacerlos cuando sabemos que los vamos a usar.



Marcela Blanco (SENAF)

› Productos naturales para obtener muchos colores

Les ofrecemos un listado de opciones para extraer diferentes colores:

-  Se consigue a partir de acelga, espinaca, morrón verde, perejil o menta.
-  A partir de remolacha o moras negras. Para lograr un tinte fucsia hay que añadir unas gotas de limón al jugo obtenido. Con una pizca de bicarbonato de sodio se puede obtener azul profundo.
-  Utilizar cerezas, frambuesas, frutillas, morrón rojo, tomate o pimentón.
-  Se puede obtener a partir de arándanos.
-  Se puede obtener a partir de especias como el azafrán, la cúrcuma, la mostaza o el curry.
-  A partir de zanahorias y cáscara de naranja.
-  Utilizando té negro, café y cacao, también puede ser tierra colorada.
-  Utilizar carbón.

› Cómo fabricar los pigmentos naturales

Para fabricar los pigmentos naturales podemos usar alguno de estos métodos:

Opción 1

Licuar la verdura o fruta para extraer el jugo y hervirlo para que se evapore el exceso de agua.

Opción 2

Cortar en trozos la fruta o verdura y dejarla en remojo dentro de un tarro de vidrio con agua, alcohol o aceite. Cuando hayan transcurrido varios días, habrá soltado el color de base al agua, tintura (alcohol) o aceite.

En el caso de utilizar especias, solo necesitaremos molerlas hasta que quede un polvo muy fino y mezclar el polvo con un poco de agua.

Independientemente del método utilizado, lograremos aportarle consistencia al colorante obtenido si agregamos un poco de harina de maíz. También se puede mezclar con plasticola blanca para darle un brillo satinado.



› Pinceles diferentes

Para completar nuestro espacio de arte con productos naturales, podemos utilizar diferentes herramientas a modo de pinceles. Podemos fabricar hisopos usando ramas de árbol y atándoles un trozo de algodón en una punta. Otras opciones son usar hilo de lana empapado con pintura o conseguir hojas de árboles (secas o verdes) que nos pueden servir para estampar (empapándolas en pintura y apoyándolas sobre el lienzo). Las niñas y los niños también pueden usar los dedos de sus manos y sus pies a modo de pinceles.

¡Solo tenemos que motivarlos para que expresen su creatividad artística!



Marcela Blanco (SENAF)

› Opciones de lienzos

A modo de lienzo podemos usar distintos materiales: un pedazo de cartón, un trozo de madera, una hoja de papel blanco, un retazo de tela de algodón, entre otras opciones. Lo importante es que la base tenga un color uniforme y, en lo posible, un color claro, para que las obras de arte de nuestros niños y niñas resalten.

¡Esperamos que disfruten de experimentar con estos materiales y descubran nuevas formas de pintar!



Marcela Blanco (SENAF)

Para pensar...

Pantallas, tecnología y primera infancia

El contexto actual nos lleva a reflexionar acerca del uso de las tecnologías que hacen las niñas y los niños en la primera infancia. Sabemos que los niños y las niñas nacen inmersos en el lenguaje digital, son "nativos" digitales, mientras que muchos adultos somos "inmigrantes" tecnológicos. No obstante, el acceso de los niños y las niñas a celulares, tabletas y otros dispositivos depende de los adultos. Los adultos pueden habilitar el uso de estos dispositivos o pueden no hacerlo, según las prácticas de crianza de cada familia.

Por esta razón, es necesario tener en cuenta algunas cuestiones respecto de los niños y niñas pequeños y la tecnología:

- › **La fascinación que producen las pantallas en las niñas y los niños hasta 3 años no tiene que ver con el goce sino con el estímulo generado por la imagen.** Las niñas y los niños pequeños son incapaces de "defenderse" del sinfín de píxeles veloces e incomprensibles. No tienen tiempo de entenderlos ni de ponerlos en contexto de sus propias vivencias corporales, del mundo real que habitan.
- › **Por esta razón, y especialmente en contexto de aislamiento, es necesario que los adultos actúen de nexos con las pantallas,** que sean un "filtro" y acompañen su uso seguro, prestando especial atención a los medios de comunicación, tan relevantes en este tiempo de pandemia. Regular el uso de pantallas desde la comprensión, y no desde la alarma, es la mejor estrategia.
- › **Debido al exceso de exposición a dispositivos digitales, muchos especialistas comienzan a hablar de la necesidad de una "dieta digital",** que regule su consumo para evitar las consecuencias físicas y psicológicas de la sobreexposición.
- › **Aun en la era digital, es importante promover otras prácticas no digitales, como jugar, bailar, mirar, descubrir y expresar sin mediación tecnológica.** Las niñas y los niños nacen a un mundo de palabras, donde la voz humana da sostén; por eso es importante cantar, contar, conversar. Las actividades artísticas y expresivas son experiencias vitales y transformadoras, ya que ofrecen recursos a las niñas, a los niños y también a los adultos para nombrar lo que ven, lo que imaginan, lo que inventan, lo que sienten. Las prácticas de juego y expresión no digitales ayudan a descomprimir la ansiedad y fomentan la imaginación.

Los canales digitales de información y comunicación requieren de un consumo responsable. Son parte de nuestro día a día, pero no reemplazan a las ventanas de nuestras casas, a la palabra y a la imaginación.

2. Juegos tradicionales

Las escondidas

Este juego puede iniciarse desde que los niños y las niñas son muy pequeños: podemos jugar con nuestros bebés a “escondernos” y “aparecer” detrás de nuestras manos. Cuando los bebés comienzan a caminar, su mundo se amplía al igual que su curiosidad por conocer hasta dónde pueden llegar con sus ojos, sus manos y todo su cuerpo. Podemos experimentar escondiéndonos detrás de una sábana pequeña, un babero o un repasador. Los niños y las niñas chiquitos disfrutan mucho de esta actividad y pronto son ellos los que llevan adelante el juego, tomando con sus manos la tela y escondiéndose de la mirada del adulto.

Siempre que los adultos se oculten, deben hacerlo durante momentos cortos y permanecer cerca. Los más pequeños tienen que recibir señas o indicios concretos de adónde se ocultan y poder acercarse a ellos fácilmente. También es recomendable que el ocultamiento sea parcial; o sea, que se tapen solamente la cara. De esta manera, los bebés podrán soportar la tensión de la pérdida de la mirada.

Estas propuestas tienen que realizarse siempre observando a los niños y a las niñas, atendiendo a sus sensaciones y sentimientos y cuidando de no provocar situaciones que los puedan angustiar.

Proponemos buscar diferentes escondites dentro de la casa (también podemos construirlos o crearlos) para que los adultos se escondan junto con las niñas y los niños y sean buscados por otro adulto. También pueden ser los chicos y las chicas quienes se escondan y que sean los adultos quienes tengan que encontrarlos. A partir de los 2 o 3 años podemos proponerles que sean ellas y ellos quienes busquen a otros, cantando una canción mientras los demás se van escondiendo. No olvidemos enseñarles las reglas del juego y animarlos a variar los escondites.

También se pueden ocultar juguetes, primero ante la vista de los bebés y, a partir de los 2 años de edad, sin que ellos vean. Siempre deben ser escondites simples, en espacios bien limitados y con señales que ayuden a descubrirlos.

Otra variante es que los adultos escondan un juguete pequeño en una mano, cierren el puño y les propongan a los chicos y a las chicas descubrir en qué mano está.

Banco de imágenes SENAF



A volar

Jugar a convertirse en aviones y volar por unos momentos es un juego sencillo pero siempre atractivo, que se puede realizar de forma más o menos compleja según las edades.

Para jugar con bebés, los adultos podemos tomarlos desde debajo de sus brazos (no desde las muñecas) y girar suavemente, haciendo que los bebés se eleven. La canción **Había una vez un avión (Cantando con Adriana)** propone diferentes movimientos para realizar durante el juego.



UNICEF Argentina

Si se trata de niños y niñas más grandes, les proponemos pasearse como avioncitos por todo el espacio del hogar junto a los adultos que acompañen el juego. Pueden generar diferentes ritmos de “vuelo”, frenando, tomando velocidad y produciendo encuentros entre todos los jugadores.

Sonidos y movimientos

A los bebés los estimula que la persona adulta que acompaña los ubique en diferentes posiciones y los mueva. Algunas opciones son acostarlos boca arriba, extender y flexionar sus brazos y piernas, hacer “bicicleta” con sus piernas, mecerlos boca abajo y boca arriba.

También les divierte que los adultos imiten las acciones que ellos realizan y comenten sobre sus movimientos y sonidos. Les proponemos estar atentos a lo que hagan los bebés e incentivarlos con las palabras. Por ejemplo, si el bebé abre la boca y emite sonidos o levanta sus brazos o piernas podemos imitar estas acciones sencillas y comentar: “Uy, mirá que alto levanta los brazos”, “pero qué sonrisa tan linda”, “y esa vocecita, mirá qué bonita y cantarina”, “cuánta fuerza que tiene en esas piernitas”.

Es importante estar siempre atentos a la fuerza muscular del bebé y asegurarnos que se encuentre a gusto con la propuesta y con el tipo de contacto que le ofrecemos. Evitemos movimientos bruscos.

Circuito de encuentros

Un circuito de encuentros consiste en una serie de caminos y postas para que transiten los miembros de la familia. Se puede armar adentro de la casa si hay suficiente espacio o al aire libre si tienen un patio o fondo disponible.

El circuito se adapta a las diferentes edades. Los bebés que aún no caminan pueden recorrerlo a upa de algún adulto o, si recién comienzan a caminar, pueden hacerlo de la mano. Los chicos y chicas más grandes podrán hacerlo solos, de acuerdo a sus edades.

› Las postas del circuito

La cantidad de postas o caminos dependerá del espacio con que cuenten en casa. Les damos algunas ideas para que elijan las que mejor se adapten a sus posibilidades:



1. Equilibrio

Para comenzar el circuito con un juego de equilibrio debemos generar un camino para transitar ejercitando esta habilidad. Podemos pegar una cinta de papel en el piso para caminar sobre ella o ubicar algunos papeles en forma de rectángulos sobre el piso, para que los jugadores deban pisarlos. Si el circuito se arma al aire libre y el piso es de tierra, una alternativa es marcar el camino con una ramita. Se puede hacer recto o incluir curvas.



2. Canción

Cuando se termina este primer camino, el participante tiene que cantar una canción. Si se juega con bebés, serán los adultos quienes deban cantar.



3. Túnel

La tercera posta puede ser una construcción similar a un túnel. Lo pueden armar de diferentes maneras: con 2 o 3 sillas dadas vuelta o utilizando una mesa, para pasar por debajo. Si lo desean, se puede tapar con un mantel, tela o sábana para darle más misterio a ese espacio que se atravesará gateando. Los bebés más chiquitos, que no gatean, están exceptuados de esta posta y pueden participar recibiendo a los más grandes a la salida del túnel.



4. Baile

A la salida del túnel se arma el sector de baile, de coreografía o de movimientos con el cuerpo. Cada jugador podrá elegir libremente qué hacer durante algunos segundos. Si hay bebés participando del juego, en esta posta sugerimos que una persona adulta baile con el bebé a upa.



5. Descanso y salto

Después de estas actividades de movimiento es momento de una pausa. Podemos preparar una silla, un banco o un almohadón donde los jugadores se sienten. Este momento de descanso servirá para que nos

recostemos, nos hagamos los dormidos y luego nos desperecemos. Y finalmente nos pondremos nuevamente en acción, dando grandes pasos hasta llegar a la última posta, donde saltaremos 5 veces (o las veces que quieran) en uno o en dos pies.

Para tener en cuenta

- › Antes de comenzar el circuito, las personas adultas les tienen que contar a todos los participantes en qué consiste el juego, de qué se trata cada posta y darles la opción de hacer una ronda de prueba.
- › La idea es que el circuito se recorra de a uno por vez, así todos pueden participar. Este circuito se puede repetir varias veces y, en cada vuelta, modificar una o varias de las estaciones.
- › Si las postas están señalizadas de alguna manera, mucho mejor. Puede ser con un cartel numerado o con una tira de papel que las describa.
- › Hay muchas alternativas para agregar postas o variarlas: por ejemplo, incluyendo una estación para imitar animales o una para embocar. También se puede hacer el circuito de a dos jugadores.

Para pensar...

La importancia de dramatizar escenas de la vida cotidiana

En estos días en los que vivimos cambios tan profundos en nuestras rutinas, ¿qué sienten las niñas y los niños de primera infancia? Ellas y ellos también experimentan cambios trascendentes, como verse obligados a incorporar nuevos hábitos de higiene, no poder ir al CDI o a su jardín, no visitar a los abuelos o salir únicamente para acompañar a los adultos a hacer compras o con muchas restricciones. ¿Cómo impactan estos cambios en los niños y las niñas y qué pueden hacer para lidiar con ellos?

Alrededor de los 2 años los niños y las niñas comienzan con el juego simbólico. Una herramienta para recrear el mundo que los rodea son los juegos de dramatización.

Jugando, los niños y las niñas se pueden acercar a lo nuevo sin temor. El juego alivia tensiones, ayuda a incorporar alternativas y a poner en marcha nuevas habilidades para dominar situaciones. Jugando dicen cosas que aún no pueden expresar con las palabras.

Con la dramatización de escenas de la vida cotidiana se promueve, profundiza, amplía y enriquece la experiencia de los niños y las niñas sobre aspectos conocidos de la realidad y al mismo tiempo sobre sus propios juegos.

La dramatización de la vida cotidiana propone:

- › Identificar la situación social que se dramatiza: la familia, el trabajo, entre otros.
- › Repartir los roles que se incluyen en esa escena: mamá, papá, hijo/a, abuelo, tía, hermano, amigo, vendedor, entre otros.
- › Asignar las tareas o roles a cada personaje: el/la bebé no quiere comer, hay que salir a comprar, etc.
- › Representar las actitudes que las personas asumen en el marco de determinadas situaciones: enojo, cooperación, contención, etc.
- › Buscar juntos las posibles soluciones ante esos conflictos o situaciones.
- › Crear una historia compartida con expresiones corporales y lingüísticas: gritos, risas, llantos, ademanes y gestos.
- › Descargar angustias y ejercitar la solución de conflictos. Este un aspecto sanador de la dramatización y del juego.

Para que una niña o un niño pueda desarrollar juegos de dramatización es importante generarle un espacio propio. No es necesario contar con mucho lugar físico ni con recursos abundantes: una caja de cartón, una silla o el espacio debajo de una mesa cubierto con una sábana pueden ser más que suficientes. Se trata de poner a disposición estos elementos y acompañarlos con la observación mientras desarrollan su proceso, dan sentido a cada elemento y así logran el objetivo de la dramatización. Como adultos y adultas debemos estar allí para reconocer el sentido que chicos y chicas dan a este proceso.

El juego es uno de los principales derechos de las niñas y de los niños en la primera infancia, por lo que debemos estar atentos a que sea un tiempo de disfrute. Para que el juego se produzca, el niño o la niña, ya sea solo o en compañía, debe ser capaz de iniciarlo, de elegir a qué, con qué, con quiénes (o no) va a jugar y de encontrar un sentido en lo que hace. **El juego es una experiencia siempre creadora, y es una experiencia en el espacio y tiempo presente, de forma que el momento importante es aquel en el cual el niño o la niña se sorprende de sí mismo por lo que descubre y hace.**



3. Recetas fáciles y ricas

Les proponemos dos recetas con una fruta que aporta muchos nutrientes y que suele gustarles a las chicas y a los chicos: la banana. ¡Esperamos que se animen a probarlas!

Galletitas de banana



Ingredientes

- 1 banana mediana y madura
- 1 taza de avena arrollada
- 2 cucharadas de dulce de leche o miel

› Preparación

Primero pisamos la banana con la ayuda de un tenedor hasta que quede hecha puré. Luego agregamos la avena y revolvemos para que se unan ambos ingredientes. Incorporamos las dos cucharadas de dulce de leche o miel y volvemos a revolver para que quede todo integrado.

Luego, con las manos húmedas para que no se pegue la preparación, formamos bolitas y las aplastamos en una fuente enmantecada. No requiere amasado.

Cocinamos las galletitas en el horno durante 10 minutos. Las dejamos enfriar antes de comer.

Estas galletitas también se pueden usar como tapas para hacer alfajorcitos... ¡y rellenarlas con lo que más les guste!

Helado de banana



Ingredientes (para una porción)

- 1 banana
- 1 cucharada de miel o dulce de leche
- También vas a necesitar una bolsa de nylon o film de cocina

› Preparación

Empezamos cortando la banana en rodajas de 1 cm de espesor y ubicándolas sobre un plato cubierto con nylon o film de cocina, separadas entre sí. Metemos el plato con las rodajas de banana en el freezer durante aproximadamente 2 horas o el tiempo suficiente para que se congelen.

Para preparar el helado, sacamos las rodajas congeladas del freezer y las dejamos a temperatura ambiente durante 5 minutos. Es importante dejarlas reposar afuera estos minutos para darle más cremosidad al helado.

Pasado este ratito, procesamos las rodajas de banana, agregamos el dulce de leche o la miel y seguimos procesando hasta lograr la textura deseada. ¡Ya tenemos nuestro helado de banana!



2. Relatos de familias en cuarentena

En este apartado compartimos algunas experiencias de familias en cuarentena, con sus sensaciones, vivencias y aprendizajes en este tiempo. Son historias que muestran estrategias posibles para transitar esta situación con paciencia y creatividad, acompañando a las niñas y a los niños en el despliegue de la imaginación y la invención. Esperamos que les resulten útiles para tomar ideas y pensar recursos para sus propias familias.

1. Picnic en el departamento (CABA)



Daniela González

Al inicio de esta cuarentena, nuestro desafío fue pensar cómo íbamos a arreglarnos los 4 dentro de un departamento de 2 ambientes, las 24 horas del día, con dos nenes, Santiago de 3 y Valentino de 6 años. Sin salidas, sin plazas ni paseos, que antes abundaban en nuestra rutina.

Uno de los primeros días, cuando todavía se sentía el veranito, les propuse a los chicos armar un picnic en nuestro mini patio. Llevamos comida, bebida, juguetes, libros, armamos una carpa y allí pasamos toda la tarde. Al día siguiente, ellos propusieron repetirlo. Y lo que comenzó como una actividad espontánea y aislada se transformó en una propuesta que ellos fueron planificando y repitiendo.

Los chicos fueron apropiándose de ese espacio, montando distintos escenarios y transformándolos constantemente de acuerdo a sus intereses. Incluso fueron incorporando al juego elementos no convencionales que iban recolectando de todos los ambientes de la casa.

El picnic en el patio sólo se vio afectado por una semana de constante lluvia. Una de esas

tardes estábamos en el living y ellos, que estaban jugando en la habitación, nos llamaron y nos sorprendieron: ¡habían montado el picnic en el cuarto! Estaban los libros, los juguetes estratégicamente dispuestos para la ocasión y, a falta de vegetación, desplegaron en la pared un acolchado de flores.

Bastó eso para entender y admirar la capacidad de los chicos para adaptarse a la realidad, intervenirla, apropiarse del espacio (sin importar las dimensiones) y seguir construyendo, expresando y transformando esa realidad a través del juego.

Por eso, para quienes a pesar de las dificultades tenemos lo necesario para subsistir mientras nos cuidamos en casa, y a pesar de lo duro que se torna por momentos el aislamiento, creo que está bueno como adultos tomar nota de estas señales que los chicos nos ofrecen. Y hacerles lugar, confiar en ese espíritu creativo, de adaptación y transformación constante que ellos naturalmente proponen. No siempre es fácil, pero entiendo que es una buena oportunidad, una invitación que no deberíamos dejar pasar.

¡Gracias Daniela por compartir tu historia!

2. Cuarentena con la abuela (Chacabuco, Provincia de Buenos Aires)

Decidimos pasar la cuarentena en casa de mis padres, en Chacabuco, porque allí los mellis (Lis y Ame, de 1 año) tendrían más lugar para jugar y moverse, ver el sol, estar en el patio y jugar con la mascota.

Tuvimos en cuenta el espacio físico, pero no el espacio personal de ellos. Somos partidarios de una crianza en donde ellos puedan jugar solos, superarse, aprender libremente, tomándonos tiempos para compartir con ellos y jugar también. Mi madre no es así pero, al compartir tanto tiempo juntos, también de alguna manera compartimos la crianza. Es ahí donde surge el problema. Obvio que a su abuela la aman, pero su forma de crianza les está generando dependencia y mayor dificultad para resolver por sus medios. Por ejemplo, para bajarse de un escalón, yo primero los dejo experimentar; si después de unos días no lo logran, los ayudo, mostrándoles la manera de hacerlo solos. Pero mi madre los baja a upa. Y si lloran por algún motivo, automáticamente les presenta algún estímulo. Yo prefiero que no lloren, pero si lo hacen y no es por un golpe, trato de sentarme y abrazarlos o entender cuál es el problema. Lisandro tuvo momentos en que tan solo necesitaba llorar, desahogarse como los adultos. Traté de calmarlo hasta que lo entendí y me senté con él a acompañarlo, lo abracé y lo mimé. Entendí que son personas que tienen necesidad de gritar y llorar a veces.

Esta situación a ellos les afecta bastante, solíamos ser 3 todo el día hasta que papá llegaba a las 6 o 7 de la tarde. Ahora de repente estamos en otra casa, con otras reglas, mamá y papá siempre presentes y la abuela sobreprotectora al lado.

Siento que logré que la abuela les dé más espacio y yo darles más de mi tiempo. Es una etapa maravillosa en la que todos los días se superan. Los observo y no puedo creerlo.

¡Gracias Yesica por compartir tu historia!

3. Un mundo de posibilidades (Paraje Barra Machado, Alba Pose, Misiones)

Disfrutar la primera infancia con Melody, de 3 años, es una actividad diaria que, casi sin querer, involucra a toda la familia. Sus abuelos se encuentran cerca y acompañan de manera activa en todos los detalles, transformándose muchas veces en los personajes principales de las historias que ella crea.



Tamara González

Tiene una curiosidad insaciable y una imaginación que impresiona. Nos vimos casi obligados a adaptarnos a la necesidad de crear situaciones nuevas continuamente en nuestro hogar, un aprendizaje distinto. Aun con su corta edad nos incentiva a creer en su mundo mágico donde todo es posible. Pasamos de cuentos de princesa a clases intensas de matemáticas en un abrir y cerrar de ojos; ella es nuestro motor de creatividad.

A Melody le gustan los colores y las canciones, moverse al ritmo de la música, riendo de sus chistes que no siempre tienen sentido. Juntos logramos comprender que no todo puede enseñarse con lápiz y papel, hay un mundo de posibilidades y lo mejor es que no hay límites.

En este contexto generamos un espacio donde podemos ser libres y cada uno puede aportar sus cualidades y aprender de los demás. Creemos que compartiendo estos momentos ella disfruta aún más sus juegos. Simplemente todo lo hacemos juntos, desde cuidar de sus muñecas hasta aprender a escribir su nombre y, de esta manera, mantenemos un vínculo muy cercano. Ella está creciendo, pero siempre recordaremos que hay un momento en el día en el cual podemos soñar con la magia de ser niños una y otra vez.

¡Gracias Tamara por compartir tu historia!

4. Un espacio propio (CABA)

En este tiempo de encierro, Ciro está buscando cambiar un poco de rutina y, a la vez, encontrar un espacio propio.

Es así como un día me pidió que armemos la carpa. Jugamos ahí ese día y desde entonces todo comenzó a pasar adentro de ella. Ciro juega en su carpa, come en su carpa, ¡hasta quiere dormir en su carpa!



Daniela Rodríguez

Ciro disfruta durante un largo rato de estar en este nuevo espacio. Nosotros, como papás, lo acompañamos en estos días de aislamiento flexibilizando un poco la rutina y siguiéndolo en sus elecciones. Así que todos nos acomodamos en la carpa o nos sumamos a cualquier propuesta que veamos que le hace bien y con la que se sienta cómodo. Es momento de cortar un poco con las rutinas para hacer de la cuarentena un tiempo más relajado.

¡Gracias Daniela por compartir tu historia!

Esperamos que hayan disfrutado de leer estas historias y que sean de ayuda para seguir transitando estos días en casa.

INFORMACIÓN IMPORTANTE

Aplicación CUIDAR

La aplicación Cuidar - Covid 19 posibilita el autodiagnóstico de síntomas, brinda asistencia y recomendaciones en el caso de compatibilidad con coronavirus y proporciona herramientas de contacto de esos casos a las autoridades sanitarias.

Además, Cuidar se vincula con el **Certificado de Circulación** y permite tramitarlo. La tramitación del **Certificado Único Habilitante para Circulación (CUHC)**, que puede vincularse con la aplicación, tiene carácter de obligatoriedad. Durante el aislamiento social, preventivo y obligatorio por la pandemia de coronavirus COVID-19, solo se puede viajar en medios de transporte y circular más allá de los comercios de cercanía si la persona forma parte de alguno de los grupos exceptuados y posee el Certificado de Circulación.

Descargá la app acá: <https://www.argentina.gob.ar/aplicaciones/coronavirus>



Para canalizar dudas sobre el coronavirus (COVID-19), los síntomas y cómo prevenirlo, se puede llamar al **120**, una línea gratuita del Ministerio de Salud de la Nación disponible las 24 horas. O ingresar a la web oficial [argentina.gob.ar/coronavirus](https://www.argentina.gob.ar/coronavirus).

Es muy importante informarnos siempre a través de las fuentes oficiales.

INFORMACIÓN IMPORTANTE

#EnCasaSinBronquiolitis

En épocas de bajas temperaturas, el Ministerio de Desarrollo Social junto con la Secretaría de Niñez, Adolescencia y Familia y el Ministerio de Salud de la Nación llevan adelante la Campaña Nacional de Prevención de la #Bronquiolitis y otras enfermedades respiratorias.

bronquiolitis en bebés

¿cómo se previene?

- › **Lavate bien las manos**, antes y después de darle atención.
- › **Dale teta** hasta los 6 meses y después otros alimentos, sin dejarla.
- › **Acostar siempre boca arriba**, sin almohada ni abrigo de más, con los pies contra el fondo de su cuna y los brazos sobre las mantas.
- › **Que respire aire limpio**: en lugares ventilados, sin humo de cigarrillo ni de leña, lejos de personas con signos de infección respiratoria.



¿cómo reconocerla?

- › **Fiebre alta**: 37,5 °C o más.
- › **Dificultad para respirar**: con ruidos, agitación o hundimiento entre las costillas.
- › **Tos, decaimiento o falta de apetito**.
- › El riesgo es mayor si nació prematuro o prematura, con bajo peso, o tiene menos de 3 meses.



¿qué hacer?

Llevar sin demora al Centro de Salud más cercano.

Ministerio de Salud

Ministerio de Desarrollo Social

Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia

Argentina unida



INFORMACIÓN IMPORTANTE



La línea de las chicas y los chicos

Gratuita y confidencial.
Todos los días, las 24 horas.

argentina.gob.ar/linea102

Argentina unida





Secretaría Nacional de Niñez,
Adolescencia y Familia



Ministerio de
Desarrollo Social
Argentina