



RECOMENDACIONES PARA NIÑOS, NIÑAS Y  
ADOLESCENTES EN PROCESO DE  
DESCONFINAMIENTO

**#CuidémonosEntreTodos**

# RECOMENDACIONES PARA NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN PROCESO DE DESCONFINAMIENTO

## I. OBJETIVOS

El presente documento tiene por objetivo generar recomendaciones para la salida y el cuidado de niños, niñas y adolescentes en el plan Paso a Paso, en el contexto de la pandemia COVID-19.

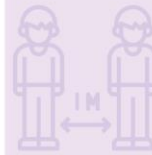
## II. MEDIDAS DE PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

- Transporte público o privado sujeto a pago.
- Ascensores y funiculares.
- Espacios cerrados.
- Espacios comunes de condominios.
- Vía pública de zonas urbanas o pobladas.

### Uso de Mascarilla



- Mantener **un metro lineal de distancia** entre cada persona.
- En espacios cerrados de atención a público, **no puede haber más de una persona** por cada 10 m<sup>2</sup>.
- En los lugares donde se formen filas, se deberá demarcar la distancia de **un metro lineal**.



### Distanciamiento Físico

### Higiene, Limpieza y desinfección



**Deberán limpiarse y desinfectarse al menos una vez al día:**

- Lugares de trabajo.
- Herramientas y elementos de trabajo.
- Espacios cerrados de uso comunitario.



### Información

**Todos los recintos cerrados que atiendan público deberán señalar:**

- Información sobre el **aforo máximo** permitido.
- Información que recuerde el **distanciamiento físico mínimo** que se debe respetar al interior del recinto.
- Obligaciones y recomendaciones generales de autocuidado.

\*El detalle y excepciones de estas medidas se encuentran definidas en el Protocolo Nacional "MODO COVID DE VIDA" basado en la Resolución Exenta N°591 del 23 de julio de 2020 del Ministerio de Salud y aquellas que la modifican.

### III. RECOMENDACIONES DE AUTOCUIDADO



## IV. PROCESO DE DESCONFINAMIENTO EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

### PREPARACIÓN, ALISTAMIENTO Y PLANIFICACIÓN

Para que las niñas, niños y adolescentes se alisten para volver a salir se requiere que la familia y/o cuidadores/as los preparen para mejorar la adherencia a las recomendaciones generales de prevención. Es importante recordar, además, que los niños, niñas y adolescentes se pueden ver expuestos a otras infecciones estacionales que, producto del confinamiento, se han visto reducidas de manera significativa.

Para ello es muy importante que las familias planifiquen el retorno a las actividades y a la interacción social, considerando las siguientes recomendaciones:

- Se deben mantener las medidas preventivas en niños, niñas, adolescentes, jóvenes y cuidadores, por lo que deben salir con mascarillas, y mantener el lavado de manos frecuente con agua y jabón o preparados en base a alcohol. Respetar la distancia entre personas de al menos un metro y extremar las medidas de higiene al regresar al hogar.
- La implementación de estas medidas de seguridad y protección en niños, niñas y adolescentes en espacios públicos requiere de acompañamiento permanente por parte de los cuidadores y las autoridades locales, así como del fortalecimiento de las capacidades de cuidado y autorregulación en este grupo de población.
- Se debe explicar adecuadamente y educar a los niños, niñas y adolescentes, de acuerdo con su etapa del desarrollo y capacidad de comprensión, sobre la importancia de mantener medidas de prevención del contagio tanto para el cuidado personal como del resto.
- Se recomienda realizar “ensayos” en la casa con los más pequeños, desde los 3 años, para evaluar la tolerancia y el uso adecuado de la mascarilla o escudo facial, siempre y cuando esto no signifique un aumento en el estrés o una experiencia negativa para el niño/a y/o sus cuidadores. Las mascarillas se pueden personalizar y caracterizar en base a gustos y preferencias de cada niño/a (diseños, colores, dibujos animados, equipos de fútbol, etc.), para promover su uso.
- En caso de que el niño/a no tolere la mascarilla o escudo facial, se recomienda no

obligarlo/a, explicarle la importancia y darle tiempo para acostumbrarse a su uso, y aplazar la salida hasta que el niño/a pueda y quiera cumplir las medidas sanitarias, de modo de que esto no se convierta en un evento traumático.

- La extensión en distancia del paseo, no debiera ser mayor a un kilómetro a la redonda con respecto al domicilio, de modo de evitar el uso de transporte público.
- Las zonas habilitadas para el paseo, pueden ser cualquier vía o espacio de uso público abierto, incluidos espacios naturales, zonas verdes autorizadas, plazas y parques. En caso de acudir a estos lugares, no se debe tener contacto con superficies que puedan ser foco de contagio como juegos infantiles, bebederos, bancas, etc.
- Los niños y niñas, podrán llevar a la calle sus propios juguetes, los que serán de uso personal. Se recomienda que sean lavables y sean lavados siempre al volver a casa con desinfectantes certificados.
- Promover la realización de actividades físicas prioritariamente.
- En las zonas comunes de edificios o espacios cerrados, se debe procurar coordinar horas diferidas de actividades al aire libre, con el fin de no hacer coincidir con otros niños, salvo que sean del mismo grupo familiar.
- En espacios rurales, los niños y niñas pueden salir al bosque y campo, procurando mantener el distanciamiento físico y el uso de elementos de protección personal.
- Se prohíbe la utilización este periodo para realizar actividades en lugares con mayor aglomeración de personas (supermercado, banco, etc.).
- Procurar que los niños, niñas y adolescentes tengan actualizado su calendario de vacunación, especialmente que quienes están dentro del grupo de riesgo hayan recibido la vacuna estacional contra influenza.
- Los niños, niñas y adolescentes deben estar siempre acompañados por un adulto sano, sin comorbilidades asociadas a riesgo de enfermedad grave por COVID 19.

## IMPLEMENTACIÓN

El Gobierno de Chile ha establecido la Estrategia Gradual de Desconfinamiento “Paso a Paso”, en la cual se irán levantando las restricciones establecidas por el confinamiento para el control de la transmisión del SARS-CoV-2. Esta estrategia se compone de cinco pasos, los permisos para que los niños, niñas y adolescentes puedan salir, variarán de acuerdo con el paso en el que se encuentre el territorio.

Tabla N°1. Estrategia Paso a Paso y Permisos para NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

PASO	DESCRIPCIÓN	PERMISOS
<p><b>Paso 1: CUARENTENA</b></p>	<p>Se refiere al estado más estricto de confinamiento de una comuna o territorio, ya que restringe la movilidad de las personas, para disminuir al mínimo la interacción y por lo tanto la expansión del virus. Esto significa que sólo se pueden realizar algunas actividades para las cuales se requiere un permiso (personal o colectivo).</p>	<p>Los niños, niñas y adolescentes, así como toda la población, tienen restricción de circulación por espacios públicos. Se hace excepción a aquellos que tengan alguna condición de salud que necesite de la circulación como son los niños, niñas y adolescentes con Trastorno del Espectro autista u otro tipo de neurodiversidad.</p> <p>Los niños, niñas y adolescentes, podrán salir tres veces a la semana (los días martes, miércoles y viernes) durante 90 minutos en una de dos bandas horarias posibles: -De 10:00 a 12:00 hrs. -De 16:00 a 18:00 hrs.</p> <p>Siempre se debe mantener el distanciamiento físico, la higiene permanente y el uso de mascarillas y/o escudos faciales.</p> <p>Los menores de 14 años siempre deben estar en compañía de una persona adulta responsable que deberá garantizar el cumplimiento de las medidas sanitarias.</p>
<p><b>Paso 2: TRANSICIÓN</b></p>	<p>Corresponde a una fase previa al desconfinamiento, que tiene como objetivo que se puedan retomar parte de las actividades de lunes a viernes, como las actividades deportivas, recreativas y sociales de forma limitada, en espacios abiertos y el seguimiento de medidas preventivas (distanciamiento físico, higiene permanente y el autocuidado).</p>	<p>Se permite libre movilidad de lunes a viernes por lo que no se necesita un permiso especial para la salida de los niños, niñas y adolescentes.</p>

<p><b>Paso 3: PREPARACIÓN</b></p>	<p>Es la fase previa a la apertura y, a diferencia de la anterior, se permiten actividades deportivas, recreativas y sociales sin restringirse los días, pero sí el número máximo de convocatoria. Actividades deportivas permitidas solo espacios abiertos tales como parques urbanos, áreas silvestres protegidas y afines, y lugares abiertos de libre acceso público. Se recomienda practicar deportes individuales, y en caso de deportes colectivos deben ser con un máximo 10 personas, en ambos casos siempre en espacios abiertos y con distanciamiento físico.</p>	<p>Se permite libre movilidad todos los días de la semana por lo que no se necesita un permiso especial para la salida de los niños, niñas y adolescentes.</p>
<p><b>Paso 4: APERTURA INICIAL</b></p>	<p>Aquellas comunas que presentan buen comportamiento epidemiológico, junto a las medidas de distanciamiento físico, higiene permanente y autocuidado, podrán retomar actividades. Estas actividades deberán minimizar las aglomeraciones y el contacto físico. Retorno gradual de actividades normales, en la medida en que se vaya abriendo comercio y espacios públicos.</p>	<p>Se permite libre movilidad todos los días de la semana por lo que no se necesita un permiso especial para la salida de los niños, niñas y adolescentes.</p>
<p><b>Paso 5: APERTURA AVANZADA</b></p>	<p>La última fase permite que las actividades aumenten su convocatoria. Además, permite libre desplazamiento, entre zonas de apertura avanzada.</p>	<p>Se permite libre movilidad todos los días de la semana por lo que no se necesita un permiso especial para la salida de los niños, niñas y adolescentes.</p>

Fuente: Adaptado de Estrategia Gradual "Paso a Paso", Gobierno de Chile 2020

## PERMISO PARA NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN CUARENTENA

### Objetivo

El objetivo de este permiso es poder brindar a los niños, niñas y adolescentes espacios de esparcimiento y salir del hogar, debido al extenso confinamiento que éstos han tenido producto de la emergencia sanitaria, buscando como meta final su interés superior en términos de su salud mental, desarrollo físico, recreación, entre otros aspectos.

### ¿Qué beneficios otorga?

Permite salir del hogar de confinamiento a niños, niñas y adolescentes, por un periodo de 90 minutos los días martes, miércoles o viernes.

### ¿Cuándo?

A partir del 17 de agosto en todas las comunas que llevan 14 días o más en cuarentena.

Cuando entra una comuna en cuarentena (Paso 1), el permiso comienza a regir 14 días después de que se decreta cuarentena en esa comuna.

### ¿Cómo?

Existirán dos bandas horarias en el día (AM y PM) en las que podrán salir los niños, niñas y adolescentes, sin embargo podrán elegir sólo una de estas. Podrán salir máximo 3 veces por semana, por un periodo de 90 minutos.

Los días para el permiso serán los martes, miércoles y viernes:

- AM: 10.00 - 12.00 horas
- PM: 16.00 - 18.00 horas

### ¿Qué necesito?

**Para niños/as (menores de 14 años):** Deben salir acompañados/as de una persona adulta responsable quién deberá solicitar un permiso en Comisaría Virtual. Cada persona adulta responsable deberá garantizar el cumplimiento de las medidas sanitarias (distanciamiento físico, uso de elementos de protección personal, lavado de manos, etc.).

**Para adolescentes (mayores de 14 años):** Deben solicitar su permiso en Comisaría Virtual, sin embargo no es necesaria la compañía de una persona adulta, cada adolescente debe



informarse y responsabilizarse por el cumplimiento de las medidas sanitarias (distanciamiento social, uso de mascarillas, lavado de manos, etc.)

### **Niños, Niñas y Adolescentes que pueden hacer uso de los permisos**

- Niños, niñas y adolescentes que no presenten cuadros respiratorios (síntomas como tos, dificultad respiratoria, fiebre sobre 37.8°, síntomas estomacales, dolor de cabeza, pérdida del gusto y del olfato).
- Si los niños, niñas y adolescentes presentan alguna patología de base (cardiorrespiratoria, inmunológica, oncológica, trasplantados entre otras), evaluar caso a caso y considerar reforzar medidas de prevención.
- \* Tanto niños, niñas y adolescentes, como cuidadores no pueden ser un caso probable o confirmado de COVID -19, así como no pueden haber tenido contacto directo con personas contagiadas con COVID-19 hasta completar la cuarentena.

### **CONSIDERACIONES ANTES, DURANTE LA SALIDA Y AL REGRESO AL HOGAR**

#### **Recomendaciones antes de salir:**

- Preparar el tipo de actividad que se va a realizar, reconocer el espacio a donde va asistir, identificar zonas cercanas al domicilio (parques, senderos y espacios abiertos) poco concurridas, a las que se pueda ir caminando.
- La salida debe realizarse a espacios abiertos para la realización de actividad física y fortalecer el desarrollo del niño, niña o adolescente.
- Utilizar prendas de vestir cómodas, acorde con la zona de residencia, zapatos idealmente con suelas que sean fáciles de limpiar.
- No llevar objetos al espacio público elementos de recreación como balones entre otros. En caso de hacerlo, éstos deben ser de uso personal y desinfectarse al momento de volver al hogar.
- Se puede hacer uso individual de patines, bicicletas, patinetas.
- Contar con elementos de seguridad e higiene para los niños, niñas y adolescentes y el cuidador/a.
- Realizar lavado de manos antes de la salida.

- De corresponder a su edad, solicitar al niño o niña que vaya al baño antes de salir, con el objetivo de no utilizar los baños públicos.
- Está prohibido asistir a espacios públicos como centros comerciales, supermercados, entre otros.

### Recomendaciones durante la salida:

- Abstenerse de salir si se están presentando precipitaciones o si la temperatura está por debajo al promedio normal del lugar.
- Evitar tocar ojos, nariz o boca.
- Mantener distanciamiento físico de un metro de otras personas.
- Acompañamiento de un solo cuidador a cargo de los niños, niñas y adolescentes que compartan en el mismo hogar durante la cuarentena.
- No llevar comida ni bebidas, y de preferencia no consumir ningún tipo de alimento en el momento de la salida.
- Evitar el uso de atracciones en parques, espacios deportivos como canchas y gimnasios al aire libre, espacios recreativos infantiles, bebederos y otros aparatos dispuestos en estas zonas, además, evitar el contacto con algún mobiliario urbano, como bancas, esculturas, parquímetros, bicicleteros, barandas, pasamanos, hidrantes, paraderos, entre otros.
- Durante la salida los niños, niñas y adolescentes no deben compartir juego con personas de otros hogares.
- Se puede correr, saltar, caminar, realizar exposición solar con la fotoprotección adecuada, tener contacto con la naturaleza, siempre y cuando se mantenga el uso de elementos de protección personal y se resguarde el distanciamiento social.
- Se puede usar bicicletas, patinetas y patines, estas deben ser de uso individual, no deben compartirse con niños, niñas y adolescentes de otros hogares, y debe realizar su limpieza antes del ingreso nuevamente a casa.
- Desechar mascarillas únicamente en la casa, no depositarlos en los contenedores dispuestos en los espacios públicos a los que acude.
- Se recomienda evitar el uso del celular durante la salida, y en caso de requerirse, éste deberá ser de uso personal para evitar el contagio.

## Recomendaciones al regreso a casa

- Al ingresar a la casa retire la mascarilla si es desechable desecharla, si es de tela depositarlo en el cesto de la ropa sucia y lavar lo antes posible.
- Las mascarillas y pañuelos desechables deben depositarse en las basuras en recipientes con tapa o en bolsas plásticas cerradas hasta su disposición final.
- A la entrada de la casa favorecer una zona donde pueda limpiar las superficies de bolsos, mochilas, artículos personales y la suela de los zapatos.
- Al ingreso a casa retirar la ropa con que salieron y disponerla en el cesto de la ropa sucia para lavarse con agua y jabón.
- Realizar un lavado riguroso de las manos con agua con jabón por 40 segundos y si es posible realizar baño completo antes del contacto con los miembros de la familia.
- Aplicar unas medidas básicas para mantener limpias y desinfectadas las superficies con las que estuvieron en contacto como celulares, otros dispositivos o materiales didácticos, limpiarlas según el “Protocolo de Limpieza y desinfección de ambientes COVID-19” disponible en: [https://cdn.digital.gob.cl/public\\_files/Campa%C3%B1as/Corona-Virus/documentos/paso-a-paso/Protocolo-Nacional\\_v2.pdf](https://cdn.digital.gob.cl/public_files/Campa%C3%B1as/Corona-Virus/documentos/paso-a-paso/Protocolo-Nacional_v2.pdf)
- Para niños, niñas y adolescentes con discapacidad y/o neurodiversidad se recomienda limpiar cuidadosamente las ayudas técnicas (silla de ruedas, bastones, muletas, caminadores, prótesis, entre otros), que fueron usadas durante la salida.

## MONITOREO

Padres, madres y cuidadores deben estar atentos en todo momento a la presencia de síntomas de COVID-19, o ante un eventual contacto estrecho con personas con COVID-19 a los cuales los niños, niñas y adolescentes puedan estar expuestos. Esto para poder tomar las conductas oportunas y evitar exposición a nuevos grupos.

## RECOMENDACIONES PARA MADRES, PADRES Y CUIDADORES

Niños, niñas y adolescentes podrían sentirse ansiosos o reacios a regresar a sus actividades habituales, especialmente si han estado aprendiendo en casa durante mucho tiempo. Por esto es importante es brindarles un ambiente en que se sientan seguros, queridos y comprendidos, y donde puedan expresar libremente sus sentimientos e inquietudes, y finalmente para que reflexionen y aprendan de la situación de crisis y se vuelvan aún más fuertes emocionalmente. Para ello se recomienda:

- Cuidar su bienestar emocional, y sus hábitos y rutinas, evitando consumo de tabaco y alcohol, buscando espacios de contención emocional con personas de confianza, y buscando estrategias para “liberar” el estrés como ejercicios de relajación, deporte o actividades físicas, recreativas y que sean de su agrado.
- Prestar atención a las reacciones emocionales de los niños y jóvenes reconociendo las experiencias estresantes que puedan significar el volver a la rutina habitual; aceptar y explicarles que estas emociones son normales, y siestas interfieren con sus deberes, apoyarles y buscar acompañamiento con un profesional.
- Procurar disminuir el impacto emocional brindando apoyo y contención, promoviendo actividades, escuchando y validando sus sentimientos, limitando la exposición a noticias y respondiendo a preguntas que puedan provenir de ellos.
- Se sugiere a los padres continuar asegurándoles a los niños, niñas y adolescentes que los establecimientos educacionales volverán a abrir, cuando sea seguro para ellos. Cuando esto ocurra apoyarlos en el proceso, recogiendo sus preguntas e inquietudes, y compartiendo información. Incentivarlos a retomar sus actividades habituales, y rutinas, facilitando el juego con sus amigos y continuar aprendiendo cosas nuevas, apoyándolos en su proceso de aprendizaje.
- Coordinarse con el establecimiento educacional para recibir información y preguntar si hay estrategias específicas de apoyo.
- Educar a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en como acoger a los compañeros que se sienten mal o temerosos, evitando cualquier tipo de burla, prejuicio o estigma a compañeros que pudieran estar o, haber estado enfermos y recuérdelos que deben ser considerados unos con otros.

- Prepararlos para que comprendan que es posible que se debe retroceder en las estrategias si se enferman más personas.
- Asegurar que, si los colegios cierran nuevamente, es para que las familias y nuestras comunidades se mantengan seguras y saludables.

## NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN CONTEXTOS DE RESIDENCIAS Y CENTROS DEL SERVICIO NACIONAL DE MENORES

Los niños, niñas y adolescentes bajo el cuidado del estado en residencias y centros del Servicio Nacional de Menores, por disposición de la Autoridad Sanitaria y con el objetivo de poder salvaguardar su salud, han permanecido desde el 15 de marzo en confinamiento. Es debido a esta prolongada cuarentena y en atención de los factores sociales y de salud mental, es que se ha elaborado un plan para flexibilizar esta restricción, la que se detalla a continuación.

PASO	ACTIVIDADES PERMITIDAS
<b>Paso 1: CUARENTENA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se encuentra restringida la movilidad de los niños, niñas y adolescentes, ya que deben permanecer en la residencia. Sólo en situaciones excepcionales puede solicitarse permisos de salida a través de Comisaría Virtual, salvo quienes se encuentran cumpliendo una sanción en un CIP-CRC de Justicia Juvenil.</li> </ul>
<b>Paso 2: TRANSICIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se autoriza una salida semanal por cada NNAJ, con autorización y supervisión de la dirección de la residencia.</li> <li>• Se permiten visitas con autorización de la dirección de la residencia o centro.</li> </ul>
<b>Paso 3: PREPARACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se autorizan 3 salidas semanales a cada NNAJ en residencia.</li> <li>• Se permiten salidas laborales de jóvenes de residencias que se encuentren en proceso de preparación a la vida independiente y jóvenes de centros privativos de libertad que estén acogidos al beneficio.</li> <li>• Se permiten visitas con autorización de la dirección de la residencia o centro.</li> </ul>
<b>Paso 4: APERTURA INICIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se autorizan 3 salidas semanales a cada NNAJ en residencia.</li> <li>• Se permiten salidas laborales de jóvenes de residencias que se encuentren en proceso de preparación a la vida independiente y jóvenes de centros privativos de libertad que estén acogidos al beneficio.</li> <li>• Se permiten las salidas educacionales, en la medida en que los</li> </ul>

	<p>establecimientos se encuentren operativos.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Se permiten visitas con autorización de la dirección de la residencia o centro.</li></ul>
<b>Paso 5: APERTURA AVANZADA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Se levantan restricciones</li></ul>

