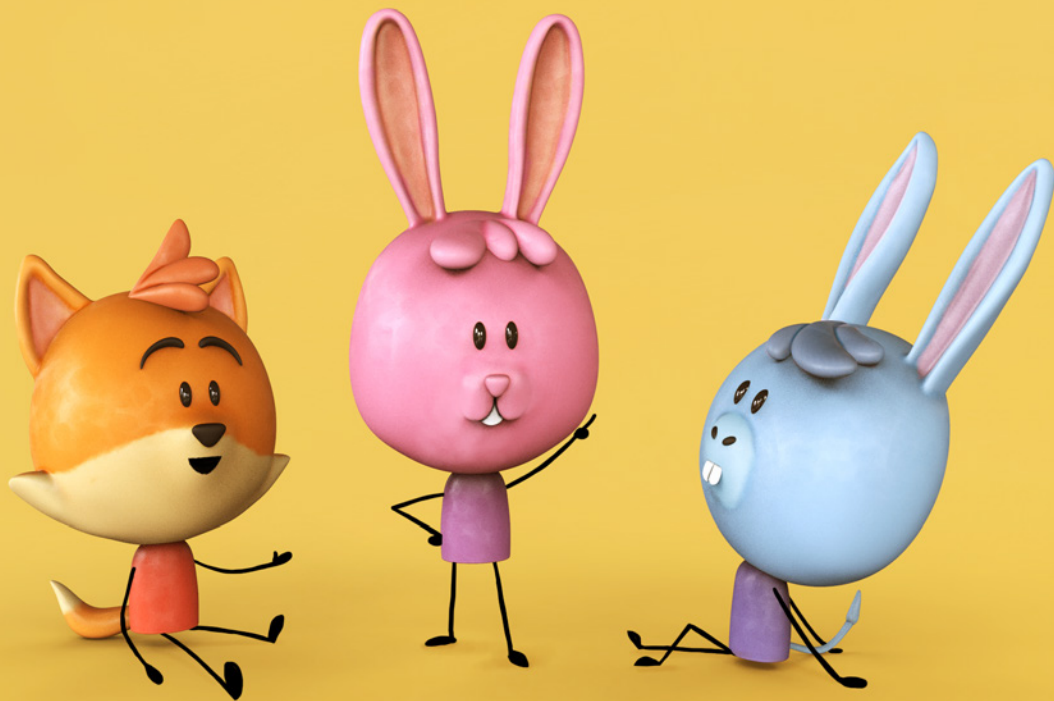


Os dias em que tudo parou



Este é um simples livrinho para ler com a família: pais e filhos, como uma ferramenta didática que permite discutir contingências e compartilhar dúvidas e preocupações. Para informações e conselhos mais detalhados sobre a quarentena, você pode pesquisar online na página da Organização Mundial da Saúde. Acesse aqui: <https://www.who.int>



Um dia nos disseram
que iam fechar as
escolas por várias
semanas e que durante
esse tempo não
podíamos sair de casa.



**No dia seguinte, olhei pela janela e vi
que a rua estava vazia.**





**Meu irmãozinho
estava triste e
entediado porque não
podíamos sair para
brincar.**

**Além disso, percebi
que meus pais estavam
preocupados e falavam
sobre uma doença muito
contagiosa. E eu senti medo.**



Por que isso está acontecendo?
Perguntou minha irmãzinha.

Meu pai nos explicou o
que a médica lhe disse.



É por causa do coronavírus, disse a médica para ele. É um novo
vírus que apareceu pela primeira vez há alguns meses.

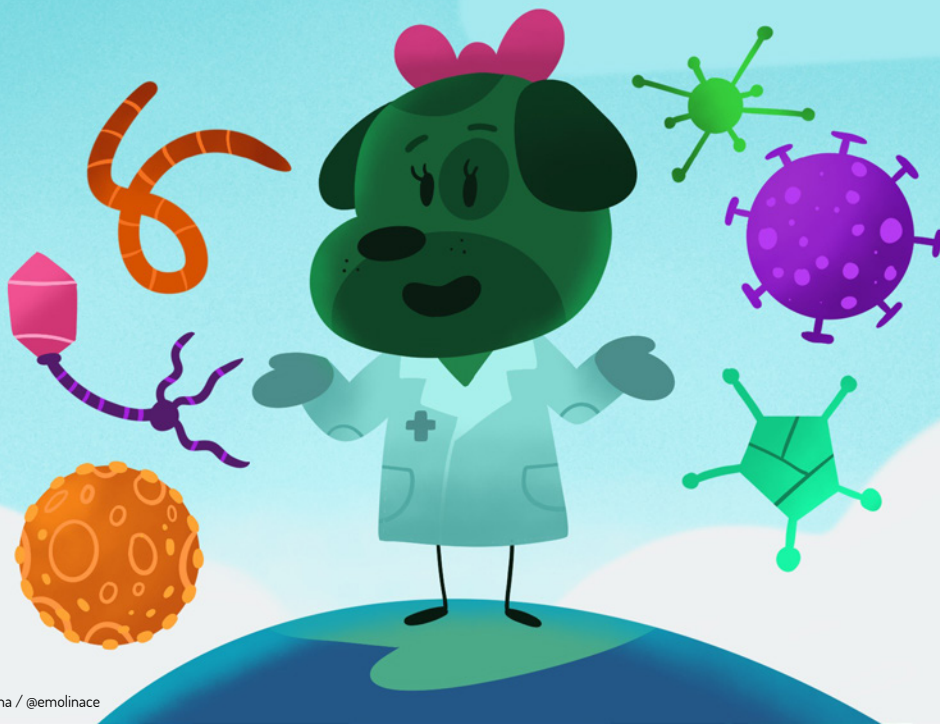


Os vírus são como uma espécie de bichinhos tão pequeninos que você não pode vê-los, mas se eles entram no seu corpo, eles podem te contaminar e às vezes, te deixar doente.

As pessoas contaminadas estão com o vírus dentro do corpo e quando falam espalham esses bichinhos pelo ar. Se eles chegam aos olhos, nariz ou boca de outra pessoa, ela também pode se contaminar.



Existem muitos tipos de vírus, mas os mais comuns e contagiosos podem deixá-lo doente com gripe, que é quando pode causar tosse, febre, dor de garganta ... ou algum outro sintoma. E você se sente mal.



**Então me lembrei de uma vez em que meu
irmãozinho ficou doente.**



**Um sintoma, como tosse ou febre, é um sinal do corpo
que indica que ele está combatendo uma doença.**

Você já ficou doente?

Circule os sintomas que você já teve alguma vez:



Dor de cabeça



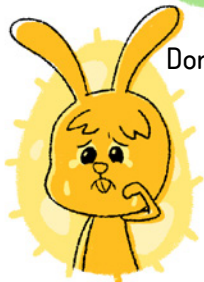
Febre



Tosse



Dor de garganta



Olhos lacrimejantes



Mal estar



Nariz entupido

Você teve outros sintomas? Escreva quais:

Você se lembra quantos dias você demorou para se recuperar? Circule quanto tempo você demorou para ficar bem novamente.

1 dia

2 ou 3
dias

Entre 4
e 6 dias

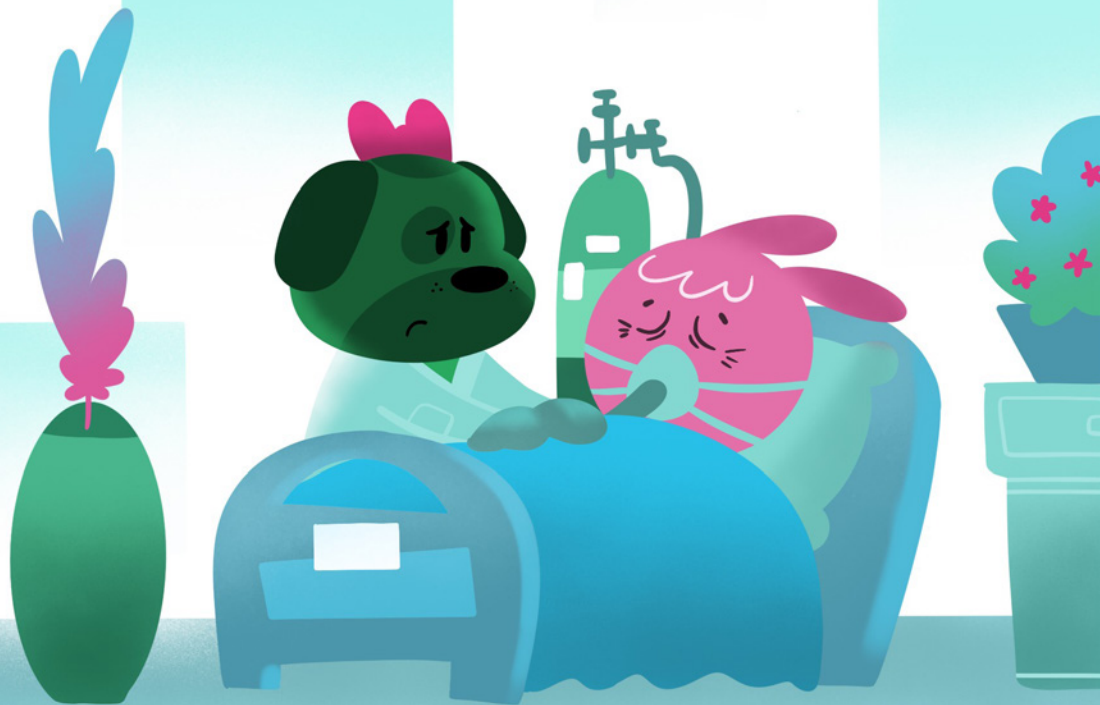
7 dias
ou mais



**Então eu disse: Mas se
meu irmãozinho e eu
já ficamos doentes, é
porque já existia vírus
antes. E nunca nos
disseram para não sair
de casa...**



Minha mãe me explicou que esse vírus é novo e a doença que ele causa é muito forte para os avozinhos, porque dificulta a respiração deles.



Em alguns casos, isso se torna tão grave que eles têm que ir ao hospital.

Também é grave para pessoas que já têm outras doenças, como uma que se chama diabetes. Esses grupos de pessoas são conhecidos como grupos de risco.



Hipertensão



Excesso de peso



Doenças pulmonares



Diabetes

Às vezes aparecem vírus com algumas características novas. Normalmente nem percebemos, mas de vez em quando eles nos afetam mais.



Isso aconteceu com este novo vírus, chamado Coronavírus SARS Co-V 2, ou COVID-19, que apareceu pela primeira vez em dezembro de 2019 na China.

Quando muitas pessoas têm a mesma doença em uma cidade ou país, isso é chamado de epidemia.



Em outros países, tantas pessoas adoeceram ao mesmo tempo que não havia hospitais para cuidar delas.

**É por isso que
os governos nos
pedem para ficar
em casa, para ajudar
a não aumentar as
contaminações e para
que as pessoas dos
grupos de risco não
adoeçam ao mesmo
tempo.**



Eu já entendi, disse para o meu pai.

**Mas ele me disse: Temos que
fazer outras coisas para ajudar
a impedir que as contaminações
aumentem, como lavar as mãos
várias vezes ao dia.**



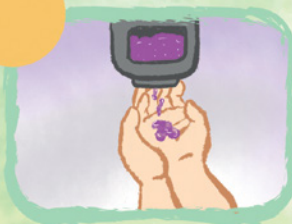


Você sabe como lavar as mãos?
Você sabe o que tem que fazer primeiro
e o que tem que fazer depois?

Enumere e escreva as etapas para uma
correta lavagem das mãos



.....



.....



.....



.....



.....



.....

Para ajudar a não espalhar o vírus, devemos cobrir a nossa boca e o nariz com a parte de dentro do cotovelo quando formos tossir ou espirrar.



Então eu comecei a treinar como tinha que espirrar e deu muita vontade de rir. Você pode tentar?



E quando precisarmos sair, disse minha mãe, temos que manter a distância de dois braços das outras pessoas para não sermos contaminados.



Você também pode ensaiar a distância saudável em casa!

Depois da explicação, percebi que tinha aprendido muitas palavras novas.

Relacione as palavras com os desenhos que as descrevem



Grupos de risco



Vírus



Epidemia



Contágio



Quarentena





Meu pai também me disse que, nos dias de quarentena, todos nós devemos ajudar mais em casa, para fazer a estadia de todos mais fácil. E tentarmos não ser tão barulhentos.

Eu disse à minha mãe que sentia saudades dos meus avós e ela me disse que eles também sentiam a minha falta, mas que poderíamos tentar nos falar por telefone para animá-los.



Ajude a Coelhinha a ligar para os seus avós resolvendo este labirinto para conectar a chamada.

Desde então, todos os dias ligo para os meus avós no mesmo horário, para não sentir tanto a falta deles. Às vezes também falo com os meus tios e até com os meus amigos!



Espero poder vê-los novamente em breve!

Conseguimos elaborar este livrinho para vocês graças à participação voluntária de muitos artistas que carinhosamente se juntaram a nós doando seu tempo, seu trabalho e seu talento.

Ilustradores:

Julieta Colás
Oscar Trejo
Boli Nolasco
Marcos Vargas “Marmot”
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
“Crayon” B. Alvarez

Ideia, desenvolvimento e coordenação:

Pixelatl / José Iñesta, Christian Bermejo y Jordi Iñesta

Escrito por:

Jordi Iñesta

Coordenação e corpo editorial:

Diana Pérez

Typografie des Deckblattes:

Carlos Cano

Correção de estilo:

Karen Acosta

Assessoria

Mariana Cano

Tradução para o português:

Fabiana Cristina da Conceição,
Mayla Eduarda Rosa Celorio, e
Daiane Cristina Carreira

Correção de estilo em

português:

Martha Machado e Marina Filipe

Os personagens e o estilo gráfico são baseados em um livrinho semelhante, “O dia em que tudo mudou”, que fizemos após o terremoto de 2017. Também foi um trabalho coletivo que você pode encontrar neste endereço:

<https://bit.ly/PxI7-20>

Dieses Büchlein ist ein Este é um trabalho coletivo feito sem fins lucrativos. Sua reprodução total é permitida para fins não comerciais, desde que seja citada a obra original e os seus autores. Qualquer dúvida ou sugestão, escreva para **info@**

pixelatl.com



A atual pandemia é consequência do chamado COVID-19 e afeta a todas as pessoas de todas as idades, incluindo meninos e meninas, que observam a angústia dos adultos ao seu redor e não sabem necessariamente como expressar sua própria angústia e situação.

Este simples livrinho foi criado em meio à crise por um grupo de criadores mexicanos de diferentes partes do país, como uma ferramenta para ajudar as crianças a refletirem sobre o que está acontecendo e como um pretexto para incentivá-las a expressar como se sentem e discutir com elas as medidas de higiene e proteção nessas circunstâncias.

