

# HABLÁNDOLE A LOS ADOLESCENTES SOBRE EL CORONAVIRUS

#PGCCOVID19



## MANTÉNGASE CALMADO E INFORMADO

- Sus hijos seguirán su ejemplo sobre cómo reaccionar y lo ansiosos que deberían estar.
- Obtenga información creíble sobre el virus para poder tener conversaciones abiertas y honestas con sus hijos adolescentes y corregir cualquier información que hayan escuchado que puede no ser cierta ("No es peor que la gripe").
- Cuídese como padre. Duerma lo suficiente y haga cosas que lo ayuden a sentirse más tranquilo - hable con amigos y familiares, haga ejercicio, escuche música, etc



SCHOOL OF  
PUBLIC HEALTH  
DEPARTMENT OF FAMILY SCIENCE

HEALTH  
DEPARTMENT



GLOBAL  
PHD