

Guía de buenas prácticas en las salidas de la población infantil en estado de alarma

Medida en vigor desde el domingo 26 de abril a las 9:00 de la mañana.

INTRODUCCIÓN

El confinamiento es una medida extraordinaria de salud pública que se ha indicado para el control de la epidemia. En el momento actual, después de cinco semanas de confinamiento, dada la tendencia de mejora progresiva de la situación y teniendo en cuenta que el confinamiento tiene un impacto en el bienestar de la población en general, se plantean algunas medidas de flexibilización.

La población infantil, en este tiempo de confinamiento, ha podido salir para acudir a la asistencia sanitaria o para acompañar a sus cuidadores en la compra de bienes de primera necesidad, en el caso de que no tuvieran con quién quedarse, pero no ha podido realizar salidas centradas en su propio bienestar.

La realización de un paseo diario es beneficiosa para la salud y el bienestar de la población infantil ya que puede mejorar su bienestar emocional, les permite una vida más activa físicamente y disfrutar del aire libre, previene algunos de los problemas asociados al confinamiento y puede mejorar el bienestar social y familiar.

A su vez, es una medida de equidad, ya que las condiciones de las viviendas y los estilos de vida no son iguales en todos los hogares. El confinamiento supone un impacto desigual en la población infantil que vive en condiciones de vida de mayor vulnerabilidad.

Dados los beneficios asociados a los paseos, y teniendo en cuenta el derecho a la protección de la salud de toda la población, el derecho a la protección de la infancia y el derecho de los niños y niñas al esparcimiento y las actividades recreativas, se permite realizar una salida controlada y voluntaria de la población infantil, como nueva medida dentro del Estado de Alarma.

Es importante que las salidas se realicen siguiendo las indicaciones que se recogen en esta guía y cumpliendo las medidas de prevención, con el objeto de que además de responder al derecho de protección de la salud y a la mejora del bienestar y el desarrollo de la población infantil, se haga con la seguridad necesaria para que no repercuta negativamente en la evolución de la epidemia.

INDICACIONES PARA REALIZAR LAS SALIDAS

Las salidas a la calle de la población infantil deben realizarse de manera que, cumpliendo con las medidas de seguridad, se obtenga el mayor beneficio posible para la salud, el bienestar y el desarrollo de la población infantil. Las salidas son voluntarias.

- ¿Quién puede salir?
 - o Menores de 14 años

- ¿Quién no puede salir?:
 - o Los menores que presentan síntomas o están en [aislamiento domiciliario](#) por diagnóstico de COVID-19.
 - o Los menores que se encuentren en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto con alguien con síntomas o diagnosticado de COVID-19.

- Consultar [decálogo para saber cómo actuar cuándo se tienen síntomas](#).
- ¿Con quién debe salir la población infantil?:
 - Los niños y niñas saldrán a su paseo diario siempre acompañados por un/a adulto/a responsable (con la autorización de sus padres, madres, tutores, cuidadores, acogedores o guardadores legales o de hecho si se tratara de una persona diferente).
 - Se permitirá la salida de un/a adulto/a responsable con hasta tres niños/as, siempre que estén conviviendo de forma habitual o permanente durante el confinamiento. Los/as adultos/as acompañantes serán responsables de que se cumplan las condiciones y limitaciones propuestas.
 - En caso de familias con padres y madres separados, los hijos/as podrán salir con ambos, en base a su convenio regulador, siempre que hayan convivido con los niños y niñas durante el confinamiento de forma habitual o permanente.
- ¿Cuánto tiempo se puede salir?:
 - Se puede salir durante un tiempo máximo de 1 hora al día, una vez al día.
- ¿A dónde se puede ir?:
 - Se puede pasear hasta una distancia máxima de 1 km del domicilio del menor (incluyendo espacios naturales y zonas verdes autorizadas).
 - No está permitido acceder a espacios públicos recreativos (toboganes, columpios) ni tampoco a instalaciones deportivas.
 - Se recomienda evitar zonas muy concurridas.
- ¿A qué hora se puede salir?
 - Se puede salir entre las 9:00 de la mañana y las 21:00 de la noche, para poder compatibilizar la salida con el horario laboral y las rutinas de cada familia y facilitar la dispersión.
 - En la medida de lo posible, se recomienda pasear a las horas de sol.
 - Se recomienda evitar las salidas en las horas punta de entrada y salida de los centros de trabajo de la zona donde se vive.
- ¿Cuáles son las medidas de prevención necesarias para el control de la epidemia?
 - Es responsabilidad de las personas adultas acompañantes el cumplimiento de las medidas de prevención para estos paseos.
 - Se debe mantener una distancia interpersonal con terceros de al menos 2 metros.
 - Hay que lavarse las manos antes de salir y al volver a casa. Es recomendable la higiene de manos cuando tosan o estornuden, y cuando toquen superficies que pudieran estar contaminadas (agua y jabón o solución hidroalcohólica). Ver el [vídeo sobre el lavado de manos](#) dirigido a población infantil.
 - Se debe enseñar a la población infantil que no debe tocarse los ojos, nariz y boca.
 - En el caso de que vaya a acudir a lugares donde no es seguro poder mantener una distancia de aproximadamente dos metros entre las personas, es recomendable el uso de mascarilla higiénica (a partir de 3 años) siempre que se pueda asegurar un uso adecuado de la misma. Ver infografía sobre el [uso correcto de la mascarilla](#). Para su uso es necesario la supervisión de la persona adulta acompañante. Tener precaución de no tirar la mascarilla al suelo. Si no son reutilizables, tirarlas en casa en la basura de restos asegurando posteriormente que la bolsa queda bien cerrada.
 - La salida y entrada en los espacios comunes de la vivienda se debe realizar de manera respetuosa, siguiendo las medidas de prevención e higiene, facilitando la convivencia y tratando de no tocar en exceso las superficies comunes.

- ¿Qué hacer en las salidas?:
 - o La población infantil puede correr, saltar, jugar y hacer ejercicio, siempre respetando las condiciones de distanciamiento interpersonal con terceros.
 - o Podrán salir con sus propios juguetes, montar en patinete o bicicleta. La persona adulta responsable deberá mantenerse a una distancia suficiente de los menores y sus juguetes para poder tener control de la situación.
 - o No se puede quedar con amigos/as.
 - o No se pueden realizar actividades deportivas grupales.
 - o No se puede parar a hablar con terceros si no es a más de dos metros de distancia.
- Medidas educativas a tener en cuenta:
 - o Responder a las preguntas sobre el COVID-19 de manera sencilla y transmitiendo calma, y recordándoles que está en su poder protegerse lavándose las manos, tosiendo o estornudando con el codo flexionado, etc.
 - o Explicar a la población infantil las condiciones para poder salir de casa, cada uno a su nivel, con antelación y comprobando que las han entendido.
 - o Preparar lo que se va a hacer, tratando de que les haga ilusión, dentro de las posibilidades permitidas.
 - o Responder a las preguntas o las dudas que puedan surgir y establecer las normas básicas que se van a seguir durante el paseo antes de salir.
 - o Estar pendientes en los paseos de que se cumplen las medidas y tratar de corregir de manera afectuosa para que vayan adquiriendo las nuevas rutinas.
 - o Aunque es necesario educar en las medidas de prevención, se debe tratar de evitar transmitir miedo a los niños y niñas. Los paseos pueden aportar muchos beneficios para la población infantil siempre que sea una experiencia agradable. Además, es una oportunidad para su regreso progresivo a la normalidad.

Otra información de utilidad para la infancia:

- Puedes consultar las [recomendaciones de apoyo emocional a niños y niñas durante la epidemia del COVID-19](#)
- Si ha fallecido alguna persona cercana a los niños y niñas te puede ayudar los consejos para [acompañar a los niños y niñas en el duelo por la muerte de un ser querido por COVID19](#).
- Puedes acceder a un cuento infantil para ayudar a niños y jóvenes a afrontar la pandemia, preparado por la Organización Mundial de la Salud, pinchando [aquí](#). Está especialmente pensado para menores de 6 a 11 años.
- Si necesitas ayuda psicológica profesional, tienes estos [teléfonos de asistencia psicológica](#) a tu disposición: 917007989 para familiares de personas fallecidas o enfermas de Coronavirus, y 917007988 para población en general con dificultades.
- Las Comunidades Autónomas podrán, en el ejercicio de su deber de protección y tutela, establecer la aplicación de estas medidas en los centros de protección de menores, centros habitacionales sociales de apoyo para personas con discapacidad u otros servicios residenciales análogos, para que puedan disfrutar de estas medidas.
- Los niños y niñas con discapacidad, que tengan alteraciones en su conducta, como por ejemplo los trastornos del espectro autista y conductas disruptivas, en las que el confinamiento pueda agravar la situación, podrán circular por la calle con la

frecuencia que se estime médicamente aconsejable, siempre y cuando se respeten las medidas necesarias para evitar el contagio.

Consulta [aquí](#) las recomendaciones para menores con trastorno del espectro autista.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Pueden salir de paseo con los abuelos/as o con un vecino/a adulto?

NO. Sólo es posible con personas adultas que hayan convivido de forma habitual y permanente con el menor.

¿Pueden ir al campo de baloncesto de al lado de casa o a jugar un rato en los columpios?

NO. No está permitido estar de forma permanente ni jugar en espacios públicos de juego o recreo como una cancha deportiva abierta o un parque recreativo (con columpios o toboganes).

¿Pueden ir a dar el paseo junto con otros niños/as acompañados de adulto/a?

NO. Se debe mantener la distancia de 2 metros con terceros. Hay que evitar el contacto directo con terceros. Solo pueden salir juntos los niños/as que habitualmente conviven juntos en la vivienda.

¿Pueden acompañar a una persona adulta al banco o a hacer la compra?

Está permitido, pero en la medida de lo posible se recomienda priorizar las salidas con los menores para que disfruten del aire libre.

¿La población adolescente entre 14 y 18 años puede salir a la calle?

La población adolescente de 14 a 18 años puede salir para las tareas permitidas en el estado de alarma si cuenta con la autorización responsable de sus progenitores u otras figuras parentales (no es necesaria por escrito, pero se podrá consultar con los progenitores en caso de duda).

¿Se puede ir a visitar a abuelos/os, familiares o amigos/as?

NO. Es una salida que no permite el contacto ni visita a terceros.

¿Podemos jugar con otros niños que nos encontremos en el paseo?

NO. Es posible saludar de forma breve manteniendo la distancia de al menos dos metros y continuar el paseo. NO está permitido formar grupos de personas.

¿Se puede llevar a los niños/as en coche?

No se puede coger el coche para realizar el paseo diario de una hora con menores. Solo se podrá llevar a los niños/as en el coche en el caso de que tenga que acompañar a un adulto para realizar las tareas permitidas por el estado de alarma, o para acudir a la asistencia sanitaria.

¿Es necesario usar guantes?

No es necesario el uso de guantes. Cuando salimos a la calle la limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el uso de los guantes. Es muy complicado que la población infantil haga un uso correcto de los mismos, por lo que además puede generar más riesgo.