



El equipo de CKiD espera que usted, su familia y sus amigos se mantengan bien durante estos tiempos difíciles. Su seguridad y bienestar son nuestra principal inquietud. Si se siente incómodo o no puede acudir a una visita del estudio en persona durante la pandemia, hemos creado una visita “provisoria/COVID-19” que se



puede completar por teléfono o en línea. Si no ha acudido a una visita de CKiD desde el inicio de la pandemia, póngase en contacto con su nefrólogo o coordinador de la

investigación lo antes posible, ya que podría completar una visita provisoria. La información que recopilamos para los participantes de CKiD que padecen nefropatía crónica durante la pandemia es muy valiosa y puede ayudar al equipo de nefrología a mejorar la atención clínica. Como siempre, el personal del estudio de CKiD se compromete a encontrar maneras de demorar o prevenir el progreso de la nefropatía en todas las etapas de la enfermedad desde la lactancia hasta el inicio de la adultez.

En esta edición:

Consejos sobre alimentación y actividades durante una pandemia: 2

Trivia para mayores de 18 años: Encarte A

Rincón de los niños: Encarte B

Información sobre CKiD: 3

Respuestas: 4

¿Sabía que... ?

- El estudio CKiD es un recurso internacional para comprender la nefropatía en niños: lea cómo hacerlo en el siguiente enlace:

<https://www.childrensmc.org/childrens-mercy-research-institute/news-and-stories/ckid--an-international-resource-for-understanding-chronic-kidney-disease-in-children/>

- Además, consulte esta publicación en el blog que el CHOP creó sobre CKiD: <https://www.research.chop.edu/cornerstone-blog/charting-a-course-for-children-with-kidney-disease>

- Su trabajador social puede ser un gran recurso si necesita ayuda adicional con alimentos, facturas u otra asistencia durante la pandemia.



Consejos sobre alimentación y actividades durante una pandemia



Las personas con afecciones crónicas presentan un mayor riesgo de complicaciones derivadas de la COVID-19, así que aquí hay

Antes de cocinar o comer los alimentos, lávese las manos con agua limpia y jabón durante un mínimo de 20 segundos.

Según los Centros para el control y la prevención de enfermedades (CDC), no hay evidencia de que la COVID-19 se pueda transmitir a través de los alimentos o los envases de los alimentos, pero no se recomienda compartir alimentos.

Prepare una lista para las compras con antelación. Compre alimentos suficientes para 1 a 2 semanas de suministro para evitar la escasez. Use una máscara en la tienda y toallitas en el carro, y asegúrese de que las bolsas reutilizables estén limpias.

Algunas especias que no contienen sal para probar en el hogar: cajún criollo, pimienta con limón, condimento tailandés, condimento para fajitas y salteado con jengibre.

Pruebe estas actividades en el hogar (además de salir al exterior para caminar, correr o andar en bicicleta):

Yoga with Adriene

www.youtube.com/user/yogawithadriene/videos

22-minute indoor equipment-free workout

www.youtube.com/watch?v=onYwLRieH-Q

Cosmic Kids Yoga

www.youtube.com/usuario/CosmicKidSyoga

Kids Bop Dance Along

www.youtube.com/watch?v=MHHyIV1yAfA1V





Mayores de 18 años

Trivia de la COVID-19



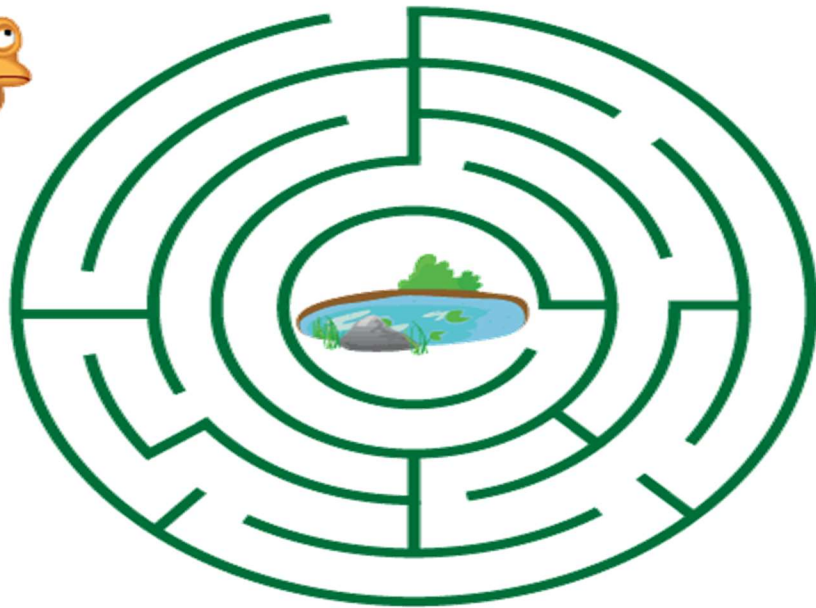
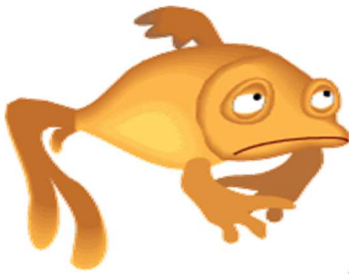
1. ¿Qué significa COVID-19?
 A) Es un término para la enfermedad del coronavirus 19, porque es la cepa 19.º que se descubrió del coronavirus.
 B) Es un término que significa enfermedad del coronavirus 2019, el año en que se identificó por primera vez.
2. ¿Qué otros virus pertenecen a la familia del coronavirus?
 A) Síndrome respiratorio agudo grave y gripe
 B) Síndrome respiratorio agudo grave y síndrome respiratorio de Oriente Medio
 C) Síndrome respiratorio agudo grave y virus de la inmunodeficiencia humana
3. Verdadero o falso: Una vacuna estimula el sistema inmunitario para producir anticuerpos, como si estuviera expuesto al virus.
4. Actualmente, existen vacunas para los siguientes coronavirus:
 A) Síndrome respiratorio agudo grave
 B) Síndrome respiratorio de Oriente Medio
 C) Síndrome respiratorio agudo grave y síndrome respiratorio de Oriente Medio
 D) Ninguna de las opciones anteriores
5. ¿Cuántas vacunas experimentales contra la COVID-19 se han propuesto?
 E) 25
 B) 100
 C) 120 +
6. Verdadero o falso: El virus está mutando rápidamente.
7. ¿Cómo parece afectar el clima al nuevo coronavirus?
 A) El virus no puede sobrevivir en climas cálidos y húmedos.
 B) Las temperaturas frías pueden matar al virus.
 C) Aún no se sabe.
8. Actualmente, ¿qué grupo ha tenido los efectos más graves de la COVID-19?
 A) Hombres
 B) Mujeres
9. Verdadero o falso: Actualmente, la COVID-19 se ha detectado en los siete continentes.



¡Rincón de los niños!



Ayuda al pez a llegar al estanque



¿Qué persona usa la mascarilla correctamente?



- 1) Solo sobre la boca
- 2) Sobre la nariz y la boca
- 3) Bajo la barbilla

Centros de coordinación clínica:

Children's Hospital of Philadelphia
Dra. Sue Furth
Jackie Karita Muiru, Hannah Derwick
Roberts Center for Pediatric Research
2716 South Street, RM 9123
Philadelphia, Pennsylvania 19146

Children's Mercy Kansas City
Dr. Brad Warady
Julie Starr, Chris Smith, Sarah Smiley
2401 Gillham Road, POB 2M01.04
Kansas City, Missouri 64108

Centro de coordinación de datos:
Johns Hopkins University
Bloomberg School of Public Health
Dr. Alvaro Muñoz
Dr. Derek Ng
Judith Jerry-Fluker, Lucy Mulqueen
615 Wolf St, E7648
Baltimore, Maryland 21205

Laboratorio central:
University of Rochester
School of Medicine
Dr. George Schwartz
Paula Maier
601 Elmwood Avenue, Box 777
Rochester, New York 14642

**¡Encuéntrenos en la
web!**

<https://statepi.jhsph.edu/ckid/family.html>

**El rincón familiar de
CKiD cuenta con lo
siguiente:**

**Boletines informativos para la
familia**

**Cartas para los participantes y
las familias de CKiD**

**Guía para medir de presión
arterial en el hogar**

**Una lista de publicaciones de
CKiD**



En el estudio CKiD, realizamos evaluaciones para investigar la forma en que los niños y adultos jóvenes con problemas renales piensan, aprenden y se sienten. Durante las visitas de CKiD en persona, los participantes y los padres han respondido cuestionarios y los participantes pueden haberse reunido con un psicólogo o haber realizado evaluaciones en un iPad. Los resultados de estas pruebas nos ayudan a comprender cómo los niños y adultos jóvenes que padecen nefropatía resuelven problemas, afrontan el estrés y sienten otras emociones, como la felicidad. Durante esta pandemia, la salud emocional es un reto para la mayoría de las personas. Los siguientes enlaces proporcionan recursos (en español y en inglés) que sirven de apoyo para las familias durante la COVID-19. En los recursos, están incluidos los siguientes: *Cómo lidiar con la COVID-19: recursos para padres; ansiedad por la vuelta a la escuela durante la pandemia de COVID-19; apoyo para los niños durante la crisis de la COVID-19 y libros recomendados.*

<https://childmind.org/coping-during-covid-19-resources-for-parents/>

<https://childmind.org/article/back-to-school-anxiety-during-covid/>

<https://childmind.org/article/support-kids-during-the-covid-19-crisis/>

Libros recomendados para niños que abordan los hechos y emociones en torno a la pandemia:

"COVID-19 Helpers", autor: Beth Bacon, ilustrador: Kary Lee

"Bray Conquers the Coronavirus", autor: Ashley Maxie-Moreman, ilustrador: Joanah Whitely

"Together: Living Life During COVID-19", autor: Kevin Poplawski, ilustrador: Michael Rausch

"We're Going to be OK", autores: Ebony Jade Hilton y Leigh-Ann Webb, ilustrador: Ashleigh Corrin-Webb

"What Color is Today?" Autor e ilustrador: Alison Stephens

https://news.emory.edu/stories/2020/05/er_covid_19_book_winners/campus.html



Guía de las respuestas



Trivia de la COVID-19

1. B
2. B
3. Verdadero
4. D
5. C
6. Falso
7. C
8. A
9. Falso

Ayuda al pez a llegar al estanque



¿Qué persona usa la mascarilla



2) Sobre la nariz y la boca