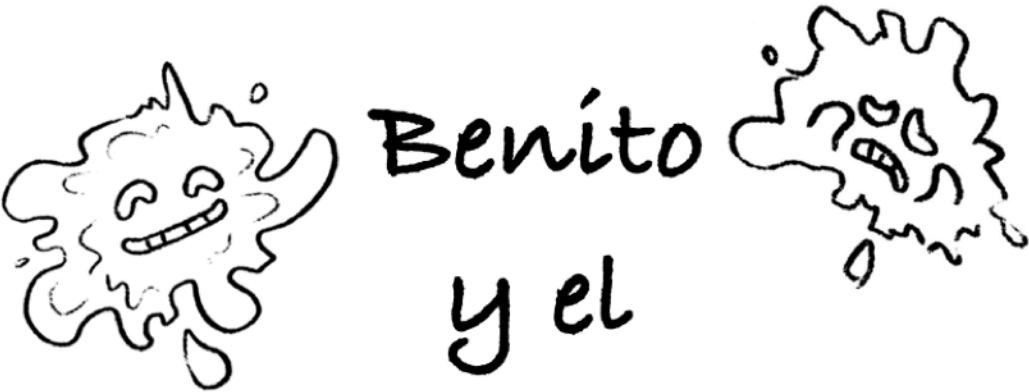




Benito y el Bicho Gigante

un libro para colorear



Julie Ribaudó, LMSW, IMH-E
Paige Safyer, PhD, LLMSW
Sara F. Stein, MS, LMSW, RYT
Kate Rosenblum, PhD, ABPP, IMH-E

Ilustrado por Maja Rosenblum-Muzik
Traducido al español por Delia M. Vázquez, MD

zero
TO THRIVE

M UNIVERSITY OF
MICHIGAN

ASU Arizona State
University

Benito se despertó emocionado de ir a la escuela.



Mientras saltaba las escaleras, su madre le dijo, "Benito, hoy no vas a ir a la escuela. Hay un bicho que enferma a las personas. Tenemos que quedarnos en casa hasta que los médicos se aseguren de que el bicho desaparezca."



Cuando fue a la cocina para desayunar, su madre le dijo, "Benito, debido a la aparición de este bicho, tenemos que lavarnos bien las manos antes de comer, y también cuando regresamos a casa después de jugar afuera". Benito se miró las manos por mucho tiempo y pensó, ¡pero yo no veo nada en mis manos! Benito estaba confundido.

Al principio, Benito se sintió muy triste porque no podía ir a la escuela. Extrañaba a sus amigos y a su maestra, la Señora P. Pero luego, pasó todo el día con su mamá y ella, hasta lo dejó jugar más videojuegos de lo usual.



Después, Benito se quedó en casa por toda una semana, y también la semana siguiente. Ya sentía que era mucho tiempo sin ir a la escuela y su mamá no lo dejaba ir a jugar afuera con sus vecinos. Benito sentía que todo era diferente.



"¿Por qué no puedo regresar a la escuela?", preguntó Benito. Su mamá le respondió, "El bicho está todavía ahí, afuera, Benito. Todos tenemos que quedarnos en casa hasta que se vaya". Aunque todavía no podía verlo en sus manos, Benito comenzó a sentir que ese bicho era realmente muy grande...más grande que su casa y hasta más grande que su escuela. Benito quería que el bicho se fuera; que desapareciera.



A medida que pasaban los días, Benito sentía muchas emociones. A veces se sentía feliz de no tener que ir a la escuela, pero la mayoría del tiempo estaba triste. Unas veces estaba enojado, otras veces se sentía asustado. "¡Quiero ver a mis amigos!" gritó, "¿Por qué no se va el bicho?"

La mamá de Benito estaba de mal humor y resopló en voz alta: "¡Deja de quejarte!".



Al oír esto, Benito se espantó, "¿Hice algo malo?" Benito se preguntó. Ahora, su mamá siempre está ocupada. Antes, ella solía pasar mucho tiempo leyéndole, abrazándolo y haciéndole sentir seguro, pero ahora siempre estaba de mal humor y le decía que se fuera a jugar. Benito pensaba, "quiero que ella vuelva a ser como antes". A Benito le dolía la barriga y tenía ganas de llorar.



Y luego, un día escuchó la palabra "virus" en la televisión cuando no debía haber estado escuchando "¿Qué es un virus? ¿Es lo mismo que un bicho?" se preguntó. "¿Como es de grande? ¿Vendrá a nuestra casa?" Benito tenía muchas preguntas, pero no quería preguntarle a su madre, pues pensaba que ella iba a enojarse.



Benito comenzó a sentirse aplastado por el bicho y por las preocupaciones que causaba. Se preguntaba si el enojo de su mamá era su culpa. Tal vez había hecho algo malo. ¿Se había olvidado de lavarse las manos antes de cenar? Tal vez él había traído el bicho a su casa. ¿Cómo era posible que algo que no se podía ver hiciera un lío TAN grande? Pensó, “¡Odio a este bicho!”.



Más tarde, su mamá le pidió perdón, "Lamento haberme enojado contigo, Benito. Este bicho me preocupa y a veces te grito sin querer. Seguro que te asustas cuando ando de mal humor ". Benito señaló que sí y nuevamente sintió ganas de llorar. "¿Este bicho nos va a hacer daño?", preguntó él.

"¿Es lo que piensas?", preguntó su mamá en voz baja. Benito dijo que sí.
"Benito, soy fuerte y de buena salud y tú también lo eres".

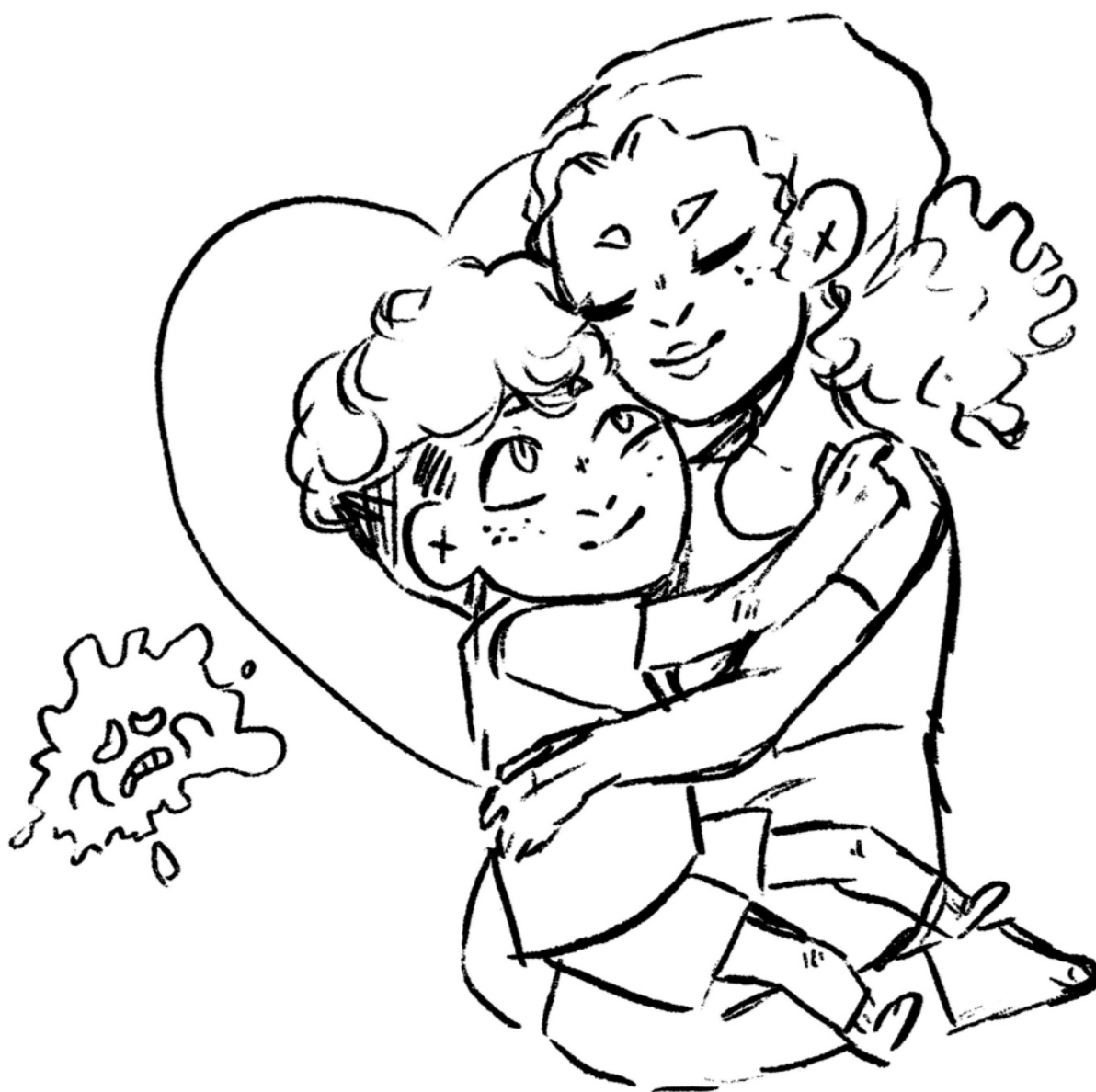


"¿Pero y si te enfermas?" preguntó él.

"Bueno", dijo su mamá, "eso sí podría pasar. A veces las personas se enferman con bichos. No es divertido estar enfermo, pero nuestros cuerpos saben cómo combatir el bicho ".



"¿Recuerdas cuando estuviste enfermo en otras ocasiones?" Benito dijo que sí y la miró de frente. Él recordó que tuvo que quedarse en la cama porque se sentía mal, pero después...es cierto, ¡sí había mejorado!



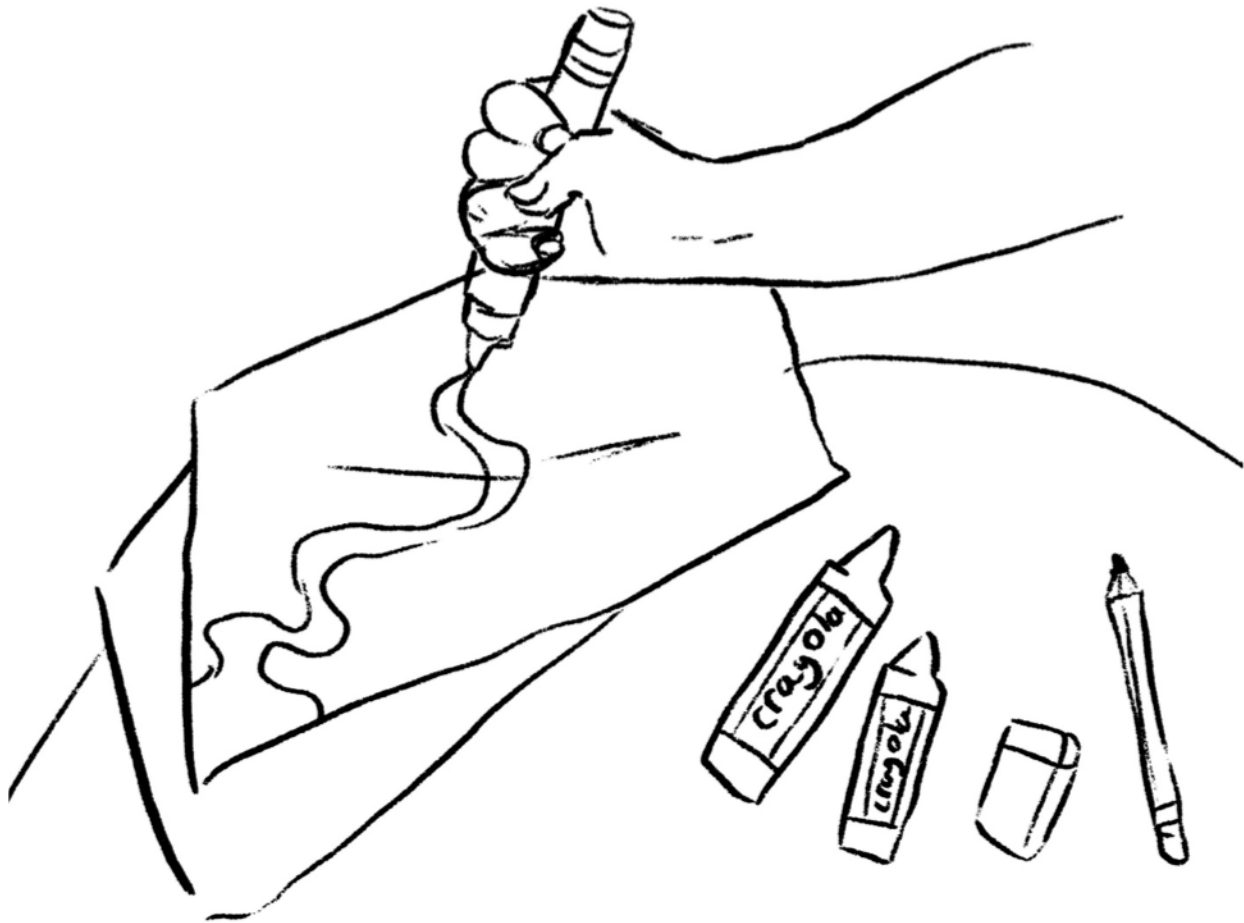
Su mamá lo abrazó. A él le gustaba como olía y se acurrucó con ella.
"Benito", dijo ella, "queremos que las personas se mantengan seguras y saludables. Es por eso que no vamos a la escuela y al trabajo, para que el bicho no se contagie a otros".

"Mientras estamos aquí en casa, los médicos, las enfermeras y los científicos están trabajando duro para eliminar este bicho".



Benito entendió, pero aún estaba triste. "Extraño al abuelo y a la señora P. También extraño a mis amigos de la escuela". "Sé que los extrañas, Benito", dijo su mamá. "Estar triste no es un problema y es bueno que hables de esto conmigo. Ya que los estamos extrañando a todos ellos, ¿qué tal si les hacemos saber que estamos pensando en ellos? ¡Sé que ellos también te extrañan!".

De repente, a Benito ya no le dolía la barriga y tenía mucha energía. Brincó con entusiasmo diciendo, "¡Voy a hacer un dibujo para la Sra. P. para mostrárselo cuando regrese a la escuela!" Y salió corriendo para buscar la caja de lápices de colores.



Benito dibujó a los médicos y a su mamá peleando contra el bicho. ¡En el dibujo, su mamá era tan grande, que casi llenó todo el papel!



Benito se sintió seguro y fuerte.

Llamó a su mamá y dijo: "¡Después de todo, el bicho no es tan grande!".

¡Contáctenos!

¡Nos encantaría ver la versión acalorados de Benito y el Bicho Gigante de sus niños! También nos gustaría ver otros dibujos originales que han elaborados durante este tiempo. Comparte los dibujos en nuestra página de Facebook facebook.com/tenderpressbooks o envíelos por correo electrónico a tenderpressbooks@gmail.com. Y no te olvides de visitar nuestro sitio web en tenderpressbooks.com.

Recursos Adicionales

Se pueden encontrar recursos adicionales para apoyar a los niños durante el brote de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) en zerotothrive.org/covid-19. La información puede ser de ayuda para las familias, para los que les ayudan a cuidar sus hijos/as, y para los profesionales de la salud mental.

También pueden encontrar recursos adicionales para apoyarse con el manejo de los síntomas del estrés y el estrés postraumático en strengthsofallparts.com.

Reconocimientos

Agradecemos sinceramente la ayuda de María Pizzimenti, quien con su experiencia de maestra aseguro que la historia aquí narrada tuviera el lenguaje apropiado para niños de edad preescolar. También agradecemos a Naomi Silver y Xander Morsink-Silver, por sus valiosos comentarios sobre la historia.

Traducción

La historia fue traducida al español por Delia M. Vázquez, Pediatra en el Hospital de Niños de la Universidad de Michigan (Mott's Children's Hospital, University of Michigan). También agradecemos a todas las personas que dieron su retroalimentación a esta traducción de Georgie and the Giant Germ en un período de tiempo tan corto, incluyendo a Yduzkia Oria y Violeta Abril Zarco Iturbe.

About Tender Press

Tender Press is a coalition of social workers and psychologists who have specialized interest and training in supporting relational health, from conception through adulthood. Our aim is to support caregivers of young children in meeting the emotional needs of infants and young children. We began by developing a coloring book, *Cecilia and the Long Walk*, for children who were separated from their parents as a result of the 2018 family separation immigration policy. *Georgie and the Giant Germ* is a new coloring book created to address children's fears, worries and misunderstandings about COVID-19.

Julie Ribaud, LMSW, IMH-E is a Clinical Associate Professor of Social Work at the University of Michigan and a faculty member of Zero to Thrive, as well as a doctoral student at Wayne State University School of Social Work. Her practice, teaching and research interests focus on relational health, including parent-infant relationships, teacher-child relationships, and therapeutic and supervisory relationships. She lives with her supportive husband and has an adult son who long ago taught her about the wisdom of young children. jribaud@umich.edu

Paige Safyer, PhD, LLMSW is an Assistant Professor of Social Work at Arizona State University. She completed her PhD in Social Work and Developmental Psychology at the University of Michigan. Her work focuses on utilizing novel brain imaging methodologies as a basis for understanding early social-emotional development, as well as interventions with young children and their families. As a social work practitioner, Dr. Safyer is dedicated to using play-based therapies to explore the internal world of the child and believes strongly in the power of play as a mechanism of change (especially when it involves puppets). psafyer@asu.edu

Sara F. Stein, MS, LMSW, RYT is a doctoral candidate in the Joint Social Work and Clinical Psychology program at the University of Michigan. Her research seeks to identify risk for experiencing chronic relational trauma and lack of well-being in adulthood in order to develop more effective treatment strategies. Clinically, she specializes in the treatment of complex developmental trauma using trauma-informed parts approaches that integrate mind-body and mindfulness frameworks. Sara is passionate about bridging the wisdom of the clinical community with empirical research to develop useful and practical clinical tools for the treatment of trauma. steinsf@umich.edu

Kate Rosenblum, PhD, ABPP, IMH-E is a clinical and developmental psychologist and a Professor of Psychiatry and Obstetrics and Gynecology at Michigan Medicine. She co-directs Zero to Thrive (www.zerotothrive.org), a program at the University of Michigan that aims to support family resilience and relational health from pregnancy through early childhood through research, service, partnership, and training. She lives with her partner and their daughters in Ann Arbor, MI, and is very proud of both girls as they are social justice champions, and of their daughter, Maja, who contributed the illustrations for this coloring book. katier@med.umich.edu

Maja Rosenblum-Muzik is a 12-year-old 7th grader in Ann Arbor, Michigan. Her prior work includes the coloring book illustrations for *Cecilia and the Long Walk*. Her Instagram is [@im_a_rock52](https://www.instagram.com/im_a_rock52).