

# BOLETÍN DE LA SALUD Y SEGURIDAD EN EL CUIDADO INFANTIL DE CAROLINA DEL NORTE

CENTRO DE RECURSOS PARA LA SALUD Y SEGURIDAD EN EL CUIDADO INFANTIL

AGOSTO DE 2002

VOLUMEN 2, NÚMERO 7

## Acerca del Centro de Recursos

El Centro de Recursos de Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil de Carolina del Norte (NC Child Care Health and Safety Resource Center) es un proyecto del Departamento de Salud Maternal e Infantil de la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill (Department of Maternal and Child Health, School of Public Health, The University of North Carolina at Chapel Hill). El financiamiento del Centro de Recursos se origina en un subsidio en bloque del Título V para Salud Maternal e Infantil de la Oficina de Salud Maternal e Infantil de la Administración de Servicios y Recursos de Salud del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU. (USDHHS's Health Resources and Services Administration/ Maternal and Child Health Bureau) concedido a la universidad bajo un contrato de la División de Salud Pública del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte (Division of Public Health, NCDHHS). El desarrollo, la traducción, la impresión, la presentación en la Web y el envío por correo del *Boletín de Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil* son financiados por un subsidio en bloque de la Fundación de Desarrollo y Cuidado Infantil de la Oficina de Cuidado Infantil de la Administración de Niños y Familias del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU. (Child Care and Development Fund Block Grant of the Child Care Bureau, Administration on Children and Families, USDHHS)

## En este número

- 1 Comenzar, Cambiar y Volver
- 2 Tres Etapas de Transición
- 3 ¿Cuales son los beneficios de la facilitación de la transición?
- 3 Consejos Para Ayudar a Los Niños a Ajustarse
- 5-6 Páginas Para Los Padres
- 7 Preparación del Salón de Clases
- 8 Preguntas al Centro de Recursos
- A-B ¡Que Salgan Los Bebés! Ambientes de aprendizaje al aire libre para nenes y niños pequeños. (Inserto)

## Comenzar, Cambiar y Volver:

Transiciones en los centros de cuidado infantil y en la escuela

Actualmente hay una cantidad creciente de niños pequeños que asisten a programas de cuidado infantil temprano. En generaciones anteriores, la maestra de jardín infantil era la "primera maestra" y el jardín infantil era la primera experiencia de grupo para los niños. Hoy en día, en Carolina del Norte hay 620.000 niños menores de seis años. Y cada día más de 212.000 de esos niños son atendidos en 8.900 centros y hogares de cuidado infantil regulados (Asociación para los Niños de Carolina del Norte {North Carolina Partnership for Children}). Ir de un ambiente conocido a un ambiente distinto y desconocido es estresante para cualquier persona, aun cuando se trata de una experiencia positiva. Puede que los niños enfrenten la transición con una mezcla de placer y preocupación. Pueden sentir el placer de haber logrado alcanzar un nuevo nivel y pueden sentir la ansiedad de pasar a algo menos conocido. Los niños, al igual que los adultos, necesitan tiempo para ajustarse a nuevas personas y situaciones. La experiencia puede hacer que la transición sea un poco más fácil, pero aun con experiencia, sigue siendo posible que el cambio sea estresante. La paciencia y la comprensión por parte de padres y maestros o proveedores de cuidado ayudará a los niños a aprender cómo abordar nuevas situaciones con confianza. Esta es una aptitud que los ayudará a hacer buenas transiciones durante toda su vida.

Estas transiciones tempranas afectan a todas las personas involucradas. Es probable que los padres se sientan orgullosos de ver que su niño hace frente a nuevos desafíos a medida que crece. También pueden preocuparse por la manera en que el niño hará frente al cambio y la manera en que la nueva situación afectará su vida familiar o su papel como padres. Los proveedores de cuidado infantil pueden estar enfrentando un tipo distinto de transición. Pueden estar despidiendo de un grupo de niños que han cuidado y al que le tienen



cariño, y comenzando otra vez con un grupo de niños en un nivel de desarrollo distinto. Tienen la esperanza de que su experiencia contribuya a expandir el desarrollo inicial de los niños y les dé los elementos que les permitan continuar tal desarrollo.

El cuidado infantil, el jardín infantil y los grados inferiores de la escuela son influencias importantes en la vida de los niños. Los programas de infancia temprana, sea en centros o en hogares, se deben basar en el crecimiento que ocurre en los primeros años de vida del niño. Los programas de jardín infantil y de escuela primaria deben basarse en el aprendizaje y el desarrollo que han ocurrido en casa y durante las experiencias educativas iniciales del niño. La influencia de la familia sobre el niño es fundamental durante los años de escuela, y es importante para los padres involucrarse en el programa educacional o escuela de infancia temprana a la que asiste su niño.

*Esta edición del Boletín de Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil de Carolina del Norte se centra en algunas de las transiciones que enfrenta la comunidad de cuidado infantil en esta época del año.*

## Referencias:

- Head Start Information and Publication Center. *Easing the Transition from Preschool to Kindergarten: A Guide for Early Childhood Teachers and Administrators*, actualizado el 6/27/02, extraído el 7/2/02 de [www.headstartinfo.org/text/recruitment2/tran\\_hs2.htm](http://www.headstartinfo.org/text/recruitment2/tran_hs2.htm).
- North Carolina Partnership for Children (2001). *Smart Start Facts: Children and Child Care*, extraído el 7/2/02 de [www.ncsmartstart.org/professionals/facts.htm#Care](http://www.ncsmartstart.org/professionals/facts.htm#Care).



## Tres Etapas de Transición

Cuando un niño ingresa a un centro de cuidado infantil o cambia de cursos, se enfrenta a nuevos ambientes, nuevos maestros, nuevas rutinas y nuevos compañeros. La transición es un proceso que ocurre en etapas.

### Etapa de separación

A medida que los niños se preparan para dejar lo conocido, es probable que sientan tristeza, ansiedad o preocupación y que se resistan al cambio. Esto puede manifestarse en su conducta. Pueden volverse quisquillosos o quejumbrosos, llorar con facilidad o volver a hábitos reconfortantes que han dejado atrás, tales como chuparse el pulgar. Hable con el niño o léale historias acerca de niños en situaciones similares. Celebre el crecimiento del niño viendo fotos de bebés y señalando logros recientes.

### Etapa de incertidumbre

Cuando los niños están confundidos acerca de lo que va a ocurrir, pueden volverse ansiosos y temerosos. Visitar el nuevo ambiente por adelantado le da al niño la oportunidad de ver el nuevo espacio, conocer a la nueva proveedora de cuidado y ver las nuevas rutinas y materiales. Si es posible, especialmente para niños pequeños, déjelos en el local del nuevo programa educacional durante períodos cortos y poco a poco pase a un horario normal. Los niños pueden hacer preguntas tales como:

- ¿Cuándo y dónde vamos a comer?
- ¿Dónde está el baño?
- ¿Vamos a salir al aire libre?
- ¿Vas a venir a buscarme cuando salga?
- ¿Voy a ver a mis amigos otra vez?

Trate de estar relajada y sea clara cuando responda a las preguntas e inquietudes.

### Etapa de estabilización

A medida que los niños se establecen en una nueva situación, es útil orientarlos acerca de lo que se espera de ellos y reconocer su comportamiento cuando actúan apropiadamente y cumplen con las expectativas. Señale la manera en que el niño está aprendiendo, haciendo nuevos amigos y haciendo cosas nuevas. Puede ser útil asignarle un "amigo" especial en la clase. A las familias también les gusta sentirse bienvenidas. Organice una noche familiar para estimular la participación de los padres, pida voluntarios en la clase y haga que los padres participen en interacciones diarias cuando dejen y pasen a buscar a sus niños.

#### Referencia:

National Association for the Education of Young Children (2002). *Transition is a Journey*, actualizado el 8/30/99, extraído el 7/2/02 de [www.naeyc.org/resources/eyly/1999/12.htm](http://www.naeyc.org/resources/eyly/1999/12.htm).

## Claves Para Una Buena Transición

Hay cuatro elementos críticos o claves en la transición de niños pequeños y familias. El personal educativo en ambos ambientes puede:

- Proporcionar continuidad de programa por medio de currículos apropiados al desarrollo de niños de preescolar y jardín infantil,
- Mantener la comunicación y cooperación continua entre el personal del preescolar y el jardín infantil,
- Preparar a los niños para la transición, y
- Involucrar a los padres en la transición.

Centrar la atención en cada uno de estos importantes aspectos del proceso de transición permite a los educadores de infancia temprana desarrollar una experiencia educativa más continua para los niños pequeños y sus familias.

### Continuidad del programa educacional

En un programa de cuidado infantil, la continuidad en el cuidado puede darse de varias maneras. En algunos programas, la maestra permanece con el grupo y avanza con ellos cuando pasan al curso siguiente. Estar familiarizado con el ambiente del que proviene el niño le da a la maestra la información que orienta las conversaciones sobre similitudes y diferencias entre el nuevo ambiente y el ambiente anterior. Los padres pueden colaborar dando esa información si el niño está cambiando de programa educacional o de escuela.

### Curriculum apropiado al desarrollo

Proporcionar un curriculum apropiado para el desarrollo del niño facilita el cambio a un nuevo ambiente. Los niños tendrán más probabilidades de encontrar actividades similares, lo cual les permitirá sentirse seguros a medida que se ajustan. Cuando un niño sabe lo que le espera, se siente más seguro de sí mismo y con más ánimo para hacer nuevas actividades. Esto ayuda al niño a

continuar su crecimiento y desarrollo. Como cada niño es único y tiene su propia personalidad, estilo de aprendizaje, antecedentes familiares y experiencias, es importante que las maestras y los maestros sean sensibles a las diferencias individuales. Los currículos apropiados al desarrollo pueden proporcionar una amplia gama de intereses y capacidades para enfrentar estas situaciones.

**Referencia:**

Head Start Information and Publication Center. *Easing the Transition from Preschool to Kindergarten: A Guide for Early Childhood Teachers and Administrators*. actualizado el 6/27/02, extraído el 7/2/02 de [www.headstartinfo.org/text/recruitment2/tran\\_hs2.htm](http://www.headstartinfo.org/text/recruitment2/tran_hs2.htm).

## ¿Cuales son los beneficios de la facilitación de la transición?

Tanto niños como padres y maestros se benefician de una transición sin complicaciones cuando el niño se enfrenta a un

cambio. Cuando los adultos dedican tiempo a facilitar las transiciones, los beneficios son numerosos.

**Para los Niños:**

- Continuidad con las experiencias educativas anteriores
- Mayor motivación y apertura hacia nuevas experiencias
- Mayor seguridad en sí mismos
- Mejores relaciones con otros niños y adultos
- Mayor sentido de confianza entre niños y maestros

**Para los Padres:**

- Mayor confianza en la capacidad de su niño para tener éxito en el nuevo ambiente
- Más seguridad en su propia capacidad para comunicarse con las maestras y los maestros e influir eficazmente en la educación de su niño
- Sentimiento de orgullo y compromiso por su participación continua en la educación de su niño

- Mayor conocimiento y apreciación del personal y los programas de infancia temprana

**Para las Maestras y los Maestros:**

- Mayor conocimiento de los niños y mayor capacidad para satisfacer necesidades individuales
- Mayor apoyo de la comunidad de padres y representantes
- Más recursos y una red más amplia de apoyo profesional
- Mayor conciencia de los currículos de jardín infantil o preescolar en la comunidad
- Renovado sentido de profesionalismo y orgullo en sus esfuerzos para hacer contacto con los niños pequeños y sus familias

**Referencia:**

Head Start Information and Publication Center. *Easing the Transition from Preschool to Kindergarten: A Guide for Early Childhood Teachers and Administrators*, actualizado el 6/27/02, extraído el 7/2/02 de [www.headstartinfo.org/text/recruitment2/tran\\_hs2.htm](http://www.headstartinfo.org/text/recruitment2/tran_hs2.htm).

## Consejos Para Ayudar a Los Niños a Ajustarse

1. Asegúrese de que las actividades sean apropiadas al desarrollo de los niños. Las actividades interesantes y que suponen un reto, pero que es posible llevar a cabo, ayudan a los niños a sentirse cómodos en el nuevo ambiente. Adapte las expectativas, los materiales y las actividades a las capacidades de los niños que llegan al salón de clases.
2. Haga un esfuerzo para conocer a cada niño lo más rápido posible. Los padres pueden proporcionar información acerca de los gustos e intereses especiales de su niño.
3. Agradezca las sugerencias de las familias, en especial las de niños con necesidades especiales. Los padres pueden ofrecer sugerencias específicas que hayan sido útiles con su niño y dar consejos sobre la configuración y las modificaciones del salón de clases.

4. Deje que el niño fije el ritmo de la transición. Espere algunas lágrimas, algo de exploración placentera, un poco de timidez y un poco de conducta difícil.
5. Hable con el proveedor anterior para conocer al niño antes de que asista a la nueva clase o programa educacional.
6. Organice una sesión de orientación para padres y niños. Los grupos pequeños facilitan que los niños se conozcan entre sí. Prepare un paquete de orientación para las nuevas familias. Incluya rutinas diarias, presente a los proveedores de cuidado y el programa del día.
7. Haga que la transición a un nuevo salón de clases sea gradual y que los niños puedan visitarlo varias veces antes de pasar definitivamente al nuevo salón.
8. Muestre a los niños la nueva escuela o programa educacional y presénteles a otros adultos dispuestos a ayudarlos a aclimatarse.
9. Anime a los niños a traer algún objeto favorito al principio para

que se sientan más seguros en el nuevo ambiente.

10. Cree asociaciones entre preescolares y escuelas primarias de la comunidad. Las reuniones pueden centrarse en el intercambio de ideas y en el tratamiento de inquietudes.
11. Organice un área de fotografías de padres y familiares que los niños puedan "visitar" durante el día. Incluya también artículos que reflejen la experiencia cultural de todos los niños para promover un sentido de entendimiento y respeto mutuo.
12. Consideraciones especiales para niños y niños pequeños: Establezca cuidadosamente el programa de cuidado y las responsabilidades que debe cumplir el personal a fin de dar continuidad, consistencia y cuidado básico.

**Referencia:**

National Association for the Education of Young Children. *Back to School Time – Tips to Help Children Adjust*, actualizado el 10/23/98, extraído el 7/2/02 de [www.naeyc.org/resources/eyly/1996/11.htm](http://www.naeyc.org/resources/eyly/1996/11.htm).


## Celebre las Transiciones en los Primeros Años

En los programas de cuidado infantil temprano, los niños pasan frecuentemente de un curso a otro y finalmente al jardín infantil. Planifique al comienzo del año la celebración que habrá cuando los niños pasen al curso siguiente o a la escuela.

- ❑ **Haga una feria de niños para mostrar una muestra de los trabajos artísticos que los niños hicieron durante el año.** Las imágenes pueden incluir una breve descripción del trabajo dictada por el niño, o una fotografía del niño trabajando en el proyecto.
- ❑ **Organice un picnic familiar.** Invite a todas las familias a participar en juegos, narraciones, canciones y socialización. Ayude a los niños a ser anfitriones del evento.
- ❑ **Invite a las maestras y los maestros de las escuelas o los cursos a los que los niños asistirán.** Haga que las maestras y los maestros del curso siguiente vengan y hablen acerca de lo que los niños pueden esperar el año siguiente.
- ❑ **Haga libros con los trabajos, poemas y refranes preferidos de los niños.** Deje que los niños presenten los libros a sus familias.
- ❑ **Planifique una comida familiar.** El último día, invite a las familias al centro, hogar o escuela a una comida en que cada familia aporte un plato.
- ❑ **Comparta recuerdos.** Durante el año haga un video, cree un álbum de fotografías y guarde historias para mirar al final del año.
- ❑ **Prepárese para el curso siguiente.** Haga que los niños ayuden a las maestras y los maestros a "limpiar" y prepararse para el curso del año siguiente.
- ❑ **Haga un viaje de estudio a la nueva escuela o salón al que la mayoría de los niños asistirán.** Visite el salón de clases, el patio de juegos, la cafetería, etc., y conversen acerca de lo que ven y de cómo será el nuevo curso.

### Referencia:

National Association for the Education of Young Children. *Celebrating Transitions in the Early Years*, actualizado el 10/23/98, extraído el 7/2/02 de [www.naeyc.org/resources/ely/1998/07.htm](http://www.naeyc.org/resources/ely/1998/07.htm).



**1-800-246-6731**  
Centro de Recursos de Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil de Carolina del Norte  
Capacitación, Consulta y Recursos para la Comunidad de Cuidado Infantil de Carolina del Norte

## Sólo para Administradores

Los meses de Agosto y Septiembre son una buena época para:

- Revisar los paquetes familiares.
- Revisar los registros de vacunación, recordar que ahora se requiere la vacuna contra la varicela.
- Revisar los registros de salud de los niños.
- Revisar la información de contacto para casos de emergencia.
- Hacer que el personal vea los posibles riesgos en los terrenos de juego.
- Organizar un día de seguridad en el automóvil en que un miembro del personal salude a las familias en la acera o en el estacionamiento para recordar a las personas la instalación y el uso correcto del asiento para niños. Repartir folletos.
  - Recordar a las maestras y maestros que guarden los juguetes que no son apropiados para la edad del grupo de niños entrante y que presenten los juguetes apropiados para los que vienen.
- Recordar a las maestras y maestros la necesidad de supervisión adicional cuando los niños comienzan a usar equipo nuevo dentro o fuera del salón de clases.



## Agosto es

Mes nacional de la conciencia sobre la vacunación

Mes de la visión y el aprendizaje infantil

Mes de la diversión en familia

Mes del inicio del nuevo año escolar

Mes de la conciencia sobre la atrofia muscular vertebral

Mes de la conciencia sobre las cataratas

**Del 1 al 7 de agosto** es la Semana nacional mundial de la lactancia

## Septiembre es

Mes de la seguridad del bebé

Mes de la salud y la seguridad ocular de los niños

Mes de la conciencia sobre la leucemia

Mes nacional de la educación sobre el colesterol

Mes nacional de la educación sobre la seguridad de los alimentos

Mes de la prevención de los piojos

Mes nacional de la drepanocitosis

Mes de la conciencia sobre el cáncer de los ovarios

**Del 15 de septiembre al 15 de octubre**

es el Mes nacional del patrimonio hispano

**Del 16 al 22 de septiembre**

es la Semana nacional del síndrome de Reye

**Los días 29 y 30 de septiembre**

son los Días de la salud y el ejercicio en familia en EE.UU

**Del 30 de septiembre al 4 de octubre**

es la Semana de acompañar a un niño a pie a la escuela

## página para los padres



A medida que el verano va terminando y se avecina el comienzo del año escolar, muchas familias enfrentan cambios en las rutinas diarias. Puede ser que uno de los padres comience a trabajar o comience un semestre en la universidad y que el niño inicie un nuevo año escolar en el centro de cuidado infantil o la escuela. Puede haber otro niño en la familia, o las horas de trabajo pueden haber cambiado. Los niños, que tienen mucho menos experiencia para enfrentar los cambios y lo desconocido, necesitan ayuda de sus padres para enfrentarse a las situaciones nuevas. Se pueden lograr transiciones sin complicaciones cuando los padres preparan al niño de antemano, le hablan acerca de lo que pueden sentir y enfatizan que lo van a respaldar. Si el niño sabe a qué atenerse, se sentirá mejor al pasar a una nueva situación, sea que vaya a un centro de cuidado infantil por primera vez, que cambie de salones de clases o que inicie un nuevo año escolar. Leer libros con su niño acerca de niños en situaciones similares es una buena manera de presentar ideas nuevas y comenzar a hablar.

Cuando los niños comienzan a asistir a un nuevo programa educacional o salón de clases se generan numerosos sentimientos. Es probable que los padres se sientan tristes o ansiosos. Es útil para el niño que los padres demuestren seguridad y buenos sentimientos hacia la nueva situación. Los niños también pueden sentirse ansiosos o inquietos, y tales sentimientos pueden revelarse en su conducta. Los padres deben ser pacientes si el niño tiene accidentes

en el baño, se resiste a levantarse de la cama, a cepillarse los dientes o a vestirse. Tenga previsto que el niño se desmorone emocionalmente de vez en cuando. No es raro ver unas pocas lágrimas y otras manifestaciones emocionales en niños pequeños cuando se enfrentan a las transiciones. Si es posible, comience con horario reducido y poco a poco aumente la permanencia hasta llegar al horario completo. Durante los primeros días de escuela o de cuidado infantil, los padres pueden facilitar la transición llegando unos minutos antes de que comiencen las actividades, para darle tiempo al niño para que se adapte, y llegando a tiempo a



buscarlo. Los niños se sienten seguros desde el principio si usted regresa a la hora en dijo que lo haría. El viaje a casa es un buen momento para hablar acerca del día y para facilitar la transición entre la escuela o centro de cuidado infantil y la casa.

### Referencia:

National Association for the Education of Young Children.  
*Tips for Easy Back-to-School Transitions*, actualizado el 10/23/98,  
extraído el 7/2/02 de  
[www.naeyc.org/resources/eyly/1998/16.htm](http://www.naeyc.org/resources/eyly/1998/16.htm).



Continúa en la Página 6



Continuado de la **Página 5**

### Maneras en que los padres pueden ayudar a los niños a iniciar un nuevo año escolar o a comenzar a asistir al centro de cuidado infantil o a la escuela

Dedique tiempo para hablar con su niño acerca del cambio que se acerca. El tiempo en familia a la hora de la cena es un buen momento para repasar lo que ha ocurrido durante el día y hablar acerca del día siguiente. Cada vez que dedique tiempo a hablar con su niño, tenga presente las siguientes recomendaciones:

1. Muestre entusiasmo acerca del cambio que se aproxima. Si usted está interesada y segura de sí misma, su niño también lo estará.
2. Prepárese. Tome nota de las reacciones de su niño ante la separación. Si es posible, visite el nuevo ambiente con su niño y preséntelo a la nueva maestra o profesional de infancia temprana.
3. Fije una cita para jugar con otro niño del programa educacional, de preferencia personalmente, para que su niño vea una cara conocida cuando entre al salón.
4. Inicie rutinas diarias que contribuyan a la continuidad. Deje que su niño participe en el empaquetado del almuerzo o el arreglo de su ropa. Además, establezca una hora de acostarse más temprano varias semanas antes.
5. Tenga previsto más tiempo, en especial el primer día, para conversar. Pero recuerde no prolongar la despedida. Si el niño lloriquea o no quiere soltarle la mano, quedarse hará que las cosas sean aun más difíciles.
6. Despídase siempre de su niño. Sea firme pero amable acerca de la separación. Nunca ridiculice a un niño por llorar. En lugar de eso, haga comentarios de apoyo tales como "es difícil decir adiós".
7. Al final del día de trabajo, aparte sus preocupaciones y concéntrese en ser padre o ser madre.

#### Referencia:

National Association for the Education of Young Children. *Back to School Time — Tips to Help Children Adjust*, actualizado el 10/23/98, extraído el 7/2/02 de [www.naeyc.org/resources/eyly/1996/11.htm](http://www.naeyc.org/resources/eyly/1996/11.htm).

## Equilibrar el trabajo y la familia

Cuando las familias pasan por transiciones tales como volver al trabajo o a la escuela, los padres a menudo sienten que hay demasiadas cosas que hacer y que no hay suficiente tiempo; entonces la vida puede volverse estresante. Estos sentimientos deben encararse para evitar el estrés y superar las transiciones.

### Organice su tiempo

Decida lo que es más importante y asegúrese de dedicar tiempo para atenderse a usted misma. Haga listas de cosas que hacer y aprenda a negarse a hacer las cosas para las cuales no tiene tiempo. Pida ayuda a la familia con las tareas domésticas o proyectos. Use un calendario familiar o tablero de mensajes en la casa para planear y establecer el tiempo que se va a pasar en familia. Evite correr. Levántese a una hora que le permita a la familia pasar una mañana feliz y organizar el tiempo para relajarse en la tarde.

### Administrar el dinero

Un nuevo trabajo significa más dinero, pero también más gastos a medida que usted hace frente a costos de transporte, cuidado infantil, ropa apropiada para el trabajo, etc. Calcule lo que será su ingreso, cree un plan de gastos y ahorros, haga un seguimiento durante un mes y luego revíselo. Al cabo de unos cuantos meses, probablemente será capaz de hacer un plan de gastos que le ayude a gastar menos y ahorrar más.

### Mantener relaciones positivas con la familia y los amigos

Piense en quién puede proporcionar apoyo personal, conozca a sus vecinos y mantenga vínculos sólidos con amigos y familiares. Asegúrese de tener a una persona con la que pueda hablar acerca de sus inquietudes y decisiones, o cuando haya pasado un mal día. Dedique tiempo a su familia, y asegúrese de prestarle atención a los niños después del trabajo aun cuando está exhausta. Incorpore tiempo para que la familia se sienta y converse, sea en una reunión familiar o en la cena. Aproveche al máximo los rituales del viaje a casa en automóvil y la hora de acostarse.

Estas acciones pueden ayudar a equilibrar el trabajo y la familia especialmente en épocas de transición.

#### Referencia:

DeBord, Karen, and Canu, Rebekah (1997). *Easing Transitions: Balancing Work & Family*, extraído el 7/2/02 de [www.nccc.org/Parent/wftransition.html](http://www.nccc.org/Parent/wftransition.html).



## Preparación del salón de clases Identificación de los riesgos y prevención de lesiones

En todos los tipos de ambientes (centros de cuidado infantil, hogares de cuidado infantil, iglesias o escuelas) los niños deben ingresar a lugares seguros. Mantener la seguridad de los niños supone educación, supervisión y preparación del ambiente. Dedique tiempo para hacer una revisión de seguridad, identificar posibles riesgos y eliminarlos antes de que lleguen los niños. Los problemas de seguridad varían mucho y dependen de la edad de los niños. La Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics), la Cruz Roja Americana (American Red Cross) y el Centro de Recursos de Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil de Carolina del Norte (NC Child Care Health and Safety Resource Center) disponen de recursos para identificar posibles riesgos. Para obtener más información, comuníquese con el Centro de Recursos por el teléfono 1-800-246-6731. Incluya lo siguiente en su revisión de seguridad:

- Entradas y salidas
- Ventanas
- Pisos
- Paredes
- Techos
- Mobiliario
- Cunas
- Juguetes y suministros
- Prevención de envenenamientos
- Gabinetes de almacenamiento
- Baños
- Cocinas
- Equipo del patio de juegos
- Ambiente de aprendizaje al aire libre



## Seguridad en el automóvil

Ir al trabajo, la escuela o el centro de cuidado infantil significa pasar tiempo viajando y tiempo en el automóvil. Para estar seguro de que usted y su niño están seguros en el automóvil, siga estas pautas básicas:

### Prevenir la exposición al calor.

Nunca deje a un niño solo en un automóvil, sin importar el tiempo que usted piense ausentarse.

### Los niños son pasajeros, no carga.

No permita que los niños viajen en la parte de atrás de una camioneta.

Use correctamente los dispositivos de seguridad. Aprenda cómo usar el asiento infantil apropiado para su niño y use el cinturón de seguridad.

## Seguridad en el autobús escolar

Para muchos niños ir a la escuela significa tomar el autobús escolar. Enseñe a los niños las siguientes reglas para que el viaje en autobús sea seguro:

- Cuando el autobús se acerque, párense como mínimo a tres pasos gigantes (1,8 m) del borde de la acera y hagan cola lejos de la calle.
- Esperen hasta que el autobús se detenga, se abra la puerta y el conductor diga que pueden subir.
- Nunca caminen detrás del autobús.
- Si dejan caer algo cerca del autobús, avísenle al conductor antes de recogerlo.



### Referencias:

Hendricks, Charlotte (2002). *How Safe is Your Classroom? Identifying Hazards Before Accidents Happen*, extraído el 7/2/02 de [www.earlychildhood.com/Articles/index.cfm?FuseAction=Article&A=273](http://www.earlychildhood.com/Articles/index.cfm?FuseAction=Article&A=273).

National Association for the Education of Young Children. *Automobile Safety During the Early Years*, actualizado el 10/23/98, extraído el 7/2/02 de [www.naeyc.org/resources/eily/1998/13.htm](http://www.naeyc.org/resources/eily/1998/13.htm).

## Preguntas al centro de recursos

*Soy una proveedora de cuidado infantil en familia que atiende a una niña en edad escolar a quien recientemente se le diagnosticó diabetes. ¿Puede ayudarme a encontrar recursos? Estoy muy preocupada. ¿Cómo podré atender sus necesidades físicas y emocionales? ¿Voy a ser capaz de mantener mi alta calidad de cuidado infantil, satisfacer sus necesidades y aún así ser capaz de satisfacer las necesidades de los otros niños? ¿Cómo puedo continuar haciendo viajes de estudio si es necesario evaluarle los niveles de azúcar en la sangre y darle alimento según un horario?*

*Preocupada y desvelada*

No se preocupe. Cada vez que a un niño se le diagnostica una enfermedad crónica, tal como la diabetes, la proveedora y todo su sistema de respaldo debe afrontar la manera de hacer los cambios necesarios para mantener la salud física y emocional del niño.

Afortunadamente, Carolina del Norte cuenta con muchos asesores de salud en el cuidado infantil que pueden asistir a los proveedores en esta transición.

Comuníquese con nosotros por el teléfono **1-800-246-6731** para saber el nombre del asesor de salud en el cuidado infantil de su área. Además, la Fundación para la Investigación de la Diabetes Juvenil (Juvenile Diabetes Research Foundation), que es una organización internacional sin fines de lucro que financia investigaciones dirigidas a encontrar una cura para la diabetes, apoya a las personas con diabetes y a su red de apoyo. En Carolina del Norte, las tres secciones de la fundación son **Charlotte (704-377-2873)**, **Piedmont/Triad (336-768-1027)** y **Triangle/Eastern (919-870-5171)**.

La fundación da una "Bolsa de la esperanza" a los niños a quienes se ha diagnosticado recientemente la diabetes. La bolsa contiene materiales educativos y de apoyo tales como el oso de peluche Rufus que viene junto con el libro para niños *Rufus Comes Home..Rufus, the Bear with Diabetes* (Rufus llega a casa... Rufus, el oso con diabetes). Hay libros, videos y otros materiales de apoyo que orientan a los niños y sus familias sobre cómo vivir con la enfermedad, ofreciendo consejos prácticos sobre nutrición y recetas. También se incluyen juegos, libros de historietas, revistas y un glucómetro Dex. Si el niño es casi un adolescente usted puede pedir el "Paquete juvenil".

Cuando revise la bolsa de materiales verá cómo organizar el día para satisfacer las necesidades de todos los niños de su programa educacional. Además, cada una de las secciones de la fundación cuenta con educadores sobre diabetes para responder a las preguntas que usted pueda tener acerca de la enfermedad. Puede comunicarse con nosotros en el centro de recursos si tiene más preguntas.

8 • BOLETÍN DE SALUD Y SEGURIDAD • AGOSTO DE 2002

NC Child Care Health & Safety Resource Center  
1100 Wake Forest Road, Suite 100  
Raleigh, NC 27604

## BOLETÍN DE SALUD

VOL. 2 NÚMERO 7

EDITORA:

Janet McGinnis

CONTRIBUYENTES:

Jonathan Kotch, Jacqueline Quirk,  
Jeannie Reardon y Judy Sowerby

AGRADECIMIENTO ESPECIAL  
PARA:

Jeannie Reardon por su ayuda en la  
localización de información y recursos.

Esta publicación es producida por el Centro de Recursos de Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil de Carolina del Norte y distribuida a establecimientos de cuidado infantil con licencia, agencias CCR&R, asociaciones Smart Start, consultores de cuidado infantil de la DCD y consultores de salud en el cuidado infantil en Carolina del Norte.

Usted puede transferir una copia de esta publicación desde nuestro sitio Web:  
[www.healthychildcarenc.org](http://www.healthychildcarenc.org)

Los artículos se pueden imprimir sin permiso si se menciona al boletín y el material no se reproduce con propósitos comerciales.

PARA OBTENER MÁS  
INFORMACIÓN

o si desea enviar comentarios,

ESCRIBA A:

NC Child Care Health & Safety  
Resource Center  
1100 Wake Forest Road, Suite 100  
Raleigh, NC 27604

O LLAME AL:  
1-800-246-6731

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES  
**HRSA**  
Health Resources & Services Administration  
Maternal & Child Health Bureau

Se imprimieron 10.000 copias de este documento a un precio de 46 centavos por copia





## ¡Que Salgan Los Bebés!

*Ambientes de aprendizaje al aire libre para nenes y niños pequeños*

### *Mantener la frescura*

Los días calurosos del verano ofrecen muchas oportunidades de juego al aire libre para personas de todas las edades. Es importante asignar tiempo al aire libre para que los nenes y niños pequeños sean activos y exploren el mundo natural. El acaloramiento puede volverse un problema pues es probable que los nenes y niños pequeños no sean capaces de comunicar sus necesidades o incomodidad. Evite el problema del acaloramiento de los niños saliendo al aire libre temprano en la mañana y a las últimas horas de la tarde. Limite el tiempo al aire libre los días muy calurosos, establezca áreas sombreadas para las actividades y proporcione suficiente agua para beber. Es buena idea tener un enfriador con grifo y vasos si no hay bebedero. Ayude a los niños a aprovechar la sombra. Lleve sus juguetes a un área sombreada debajo de un árbol o pérgola y ayude a los más pequeños a entretenerse en un área cómoda. Si no hay sombra en su espacio al aire libre, instale un toldo y piense en maneras de desarrollar el área al aire libre para que sea cómoda durante los días calurosos.

Durante los días calurosos de agosto, el juego con agua puede ser una buena manera de que los pequeños se refresquen y se diviertan. Los rociadores de agua pueden ser muy entretenidos sobre el césped y los nenes y niños pequeños que pueden moverse pueden entrar por su cuenta y riesgo y decidir cuánto quieren mojarse. Las botellas con atomizador son divertidas para los niños grandes que pueden apretar la palanca. Los proveedores de cuidado pueden usarlas como rociadores en miniatura para nenes y niños pequeños. Proporcionar una o dos pulgadas de agua en recipientes poco profundos para que los nenes y niños pequeños chapoteen es emocionante y refrescante. Pueden llenar recipientes y agitar, verter y mezclar el agua con pequeñas cantidades de arena o hierba cortada.

Deben tenerse en cuenta los problemas específicos de salud y seguridad con los niños de esta edad. Tenga especial cuidado cuando use una manguera para

dar agua. En los días calurosos, el agua que hay en la manguera puede calentarse hasta el punto en que puede quemar gravemente a los niños. Deje salir el agua de la manguera para verificar la temperatura antes de mojar a los niños. Las piscinas poco profundas no son recomendables para el cuidado infantil ya que los niños pueden ahogarse. No use baldes ni ollas grandes para los juegos sensoriales o para refrescarse en días calurosos porque los nenes y niños pequeños son inestables y pueden perder el equilibrio y caerse fácilmente.

Todos debemos tener cuidado con la exposición al sol, pero esto es especialmente importante para los nenes y niños pequeños debido a lo delicado de su piel. Tienden a ser más sensibles a la exposición excesiva al sol que los niños mayores. Recuerde que los efectos de las quemaduras de sol no aparecen inmediatamente. Proteja la piel de los nenes y niños pequeños o cúbralos con ropa para protegerlos y no los deje al sol durante mucho tiempo. También puede usar sombreros para protegerles el cuero cabelludo.

*Continúa en el Lado B*



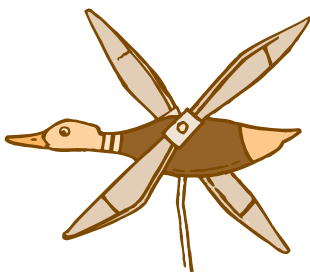
## Actividades al aire libre para nenes y niños pequeños

### Árboles con adornos sonoros Para niños mayores de seis semanas de edad

Aproveche algún árbol bonito que dé sombra y adórnelo con objetos que suenen al ser agitados por el viento.

#### Materiales

- Cosas que hagan sonidos interesantes en el viento, tales como campanas, moldes de aluminio, tiras y pompones de plástico



- Cordel
- Un árbol, pérgola o saliente de algún tipo

#### Qué hacer

Cuelgue algunos de estos artículos en la rama de un árbol u otro saliente en que el viento pueda moverlos libremente. Deben estar fuera del alcance de los niños. Lleve a los niños hasta el árbol y oigan los sonidos. Hable con los bebés sobre los sonidos.

#### ¿Desea hacer más cosas?

Haga una colección de campanas de viento. Vea cuántas campanas y otras cosas que puede reunir producen sonidos musicales.



## Por el Camino Con Baches

### Camino texturizado (Para niños mayores de seis meses de edad)

Haga un camino texturizado para guiar a los niños hacia la sombra, el agua o el césped.

#### Materiales

Objetos con texturas interesantes para colocarlos sobre el suelo, tales como:

- Felpudo de goma
- Felpudo de cáñamo
- Felpudo de lana
- Alfombra pequeña
- Muestras de alfombra
- Vinilo
- Cobertor de cama suave
- Almohadilla de espuma
- Neumático

#### Qué hacer

Extienda estos materiales para formar un camino. Anime a un niño a que gatee por el camino. Hable acerca de las texturas mientras el niño camina.

#### ¿Desea hacer más cosas?

Disponga los materiales de manera distinta cada día. Agregue materiales nuevos e interesantes.

#### Lo que los niños pueden aprender

Esta actividad es buena para la percepción del propio cuerpo y estimula el sentido del tacto.



## Pintar Con Agua

### Para niños mayores de dieciocho meses

#### Materiales

- Vasos grandes de agua (es preferible no usar baldes)
- Brochas de diferentes tamaños

#### Qué hacer

Deje que los niños mojen las brochas en el agua y pinten la acera, el edificio o a sí mismos con agua limpia.

#### ¿Desea hacer más cosas?

Los niños también disfrutarán de usar pinceles normales o pinceles pequeños. Puede ser divertido usar cepillos de fregar, esponjas o cepillos de dientes.

#### Lo que los niños pueden aprender

Los niños aprenden cómo retienen líquido los pinceles, cómo se les escurre el agua y cómo tomarlos correctamente. También verán que algunas superficies

se oscurecen cuando están húmedas. Muéstreles cómo las marcas de agua desaparecen más rápidamente al sol que a la sombra.

#### Referencia:

Miller, Karen. (1989). *The Outside Play and Learning Book: Activities for Young Children*, Gryphon House: Beltsville, MD

