

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

OCTUBRE - NOVIEMBRE DE 2004

VOLUMEN 4, NÚMERO 5

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 de la Madre y del Niño 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 de la Madre y del Niño de la Oficina de Salud de la Madre y del Niño 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) a través de un contrato entre la División de Desarrollo del Niño, NCDHHS y el Departamento de Salud de la Madre y del Niño de la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill.

En este número

- 1 Cuidado de bebés y niños pequeños
- 2 Acurrucados, cuidados y limpios
- 3 Rechaza los gérmenes
- 3 Ataque del tentempié
- 4 Octubre es el mes de la conciencia sobre el Síndrome de Muerte Infantil Súbita (Sudden Infant Death Syndrome, SIDS)
- 5 Página para los padres – Bebés llorones
- 6 Alimento y movimiento
- 7 Canta, canta una canción
- 8 Preguntas al Centro de Recursos

Cuidado de bebés y niños pequeños

Cuidar bebés y niños pequeños es una intensa labor de amor. Cuidar a estos niños es muy distinto de cuidar niños de preescolar. A su edad, los niños de preescolar se han vuelto más independientes y han establecido un mejor sentido de su identidad, sus gustos y su lugar en el mundo. Los niños de preescolar pueden arreglárselas en grupos que serían demasiado grandes, impersonales y caóticos para los bebés y niños pequeños. En el caso de los bebés y niños pequeños, las proveedoras no sólo los cuidan sino que también juegan un papel íntimo en su vida.

Los niños menores de tres años apenas comienzan a formar su identidad. Están en las primeras etapas de aprender a confiar y sentirse seguros en el mundo; apenas están comenzando a adquirir un sentimiento de valor personal y competencia. Este proceso se inicia mejor cuando los bebés y niños pequeños establecen una unión sólida con una proveedora de cuidados constante. La unión ocurre cuando las proveedoras de cuidados desarrollan una relación profunda de confianza y receptividad con el niño. Este vínculo ayuda a las proveedoras a entender al niño y a individualizar el cuidado de modo que corresponda a sus necesidades, talentos y temperamento específicos. Este cuidado atento ayuda a los niños pequeños a sentirse valorados, protegidos y cuidados. Los niños cuyas proveedoras de cuidados expresan verdadero placer por sus descubrimientos y talentos se sienten apreciados. Estos niños se sienten suficientemente seguros como para comenzar a separarse de la proveedora y explorar el mundo; especialmente si saben que serán bien recibidos al volver.



La manera de diseñar el ambiente puede ayudar a las proveedoras de cuidados a vigilar a los niños. Los espacios se deben organizar de manera que los bebés que gatean y los niños pequeños puedan moverse libremente sin chocar entre sí o tropezar con obstáculos. Un espacio protegido, con objetos blandos y lejos del tránsito de bebés que gatean y niños pequeños ofrece a los bebés que no caminan un lugar seguro para las actividades "boca abajo" y para acurrucarse con una proveedora de cuidados y un libro. Los ambientes se deben diseñar de manera que la proveedora de cuidados pueda ver todas las áreas de la habitación desde cualquier posición. Organizar el espacio de cuidado infantil teniendo en mente estas cosas permite a las proveedoras pasar más tiempo haciendo cuidados individualizados y menos tiempo actuando como policías de tránsito o rescatadoras de niños con chichones y moretones. En lugar de eso pueden complacerse con los momentos de descubrimiento y de cada nuevo paso y cada nuevo logro de los niños.

A los bebés y niños pequeños les va mejor en ambientes en que pueden relajarse y sentirse como en su casa. Les va mejor cuando se sienten amados y merecedores de ese amor. Un ambiente bien diseñado y organizado crea una atmósfera cómoda y acogedora. En este ambiente, tanto los niños como quienes los cuidan pueden desarrollarse y disfrutar juntos del día.



Acurrucados, cuidados y limpios

Los proveedores principales de cuidado y el vínculo

El desarrollo saludable comienza cuando los bebés se vinculan emocionalmente con los adultos que los cuidan. Para sentirse lo suficientemente seguros como para separarse de los adultos más tarde en la vida, los niños deben tener primero una base segura desde la cual explorar su mundo. Luego, podrán gradualmente desarrollar independencia y confianza en sí mismos. Durante los primeros 6 meses de vida, a los bebés les es fácil relacionarse con uno o dos proveedores principales de cuidados. Estos proveedores de cuidados pueden ser adultos del establecimiento de cuidado infantil o del hogar del bebé.

La relación se establece mejor cuando cada bebé tiene un adulto responsable de supervisar y mantener todos sus cuidados. El papel de este proveedor principal de cuidados es criar al niño y darle un sentido de seguridad y confianza básica. Esta persona observa y evalúa al niño, planea experiencias adecuadas y se comunica a diario con los padres. Idealmente, el proveedor principal de cuidados debe ser responsable de no más de tres bebés. Un grupo pequeño le permite al proveedor de cuidados establecer una relación profunda y segura con cada bebé. Cada bebé también debe tener un proveedor secundario de cuidados. El proveedor secundario de cuidados debe ser una persona que conozca bien al niño y que pueda darle cuidados individualizados cuando la persona principal no está. Los proveedores principales de cuidado conocen y abogan por los bebés, establecen relaciones profundas con ellos y se aseguran de que tengan bases sólidas para su crecimiento y desarrollo tempranos.

Rutinas y rituales

El cuidado infantil saludable de los bebés y niños pequeños se centra en rutinas y rituales. Las rutinas previsibles hacen que los niños se sientan seguros emocional y físicamente. Cuando los niños saben qué esperar durante el día, es menos probable que se inquieten. Las rutinas y los rituales sustentan el desarrollo cognoscitivo, emocional y social saludable.

Las rutinas de los bebés deben ser flexibles e individualizadas, y coincidir con las necesidades especiales y horarios internos de los bebés. Los niños pequeños se benefician del aprendizaje de las rutinas de un grupo pequeño. Un día previsible les da una sensación de control y los ayuda a comenzar a hacerse cargo de

su día. Rutinas tales como aprender a turnarse y comunicar sentimientos ayudan a los niños a desarrollar respeto y empatía por los demás.



Angustia de separación

La angustia de separación por lo general comienza aproximadamente a los 8 meses y puede continuar hasta que el niño tenga entre diez y dieciocho meses de edad. La mayoría de los niños ha superado esta etapa a la edad de dos años. Cuando los niños se sienten inquietos al despedirse de sus padres, los proveedores pueden ofrecer varias maneras de facilitar la transición.

- Establecer una relación cariñosa con los padres.
- Hacer que los padres establezcan un ritual, tal como lanzar besos antes de partir.
- Hacer que el niño traiga de su casa un objeto tranquilizador tal como un juguete o una frazada especial que lo ayude a facilitar esta difícil transición.
- Si el niño está comenzando a ir al centro de cuidados por primera vez, empiece poco a poco. Hacer que el padre o la madre visiten el establecimiento varias veces y dejen al niño durante períodos cortos antes de dejarlo durante todo el día. Los padres nunca deben escabullirse cuando el niño no está mirando. Esto sólo inquietará más al niño.



Ambientes para bebés y niños pequeños

Los salones de clases para bebés y niños pequeños se deben organizar de manera que reflejen los requisitos específicos de este grupo etario y que apoyen a quienes los cuidan. Los problemas que hay que considerar cubren una amplia variedad de temas, desde el lavado de manos hasta la supervisión y desde la alimentación hasta la creación de un rincón acogedor. A continuación se presentan varios temas que se deben tener en consideración cuando se organizan ambientes para bebés y niños pequeños.

Supervisión de la misión

- ❑ Las consideraciones acerca de la supervisión son distintas para los bebés y los niños pequeños. Crear grupos pequeños con una proporción adecuada de niño a personal es uno de los primeros pasos hacia la creación de un ambiente saludable y cómodo. Los proveedores deben tener presente que un bebé siente que un grupo de tres es grande. Aún cuando las proporciones de niño a personal sean adecuadas, los grupos grandes son ruidosos y caóticos y pueden ser abrumadores para los bebés y los niños pequeños.
- ❑ Los niños de este grupo etario se desenvuelven mejor en ambientes que fomentan la interacción frecuente, positiva e individualizada con los proveedores de cuidados. Los bebés prosperan cuando los proveedores de cuidados pueden tomarlos en brazos y cantarles canciones como "Arañita pequeñita (Eensy Weensy Spider)". Los niños pequeños se sienten valorados cuando los proveedores de cuidados dedican tiempo a escuchar cómo cuentan un cuento sencillo.
- ❑ Un buen suministro de juguetes, libros y actividades adecuadas desde el punto de vista del desarrollo ofrece a los niños una oportunidad de participar en el juego y el descubrimiento. Cuando los niños están ocupados, el proveedor puede prestar atención especial a niños específicos, según sea necesario, animándolos, extendiendo el juego y orientándolos.

- ❑ Las salas de los bebés y niños pequeños deben tener un lugar acogedor para que los proveedores puedan sentarse y reunir a los niños cerca de sí a su alrededor. Cuando un bebé intranquilo o un niño pequeño somnoliento necesita un regazo cálido o un abrazo tranquilizador, los sillones bajos o las sillas cómodas constituyen lugares tranquilos para acurrucarse, calmarse y descansar.

Cuidar bebés y niños pequeños es una tarea gratificante y placentera que se hace mucho más manejable cuando se crea un ambiente en que se sustentan las necesidades de este grupo etario.



Rechaza a los gérmenes

Los bebés que pasan sus días en grupo están expuestos a muchas enfermedades. Como sus sistemas inmunológicos todavía son inmaduros, son más vulnerables a enfermedades infecciosas. Por ejemplo, los bebés desarrollan enfermedades respiratorias y gastrointestinales en un porcentaje mayor que los niños de preescolar; por lo general se enferman 8 veces o más durante su primer año de cuidados. Este porcentaje de enfermedad se puede reducir si los proveedores siguen los procedimientos recomendados de lavado de manos y cambio de pañales para adultos y bebés. Estos procedimientos son más fáciles de cumplir cuando las salas están dispuestas de manera que los faciliten. Las estaciones de cambio de pañales convenientemente ubicadas con suministros a mano y un lavamanos cerca, facilitan el cambio de pañales y el lavado de manos de acuerdo con procedimientos óptimos de sanidad. Otra manera de reducir la propagación de enfermedades infecciosas en el cuidado infantil es separar las cunas unas 18 pulgadas como mínimo, (preferiblemente 36 pulgadas).



Ataque del tentempié

Alimentar bebés y niños pequeños es completamente distinto de alimentar niños de preescolar. Los niños mayores pueden adaptarse a un horario de comidas fijo; los bebés y los niños pequeños necesitan alimentarse cuando tienen hambre. Tener un refrigerador pequeño en la habitación facilita darle un tentempié a un niño pequeño hambriento. La posibilidad de calentar la leche de fórmula del bebé en el salón de clases facilita la alimentación libre. Cuando su hambre se satisface rápidamente, el bebé o niño pequeño puede concentrarse en el trabajo de explorar y aprender acerca de su mundo.

Referencias:

Caring for Infants and Toddlers in Groups: Necessary Considerations for Emotional, Social and Cognitive Development 1993, por J. Ronald Lally, Ed.D, Yolanda Ledon Torres, y Pamela, C. Phelps, Ph.D. Extraído el 12/08/04 de www.zerotothree.org/caring.html.

Discovering Meanings of Continuity: Implications for the Infant/Family Field by Sylvia Y. Sanchez, EdD. y Eva K. Thorp, EdD, 1998.

Prime Time: A Handbook for Excellence in Infant and Toddler Programs por Jon Greenman y Anne Stonehouse, 1996.

Secure Relationships: Nurturing Infant/Toddler Attachment in Early Care Settings por Alice Sterling Honig, 2002.

Octubre es el Mes de la conciencia sobre el Síndrome de Muerte Infantil Súbita (Sudden Infant Death Syndrome, SIDS)

A medida que el verano se acaba y llega el tiempo frío del otoño, las personas comienzan a prepararse para el frío del invierno. Octubre ha sido designado como Mes nacional de la conciencia sobre el Síndrome de Muerte Infantil Súbita (Sudden Infant Death Syndrome, SIDS) porque hay más casos de SIDS en invierno. Esta observancia de salud es un recordatorio para seguir las prácticas recomendadas de reducción de riesgo de SIDS en invierno, que es cuando el riesgo es mayor, y también durante todo el año.

La División de Desarrollo Infantil de Carolina del Norte promulgó nuevas reglas de cuidado infantil en mayo de 2004 para reducir el número de casos de SIDS que ocurren en ambientes de cuidado infantil y para fomentar el sueño sin Riesgos del bebé.

Estas son las prácticas de sueño sin riesgos:

1. Coloque siempre al bebé de espaldas para dormir, a menos que haya firmado una exención legal.
2. **NO** le tape la cabeza al bebé.
3. Observe al bebé que duerme cada 15 ó 20 minutos. Anote las observaciones.
4. Cree un lugar para el sueño sin riesgos.
 - Use una cuna, moisés o corral con una superficie acolchada firme (esterilla o colchón)
 - Retire los juguetes, animales de peluche, frazadas y almohadas suaves y esponjosas cuando el bebé duerme
5. Mantenga la temperatura de la habitación en que duermen los bebés entre 68° F y 72° F.
6. **NO** fume mientras cuida a los niños.
7. Ponga al bebé despierto boca abajo durante el juego supervisado.
8. Desarrolle y publique "Normas de sueño sin riesgos" por escrito.
9. Comunique las normas de sueño sin peligro al personal. Los padres deben revisar y firmar las normas.
10. Haga que el personal tome cursos de capacitación en ITS y SIDS en los primeros 4 meses después de la contratación y luego cada 3 años.

Adaptado de "Normas de sueño sin riesgos para proveedores de cuidados" (Safe Sleep Rules for Caregivers). North Carolina Healthy Start Foundation. (2004). Extraído el 26 de agosto de 2004, de <http://www.nchealthystart.org/its-sidsSafeSleepRulesCaregivers.html>



1-800-367-2229
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

Actualización de la Ley de asientos elevados

La nueva versión de la Ley de seguridad del niño pasajero de Carolina del Norte entra en vigencia el 1° de enero de 2005. La ley cambia la edad y el peso mínimos exigidos para niños que viajan en un asiento de seguridad. Ahora, **todos los niños menores de 8 años de edad que pesen menos de 80 lbs se deben asegurar en un asiento elevado u otro dispositivo de retención infantil.** La ley solía aplicarse a niños menores de 5 años que pesaban 40 libras o menos.

La meta de la nueva ley es que todos los niños pequeños viajen retenidos con seguridad en asientos infantiles de automóvil o asientos elevados. Los asientos infantiles de automóvil o asientos elevados requieren una combinación de cinturón de seguridad de regazo y hombro para asegurarlos correctamente al asiento trasero. La ley permite que los niños menores de 8 años que pesan entre 40 y 80 lbs viajen retenidos con cinturones de asiento trasero de regazo sólo en vehículos antiguos que no tienen combinaciones de cinturón de seguridad de regazo y hombro en el asiento trasero. **Los asientos elevados que se colocan en posición por medio de cinturones de seguridad no se deben usar NUNCA con sólo el cinturón de seguridad de regazo.**

Actualmente las personas que viajan con niños menores de 8 años sin ponerlos en asientos de seguridad pueden recibir multas de hasta 25 dólares. Si al momento del juicio, el conductor puede probar que ya tiene un asiento elevado o asiento de seguridad infantil, los cargos se pueden retirar.

Para obtener más información sobre asientos elevados visite:
www.nhtsa.dot.gov/people/injury/childps/booster_seat/brochure/out

Referencia: www.buckleupnc.org/laws_cps_sb1218info.cfm



Octubre es el

Mes de la campaña contra la gripe y los resfriados
Mes nacional de la conciencia sobre el síndrome de Down
Mes de la seguridad en Halloween
Mes de la conciencia sobre la violencia doméstica
Mes nacional de la higiene dental
Mes nacional de la conciencia sobre la espina bífida
Mes del aprendizaje de salud

El 4 de octubre es el Día nacional de la salud infantil
Del 3 al 9 de octubre es la Semana nacional de la prevención de incendios
Del 17 al 23 de octubre es la Semana nacional de la educación para la salud

Noviembre es el

Mes nacional de la adopción
Mes nacional de la piel saludable
Mes americano de la diabetes
Mes nacional de la epilepsia

Del 21 al 27 de noviembre es la Semana de la conciencia sobre el reflujo gastroesofágico (Gastro Esophageal Reflux Disease, GERD)



Bebés llorones

Hubo una época en que los expertos recomendaban dejar que los bebés llorones "lloraran hasta que se cansaran". La idea era que los bebés sólo "trataban de llamar la atención" y que responder rápidamente al bebé que lloraba era malcriarlo y le enseñaba que ser llorón es una manera de ejercer control sobre los padres. Actualmente los profesionales del desarrollo infantil entienden que los bebés no son capaces de este tipo de manipulación. Los bebés lloran para lograr lo que quieren y, en el caso de los bebés, lo que quieren es, por lo general, exactamente lo que necesitan.

Llorar es el principal método de comunicación de un bebé. ¿De qué otra manera el padre o la madre sabrán que el bebé tiene hambre, necesita que lo acurruquen para tranquilizarse o tiene molestias? Responder a un bebé llorón le permite saber que está seguro y que vive en un mundo confiable. A algunos padres les puede preocupar que responder rápidamente a un bebé llorón le enseñe a llorar para llamar la atención. Si los padres sólo reaccionan cuando el bebé está llorando, el bebé aprenderá que llorar es la única manera de que le presten atención. Los padres aprenden a complacerse con sus niños y los bebés aprenden que los adultos están disponibles para interacciones placenteras por medio de la interacción con los bebés cuando juegan felices o miran tranquilamente un móvil.

Algunos bebés lloran la mayor parte del tiempo sin razón aparente. Es posible que estos bebés hayan nacido con un temperamento de alta necesidad. Su llanto puede ser urgente e intenso y exigir atención constante. Necesitan ser alimentados "de inmediato", necesitan que les cambien el pañal inmediatamente y quieren que los lleven en brazos cada minuto del día.

A los bebés con alta necesidad les va mejor con el cuidado individualizado. Los padres pueden encontrar en el establecimiento de cuidado infantil en familia un ambiente ideal para su bebé de alta necesidad, especialmente si sólo hay un bebé y varios niños de preescolar. El proveedor de cuidados puede estar más dispuesto a usar un canguro o cochecito de bebé para satisfacer la necesidad de movimiento y proximidad física del bebé. Los niños de preescolar pueden distraer y entretener al bebé. Los niños pequeños a menudo son pequeños "payasos" y puede gustarles distraer al bebé con canciones, caras tontas o cuentos. Un centro de cuidado infantil que tiene una proporción de 3 bebés por proveedor de cuidados, en un grupo pequeño, puede además atender a

Le recomendamos que copie la página 5 y que la distribuya a los padres.



Los bebés lloran para conseguir lo que quieren y en el caso de los bebés, lo que quieren es, por lo general, exactamente lo que necesitan.

un bebé de alta necesidad. Los padres y los proveedores de cuidados tendrán que resolver problemas en conjunto para determinar mejor lo que se puede hacer en el establecimiento de cuidado infantil a fin de satisfacer las necesidades del bebé llorón.

Nota:

A veces hay una causa física o emocional de la angustia del bebé llorón. Una consulta con un pediatra o especialista del desarrollo puede identificar una razón específica del comportamiento y dar orientación sobre la manera de aliviar el estrés del niño.

Referencia:

The Fussy Baby Book: Parenting Your High-Need Child From Birth To Age Five, por William Sears, M.D. y Martha Sears, R.N., Little Brown, 1996.

Retiro de productos para bebés

Boston Billows, Inc. retiró sus almohadas de lactancia (*nursing pillows*). **Theraline, Inc.** retiró sus almohadas de maternidad y lactancia. Si los bebés se colocan sobre estas almohadas y se dejan solos, hay peligro de asfixia.

Regal Lager, Inc. retiró su accesorio de plancha de cochecito (*Buggy Board Attachment*) porque las clavijas conectoras rojas de la plancha del cochecito se pueden romper, hacer que la plancha se desprenda parcialmente del cochecito y crear un peligro de caída para el usuario.

Para obtener una lista completa de retiros de productos para bebés y niños pequeños, visite el sitio Web de la **Comisión de Seguridad de Productos para el Consumidor (Consumer Product Safety Commission)** www.cpsc.gov/cpscpub/prerel/category/child.html o llame gratuitamente al **1-800-638-2772**.

1.800.367.2229

Alimento y Movimiento

Rincón de la nutrición y la actividad física

Datos divertidos acerca de las manzanas

- Las manzanas pertenecen a la familia de la rosa.
- Las manzanas vienen en todos los tonos de rojo, verde y amarillo.
- Se necesita la energía de 50 hojas para producir una manzana.
- El 25 por ciento del volumen de una manzana es aire. ¿Flotan o se hunden las manzanas? Compruébelo. Haga una gráfica con las respuestas de los niños.
- Las manzanas tienen 5 semillas. Compruébelo cortando la manzana por la mitad de lado a lado. ¿Qué forma geométrica crean las semillas?

Datos de nutrición acerca de las manzanas

- Las manzanas no tienen grasa, sodio ni colesterol. Saben bien y refrescan la boca.
- Una manzana tiene cinco gramos de fibra. Esta fibra ayuda a impedir que el colesterol se acumule en el interior de los vasos sanguíneos, lo cual ayuda a reducir el riesgo de enfermedades cardíacas y la obstrucción de vasos sanguíneos (arteriosclerosis). La fibra de las manzanas también hace bulto en los intestinos y ayuda a mover el alimento a través del aparato digestivo.
- Una manzana mediana tiene 80 calorías y 8 mg. de vitamina C. Casi la mitad de la vitamina C se encuentra cerca de la cáscara de la manzana.

Advertencia de asfixia:

Sirva las manzanas a los niños menores de 3 años de edad de la manera que puedan manipularlas: jugo y compota de manzana para bebés que ya aceptan alimentos, peladas y cortadas en trozos pequeños para los niños pequeños. Vigile a los bebés y a los niños pequeños en todo momento mientras comen.

Referencias:

Apple Facts. Extraído el 05/09/04 de <http://www.urbanext.uiuc.edu/apples/facts.html>.
Apple Nutrition. Extraído el 05/09/04 de <http://www.urbanext.uiuc.edu/apples/nutrition.html>.

Manzanas, manzanas por todas partes para bebés y niños pequeños

Pídale a los padres que traigan una manzana. Asigne una variedad de colores. La meta es tener una variedad que los niños puedan ver. Los niños y el personal se lavan las manos antes de la actividad.

Ponga las manzanas en una canasta o sobre una mesa baja. Hablen acerca de los colores y tamaños de las manzanas. Deje que los niños sostengan la manzana grande, la manzana pequeña, la manzana amarilla, etc. Pídale a los niños más grandes que recojan la manzana grande o la manzana verde, etc. Después, lave las manzanas, pélelas y córtelas en trozos pequeños para que los niños pequeños las coman como tentempié.

Compota de manzana licuada – Para 12 niños pequeños mayores y niños de preescolar

Ingredientes necesarios:

3 manzanas agrias
1/4 de taza de miel o azúcar

Equipo necesario:

Licuidora, cuchillos resistentes
Tazón para servir y cuchara

Tareas de los adultos

Lavarse las manos. Limpiar, enjuagar y desinfectar la superficie de trabajo antes y después de la actividad. Lavar las manzanas, pelarlas y cortarlas en 4 trozos. Quitarles las semillas.

Tareas de los niños, supervisados de cerca por las proveedoras de cuidados: Los niños se lavan las manos antes y después de la actividad. Cortan los cuartos de manzana por la mitad con un cuchillo de plástico resistente. Ponen los trozos de manzana en una licuadora. Les echan miel o azúcar. Les echan una pequeña cantidad de agua. Licuan hasta que estén blandas. Vierten la mezcla en un tazón.

Comer al almuerzo o como tentempié – ¡Qué rico!

Fuente: Kids in the Kitchen, desarrollado y recopilado por Nellie Edge, Peninsula Publishing, Inc. 1975

Fotocopie y pegue estas actividades en fichas.

Actividad de la manzana que sonríe en el árbol

- Arriba en el manzano me sonrió
- grande y redonda una manzana
- Sacudí fuerte el árbol hasta que cayó
- Umm, umm, que rica, buena y sana

• **Bebés:** Ayudar a los bebés a mostrar las manzanas, sacudirse y caer al suelo; una y otra vez.

• **Niños pequeños:** El proveedor de cuidados finge ser el árbol de manzanas sosteniendo unas cuantas pelotas rojas blandas en lugar de manzanas. Los niños pequeños intentan alcanzar las manzanas y sacuden el árbol hasta que las manzanas caen. Los niños pequeños persiguen las manzanas y las colocan en una canasta. Esto es divertido repetirlo una y otra vez. A medida que los niños pequeños aprenden a anticiparse a las palabras, deje de decir una palabra en cada verso para que los niños puedan decirla. Pronto dirán todas las palabras junto con el proveedor de cuidados.

Recursos de interés:

<http://www.ces.ncsu.edu/depts/foodsci/agentinfo/projects/fss6.pdf>

The Apple Pie Tree por Zoe Hall, 1996. (bebés y niños pequeños – preescolares)

Ten Apples Up on Top! por Dr. Seuss, 1961. (preescolares – escolares)



Canta, canta una canción

Canta alto
Canta fuerte
Canta sobre cosas buenas no malas
Canta de felicidad no tristeza.

Canta, canta una canción
Haz que sea simple para que dure
 Toda tu vida








No te preocupes de que no sea
suficientemente buena para alguien
que la escuche

Simplemente canta, canta una canción.





- Joe Raposo (traducida)

Las canciones de cuna tranquilizadoras consuelan a los bebés. Las canciones cantadas a diario con los niños pequeños son un ritual que sirve para establecer rutinas. Crear un ambiente para los niños pequeños lleno de música es un mensaje de amor que da seguridad y sentido de alegría. A medida que los niños se desarrollan, la música se convierte en un medio de comunicación y expresión de la creatividad. No sean tímidos, canten, canten una canción.

Diversión musical con bebés y niños pequeños

-  A los bebés les gustan las voces tranquilas, agudas y rítmicas. Imite los sonidos que hacen al son de una canción favorita. *Twinkle, Twinkle Little Star* se puede cantar como: "Ba, Ba, Ba, Ba, Ba Ba, Ba."
-  Sostenga a una bebé estrechamente y balancéela o bailen al ritmo de la música. Déle una vuelta.
-  Esconda un juguete musical de cuerda fuera de la vista o debajo de una frazada. Anime a los pequeños que gatean a encontrar el sonido: "¿Dónde está la música?" "La encontraste..."
-  Haga un cascabel metiendo botones, macarrones o piedras en una botella. Sacuda, sacuda y sacuda al son de un ritmo alegre. Jueguen al *picabú* con instrumentos musicales. Alinee los instrumentos musicales y tápelos con pañoletas. Use una marioneta para levantar las pañoletas. "picabú... el xilófono... el tambor... la pandereta". Luego, la marioneta o un niño pueden tocar cada uno de los instrumentos.
-  A los niños pequeños les encanta oír su nombre en una canción, especialmente si es una canción boba y sin sentido como el juego de los nombres (*name game*). "Ana, Ana, Bo Bana, Banana, Nana Fo Fana." Inserte el nombre de los niños con sonidos y palabras que rimen.
-  Averigüe todas las maneras en que el grupo se puede mover con la música: bailando, aplaudiendo, zapateando, gateando, saltando, empujando un saltapelotitas (*corn popper*), saltando en su lugar, etc. Hay infinitas maneras. Así es que prepárese para sacudirse, cascabelear y rodar.
-  El uso de la música debe ser siempre significativo. Toque música grabada para un propósito y a horas específicas. Evite dejarla puesta todo el día o durante largos periodos de tiempo.

Libros para niños sobre música y movimiento

-  *Down By the Bay, (Raffi Songs to Read)* por Raffi, 1999. (bebés y niños pequeños – preescolares)
-  *Roll Over!: A Counting Song,* por Merle Peek, 1999. (bebés y niños pequeños – preescolares)
-  *Moo Baa La La La,* por Sandra Boynton, 1982. (bebés y niños pequeños – preescolares)
-  *Take Me Out of the Bathtub and Other Silly Dilly Songs,* por Alan Katz, 2001. (preescolares – escolares)

Grabaciones para niños

-  *Choo Choo Boogaloo,* por Buckwheat Zydeco Music for Little People, 1994.
-  *On a Starry Night,* por Varios Artistas. Windham Hill 1997
-  Música clásica para niños. Ent. Media Partners, 1997.

Lleve la música al aire libre y traiga la música del exterior al interior. Abra una ventana (con mosquetero) en un día lluvioso y escuchen el repiqueteo de la lluvia.



Haga que las familias participen. Copie las letras de las canciones del salón de clases y envíelas a casa. Anime a los padres a traer canciones familiares favoritas para compartir.

Cree un cancionero de la clase o del hogar de cuidado infantil en familia. Saque provecho de los talentos musicales pidiendo a los padres que vengan y canten o que toquen instrumentos musicales. No se olvide de averiguar si los hermanos y hermanas mayores tienen talentos que pueden presentar. Cantar, cantar una canción.....

Referencias:

The National Association for Music Education. Extraído el 27 de agosto de 2004 de <http://www.menc.org/publication/books/heartbeat/FrontPage.html>.
Silberg, Jackie (1999). *Brain Games for Babies.* Gryphon House, Beltsville, MD.

Preguntas al Centro de Recursos

Q: *Tengo un establecimiento de cuidado para bebés y niños pequeños. La madre de una bebé de 18 meses de edad es nueva en nuestro programa y no nos ha traído el registro de vacunación de su hija después de la inscripción. Su hija lleva inscrita 3 semanas y todavía no entrega el registro de vacunación. Los padres tienen muchos ajustes que hacer y parecen demasiado ocupados para darnos una copia de los registros de la niña. ¿Hay algo que pueda hacer para conseguir los registros yo misma? Me gustaría que la niña continuara en nuestro programa.*

A: En Carolina del Norte los padres o tutores legales son responsables de vacunar a sus niños. Además tienen la responsabilidad de presentar el certificado de vacunación en el establecimiento de cuidado infantil. Deben darle una actualización cada vez que los niños se vacunan. Los padres tienen 30 días después de la inscripción para entregar el certificado de vacunación.

Recuérdale a la madre que los 30 días están por acabarse y que usted desea seguir cuidando a la niña. Además hágale saber que no puede traer a la niña a su establecimiento si no tiene documentación de vacunación. Si la niña está atrasada en sus vacunas, puede quedarse en el establecimiento siempre y cuando le estén poniendo las vacunas de acuerdo al programa de vacunación recomendado por escrito por el médico.

Como operadora de un establecimiento de cuidado infantil usted tiene otra opción. Puede pedirle al médico de la niña o al departamento de salud que le den la certificación del registro de vacunación de la niña. No es necesario que usted llene un formulario de solicitud por escrito para obtener los registros de vacunación. Si conversa con la madre acerca de estas dos opciones, juntas pueden hallar la mejor solución para usted y para su familia. El sitio Web www.immunizenc.org da orientación clara acerca del cuidado infantil y las vacunas aquí en Carolina del Norte y puede ser útil para ustedes dos. Si tiene más preguntas acerca de las vacunas, puede comunicarse con nosotros en el Centro de Recursos por el teléfono **1-800-367-2229**, o hablar con su consultor de salud en el cuidado infantil local. Encontrará una lista de consultores de salud en el cuidado infantil en nuestro sitio Web www.healthychildcarenc.org.



Un adiós para Janet McGinnis

Desde febrero de 2002 hasta junio de 2004 Janet McGinnis fue la editora del Boletín de Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil de Carolina del Norte. Recientemente Janet se unió al personal del Programa *More at Four*. Apreciamos las numerosas contribuciones de Janet a lo largo de los años y esperamos con anticipación colaborar con ella en su nuevo trabajo. Le deseamos lo mejor de lo mejor en su nuevo cargo.

Adiós

8 • BOLETÍN DE SALUD Y SEGURIDAD • OCTUBRE - NOVIEMBRE DE 2004

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



BOLETÍN DE SALUD

EDITOR: **VOL. 4 NÚMERO 5**
Jacqueline Quirk

COLABORADORES:
Lucretia Dickson, Jeannie Reardon,
Judy Sowerby, Jonathan Kotch.

TRANSFERENCIA ELECTRÓNICA:
Usted puede transferir una copia de esta publicación desde nuestro sitio Web:
www.healthychildcarenc.org

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

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 CCRR, consultores de concesión de licencias de cuidado infantil de la DCD y consultores de salud en el cuidado infantil en Carolina del Norte.



Nos agradecería saber de usted...



Comuníquese con nosotros llamando al **1-800-367-2229** para hacernos sus comentarios y solicitar artículos o información.

Se imprimieron 10,000 copias de este documento a un precio de 46 centavos de dólar por copia.

Nonprofit Org
US Postage
PAID
Chapel Hill, NC
Permit No. 177