

Haga clic en el pavo



EN ESTE
TOMO

Salud Infantil 2

El Peligro #1 3
oculto en el
dormitorio de su
nieto

Grupos de Apoyo 4

Biblioteca FACS 4

Proyecto Idaho KinCare

VOLUMEN II, TOMO 12

NOVIEMBRE 2012

Mantenga sus Nietos a Salvo

Si han pasado 10, 15, 20 años o más desde que crió a sus propios hijos, y ahora se enfrenta a la crianza de sus nietos, **la Academia Americana de Pediatría [American Academy of Pediatrics \(AAP\)](#) quiere asegurarse de que tiene las últimas recomendaciones y directrices de seguridad.**

"Salud pediátrica y recomendaciones de seguridad están en constante evolución," Dr. Kathryn Hines, autor del estudio, de la Universidad de Alabama en Birmingham médico que atiende pacientes en la Infancia en Alabama, dijo en un comunicado de prensa de AAP. "Muchas de las recomendaciones es probable que hayan cambiado desde que los proveedores KinCare criaron a sus propios hijos."



En Un Estudio preliminar, **muchos abuelos KinCare no sabían nada de las nuevas normas de seguridad para los niños**, tales como la posición adecuada para dormir, seguridad de las cunas, el uso de asiento de coche, y otros cambios importantes en las recomendaciones de seguridad.

AAP recomienda lo siguiente:

- Al dormir, los bebés deben ser colocados boca arriba para prevenir el síndrome de muerte súbita del lactante.
- No tener almohadas parachoques, animales de peluche y cobijas en la cuna. Los niños deben permanecer en los asientos de seguridad mirando hacia atrás hasta la edad de 2 años. Andaderas plantean graves problemas de seguridad, se recomienda a los cuidadores deshacerse de ellas y no utilizarlas como un elemento dispositivo para ayudar a los bebés a aprender a caminar.

Para consejos actualizados de reglas de seguridad visite a los Centros de EE.UU. para el Control de Enfermedades y Prevención de ABC de la crianza de niños sanos y seguros [US Centers for Disease Control and Prevention's ABC's of Raising Safe and Healthy Children.](#)

Gratitud

"La verdadera felicidad es disfrutar el presente, sin dependencia ansiosa sobre el futuro, no para divertirnos, ya sea con esperanzas o temores, pero para descansar satisfechos con lo que tenemos, que es suficiente. Las bendiciones más grandes de la humanidad están dentro de nosotros y dentro de nuestro alcance. Un hombre sabio se contenta con su suerte, sea la que sea, sin desear lo que no tiene."

Seneca



"Reconocer lo bueno que ya tienes en tu vida es el fundamento de toda abundancia."

[Eckhart Tolle](#)

¡Día de Compartir!

El 10th Anual Día de Compartir será celebrada el jueves, 15th de noviembre, comenzando a las 11:00 am y terminando a las 3:00 pm.

Venga y disfrute de:

- Una cena de Acción de Gracias.
- Servicios de Recursos para familias de bajos ingresos.
- Cortes de pelo
- Exámenes dentales
- Exámenes médicos
- Libros
- Abrigos

Nampa First Christian Church en 619 12th Ave. South, en Nampa.
Para mas información llame al (208) 459-9263

Salud Infantil

El mes pasado fue el Mes de la Salud Infantil

Si usted es un padre o proveedor KinCare, verifica estos recursos para ayudar a promover la buena salud de su hijo:

- **Vacunas** -- La vacunación es una de las mejores formas de proteger a los niños contra varias enfermedades potencialmente graves. Obtenga información sobre las vacunas recomendadas en función a la edad de sus hijos.
- **Recursos de Nutrición y 10 Vegetales y Frutas agradables para niños** -- Anime a sus hijos a comer verduras y frutas con actividades divertidas. Obtenga ideas para comidas saludables.
- **Desarrollo del Niño** -- Obtenga los conceptos básicos sobre el desarrollo saludable, aprenda las condiciones específicas que afectan al desarrollo, obtenga consejos para padres, y más.
- **Etapas del Desarrollo** -- Las habilidades tales como gatear, caminar y mover la mano son etapas del desarrollo. Echa un vistazo a las etapas para niños entre las edades de dos meses y cinco años.
- **Salud Oral** -- Descubra lo que puede hacer para ayudar a prevenir las caries y otras enfermedades orales.
- **Salud Oral** -- Obtenga recursos para ayudar a mantener a su hijo seguro durante las diferentes etapas del desarrollo.
- **Actividad Física** -- Los niños necesitan 60 minutos de juego con actividad moderada a vigorosa todos los días. Obtenga ideas para los pasos que puede tomar para aumentar el nivel de actividad de su hijo.



From USA. gov

Familias Poderosas

Las Sesiones de Familias Poderosas continúan
10:00 A.M. — 1:00 P.M. en el YMCA de Caldwell
Terminando el 24 de noviembre, 2012

Para mas información llame a Gaby al: (208) 446-9926 o Norma al: (208) 442-9977

Lectores Creciendo: Consejos mensuales para padres, para la crianza de Buenos lectores y escritores
ReadingRockets.org:

<http://support.weta.org/site/R?i=bYiGCyOtVE7WEP-0qF3LPA>

Colorín Colorado, un servicio de Web para ayudar a los estudiantes del idioma inglés convertirse en mejores lectores.

<http://support.weta.org/site/R?i=pYqnFpCUbp0FjUCmYPDemw>

El peligro # 1 oculto en el dormitorio de su nieto

Olvídese de la pintura con plomo y asbestos. Algo mucho más insidioso que espera detrás de la puerta - y no va a creer lo que es.

El moho negro. Colchas inflamables. Monstruos debajo del colchón. A veces, los posibles peligros que acechan en el dormitorio de su nieto parecen no tener fin. Afortunadamente, las probabilidades de que la mayoría de alguno de ellos suceda son muy bajas.

Pero, ¿y si nos dicen que uno es realmente digno de su atención? Que un solo artículo de la casa puede entorpecer la salud de un niño, calificaciones, comportamiento - incluso sus hábitos de dormir?

¿Qué tal y le digo, que es la televisión?

Dos tercios de los niños mayores de ocho años tienen una tele en su habitación y, en promedio, ven 90 minutos más de televisión por día que aquellos que no la tienen. Esas son malas noticias por un número de razones, ya que es más probable que:

- **Tienen problemas en la escuela:** Además de la bajar los resultados de exámenes de matemáticas y lectura, los niños con televisores en la habitación tienen más problemas de conducta y tienden a no participar en las actividades extracurriculares, según estudios realizados en los Archivos de La Medicina Preventiva y la Medicina Pediátrica y Adolescente.

- **Tiene sobrepeso:** Hay una fuerte correlación entre la televisión en la habitación y la obesidad. Los adolescentes, en particular, pasan menos tiempo haciendo ejercicio, consumen más bebidas azucaradas, comen menos verduras y frutas, y a menudo, no comen con la familia, dice la Academia Americana de Pediatras.

- **Tienen problemas para dormir.** Según la Fundación Nacional del Sueño, estos niños tienden a resistirse a la hora de dormir, tienen problemas para conciliar el sueño y duermen por períodos más cortos que sus compañeros.

Esto no quiere decir que su nieto está destinado al fracaso. Muchos de los jóvenes llega a convertirse en adultos bien ajustados, y llenan sus estantes con libros o *iCarly* DVDs. Sin embargo, subsisten numerosos problemas, sobre todo porque la zonificación a un televisor en su dormitorio es esencialmente una actividad solitaria. Niega a los jóvenes de otras experiencias, necesarias.

"[Se trata más de] lo que no sucede cuando los niños ven la televisión solos," dice Shelley Pasnik, Directora del Centro de Tecnología para Niños [Center for Children and Technology](#). "El compromiso social no está ocurriendo, especialmente para los niños más pequeños."

Los niños seguirán viendo televisión. Así que, ¿qué es lo mejor, qué puede usted, hacer como abuelo, para ayudar a rectificar la situación? Por fortuna, bastante.

1. Sugiera mover la televisión.

"La televisión esta mejor en una zona con mas trafico," dice Pasnik, "así no todo el mundo tiene su propia experiencia multimedia." Sugiera el cambio a la sala o cuarto familiar, donde todos los miembros de la familia puedan hablar de lo que está ocurriendo en la pantalla. Esta interacción hace la visualización activa, no pasiva, esto es clave para las metas del desarrollo.

2. Haga preguntas.

Hacer que los niños piensen sobre los programas que ven es una de las mejores cosas que un abuelo puede hacer. "Hacer preguntas puede ocurrir durante o después del programa. Averigüe que personajes les gustaría ser, o que personaje darían a sus abuelos," sugiere Pasnik. "No lo agá parecer una entrevista, sin embargo. Produzca curiosidad genuina en ellos."

3. Modele el buen comportamiento y ofrezca alternativas.

Cuando los niños ven a los miembros de la familia viendo horas de televisión, aprenden que eso es lo normal. Así, que en lugar de relajarse con Law & Order, lea un libro o valla a dar un paseo caminando- e incluya su nieto. No sólo va a ayudar a su desarrollo, sino que va a crear memorias felices.

En última instancia, TV - junto con todas las otras pantallas que impregnan la vida de los niños - no se va a ir a ninguna parte. Pero si puede hacer que sea una experiencia de aprendizaje, en lugar de entretenimiento inerte, es mejor para sus nietos, y es mejor para su relación. Es mejor que Bailando con las Estrellas cualquier día.



From kids.gov



Proyecto Idaho KinCare

823 Parkcentre Way

Nampa, Idaho 83651

Teléfono: (208) 442-9977

Correo Electrónico: barrienn@dhw.idaho.gov

Proyecto Idaho KinCare

Un proveedor de KinCare es el abuelo u otro miembro de la familia quien cría al niño de un pariente. Este convenio puede ser desafiante en los puntos de vista legales, financieros, y emocionales. Si usted es uno de los 10,000 proveedores KinCare en Idaho, este boletín de noticias es para usted.



Puede ser abrumador el ser el cuidador principal de los niños en el mundo de hoy. Cuando se sienta como si no puede hacerlo más, podría ayudarle al recordar este refrán anónimo.

“Puede que no puedas cambiar el mundo entero, pero puedes cambiar el mundo entero de un niño”

Visite la Biblioteca FACS
www.1.idaho.gov



Grupos de Apoyo

Treasure Valley GAP,
Boise
Georgia Mackley: 859-1130

Kinship Plus,
Caldwell
Linda Dripps:
919-4731

Relatives Raising Relatives,
Idaho City
Ginny and Ken Ohls:
344-4329

Grandparents/Relatives as Parents Support
Group,
Twin Falls
Shawna Wasko:
208-736-2122

2-1-1 Idaho CareLine es información integral de la comunidad y referencia de servicios a nivel estatal en Idaho. Dedicado a proporcionar una amplia gama de servicios de salud y recursos humanos a bajo costo o gratuitos para los habitantes de Idaho. Marque: 2-1-1

o
1-800-926-2588
www.211.idaho.gov

Idaho CareLine • IDHW 
2-1-1™
Get Connected. Get Answers.
Dial 2-1-1 or 1-800-926-2588