



Un Programa
de Better
Kid Care



Tiempo de Familia Tiempo de Trabajo

Un Acto de Equilibrio

Construyendo Familias Fuertes

Preparando a Su Niño

Una buena manera de enseñarle a su niño como lidiar con diferentes situaciones en la vida es practicando situaciones imaginarias en las que nos preguntamos “qué pasa si....” Los niños pueden aprender de sus errores practicando con situaciones imaginarias que no sean peligrosas para ellos o para los demás antes de tener que enfrentarse a las situaciones reales. Los niños pueden hacer muchas cosas por sí mismos una vez que aprenden como hacerlas.

Aquí hay algunos ejemplos de situaciones imaginarias:

- Cuando usted está ocupada y no puede contestar el teléfono. Enséñele a su niño como contestarlo y pídale que practique lo que usted quiere que él o ella diga.
- Sus niños están jugando y quiebran algo. ¿Qué deben hacer? Enséñeles la forma correcta de lidiar con ese tipo de situación.
- Su niño le quiere ayudar a regar el jardín y la manguera no está conectada con la llave del agua. ¿Qué hay que hacer primero?
- Cuando su niño quiere preparar su propia merienda, muéstrelle lo que le está permitido comer y lo que debe usar para prepararlo. Pídale que practique hacerlo mientras usted está allí para supervisarlos.



Como Decimos las Cosas

Pare y piense antes de hablar. Esté consciente del tono de su voz cuando le habla a su niño. Esto puede hacer una gran diferencia en la forma en que su niño le responde.

Cuando el tono de su voz suena exigente, disgustado, o mezquino, podría asustar al niño. Si usted habla de una manera sarcástica, es probable que su niño no comprenda lo que usted en realidad quiera decir porque los niños pequeños no entienden el sarcasmo. Si usted dice las cosas de una manera demasiado acaramelada, es posible que no se le tome muy en serio. Para la buena comunicación, lo que usted dice y como lo dice deben concordar. Trate de hablar en un tono de voz normal.

Las Palabras Pueden Lastimar

Las palabras son poderosas. Pueden hacer que alguien se sienta bien consigo mismo, pero las palabras también pueden lastimar. Si su niño oye con frecuencia palabras negativas sobre su persona, es posible que empiece a creerlas. Esto puede hacer que baje su auto estima.

Algunas palabras o frases negativas para evitar:

Pero, ¡eso sí que es una tremenda tontería!
¿No puedes hacer nada bien?
¿Por qué no puedes ser como tu hermana?
¡Siempre eres tan lento!

Mejor manera de decirlo:

¡Tú si puedes!
Sigue tratando.
Eres un niño especial.
Sé que puedes ir más rápido.

Los Cinco Principales Peligros Ocultos en el Hogar

La Comisión de Seguridad de Productos al Consumidor de los Estados Unidos o sea, la U.S. Consumer Product Safety Commission (CPSC) ha identificado los cinco principales peligros ocultos en el hogar para ayudar a prevenir lesiones y mantener seguras a las familias.

#1 Imanes

Los imanes muy pequeños y poderosos se pueden encontrar en los juguetes, los juegos de construcción, y en la joyería. Son muy peligrosos si los niños pequeños se los tragan. Si dos o más imanes, o un imán y otro objeto de metal son ingeridos por separado, se pueden atraer unos a otros por medio de las paredes intestinales y quedarse atrapados en ese lugar. Esto puede causar daños intestinales que pueden ser difíciles de diagnosticar.

Tenga mucho cuidado con los imanes y las piezas magnéticas que anden por ahí. Manténgalos fuera del alcance de los niños pequeños (menores de seis años). Si usted tiene algún producto que tenga imanes y que haya sido retirado del mercado, llame a la compañía fabricante para recibir instrucciones.



#2 Productos Retirados del Mercado

La CPSC retira del mercado cerca de 400 productos cada año. Las tiendas se movilizan rápidamente para remover estos productos de sus anaqueles, pero una vez que dichos productos entran en los hogares, es su responsabilidad, como consumidor, estar pendiente de los productos que han sido retirados del mercado. Estos productos incluyen los juguetes, la ropa, la joyería para los niños, las herramientas, los electrodomésticos, los electrónicos, y otros productos eléctricos. Para mantenerse informado, únase a la campaña de la CPSC llamada "Drive to One Million" para sacar los productos peligrosos de los hogares. Inscríbase para recibir notificaciones gratis por correo electrónico en www.cpsc.gov/cpsclist.aspx. Un mensaje electrónico de la CPSC no es "spam" y ¡podría salvar vidas!

#3 Cosas Que Se Vuelcan

Los muebles, los televisores, y las estufas se pueden volcar y aplastar a los niños pequeños. Pueden ocurrir muertes y lesiones cuando los niños se trepan sobre, se caen de, o se agarran de televisores, estantes, libreros, cómodas, escritorios, y roperos. Los televisores colocados sobre los muebles

se pueden volcar y caer. Asegúrese de que los muebles u objetos estén firmes y estables. Para mayor seguridad, sujételo al piso o a la pared. Las estufas y los hornos se deben instalar con soportes o corchetes de seguridad.

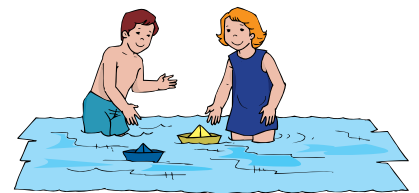
#4 Ventanas y Cortinas

Los niños se pueden estrangular con los cordones de las cortinas o de las persianas que forman lazos. Use persianas sin cordones o corte los cordones y hágale un nudo de seguridad a cada cordón. Nunca ponga la cuna o el encierro de un bebé cerca de una cortina o persiana. Las ventanas también son peligrosas. A los niños les encanta jugar cerca de las ventanas, pero pueden morir o lastimarse si se caen por una ventana. Las pantallas de cedazo de las ventanas están diseñadas para mantener fuera a los insectos, no para mantener dentro a los niños. Asegure sus ventanas reparando los cordones que terminan en lazos e instalando seguros o resguardos.



#5 Drenajes de Piscinas y Balnearios

La succión del drenaje de una piscina o balneario puede ser lo suficientemente ponderosa para sujetar a un adulto, al igual que a los niños, bajo el agua. Las cubiertas perdidas o rotas de los drenajes son una de las razones principales de que ocurran muchos de los accidentes de personas que se quedan atrapadas bajo el agua. Los dueños de piscinas o balnearios deben instalar un sistema de descarga de vacío o "Safety Vacuum Release System" que detecta cuando un drenaje está bloqueado. Este mecanismo apaga la bomba de la piscina o interrumpe la circulación del agua automáticamente para prevenir que alguien quede atrapado en el drenaje.



Más de Better Kid Care

El sitio en la red de Better Kid Care en www.betterkidcare.psu.edu cuenta con más información para los padres de familia. Busque las ediciones de Tiempo de Familia – Tiempo de Trabajo, Los Padres Cuentan, consejos y actividades para el cuidado de los niños, ideas para las meriendas, consejos para elegir un buen programa de cuidado de menores, información sobre cuando los niños están listos para asistir a la escuela, y el Boletín Electrónico de Better Kid Care (Better Kid Care E-Newsletter). Para suscribirse al Boletín Electrónico, favor de enviar su petición a BetterKidCareNews-subscribe-request@lists.psu.edu.

Family Time/Work Time: September 2007

Dr. James E. Van Horn, Better Kid Care Program Director

Supported by funds from the Pennsylvania Department of Public Welfare, Office of Child Development and Early Learning. Developed by the Better Kid Care Program, 253 Easterly Parkway, State College, PA; Phone 1-800-452-9106. Website: www.betterkidcare.psu.edu.

PENNSTATE



College of Agricultural Sciences
Cooperative Extension

Developed by:

Nancy Wilson, Penn State Better Kid Care Program, Penn State University

Resources: Nancy Wilson, August 2002, *Preparing Your Child, How We Say Things, and Words Can Hurt*, Penn State Better Kid Care Program, Penn State University; Parent Styles, Holly K. Hedstrom, September 1997, Penn State Cooperative Extension – Erie County; *News from CPSC – Press Release*, August 1, 2007, U.S. Consumer Product Safety Commission

This publication is available in alternative media on request. Penn State is committed to affirmative action, equal opportunity, and the diversity of its work force.