



KIM JOHNSON
DIRECTOR

STATE OF CALIFORNIA—HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY
DEPARTMENT OF SOCIAL SERVICES
744 P Street • Sacramento, CA 95814 • www.cdss.ca.gov



GAVIN NEWSOM
GOVERNOR

6 de julio de 2020

PIN 20-14-CCP-SP

PARA: TODOS LOS LICENCIATARIOS Y PROVEEDORES DE CUIDADO
INFANTIL CON LICENCIA

DE: *Original firmado por Pamela Dickfoss*
PAMELA DICKFOSS
Subdirectora
Community Care Licensing Division

ASUNTO: **RECURSOS PARA APOYAR EL DESARROLLO SOCIAL Y
EMOCIONAL DE LOS NIÑOS DURANTE LA EMERGENCIA DE
SALUD PÚBLICA DE LA COVID-19**

Resumen del aviso de información al proveedor (PIN)

El PIN 20-14-CCP incluye recursos que los proveedores y las familias pueden usar para apoyar el desarrollo social y emocional de los niños durante la emergencia de salud pública del coronavirus (COVID-19).

Las familias y los proveedores de cuidado infantil en California están adaptándose a los cambios que la emergencia de la COVID-19 ha producido en la vida diaria. Esta crisis es estresante para todos, y en este momento es de vital importancia apoyar la salud mental y el bienestar de los niños y sus familias. En estos tiempos difíciles, el Departamento quiere recomendar algunos recursos que los proveedores y las familias pueden usar para apoyar el desarrollo social y emocional de los niños bajo su cuidado.

Los efectos de esta crisis de salud pública van mucho más allá de una posible infección por el coronavirus; las dificultades económicas causadas por la pérdida de ingresos, el cierre de las escuelas y el distanciamiento físico prolongado pueden agravar la presión y el agobio que se sienten durante esta crisis, lo que puede provocar una respuesta fisiológica. Es imprescindible que los padres y proveedores entiendan cómo el estrés producido por una crisis de salud pública puede afectar a los niños y los adultos.

El Departamento reconoce que los efectos emocionales de una emergencia variarán según las experiencias de cada niño, las circunstancias sociales y económicas de sus familias y comunidades y la disponibilidad de recursos en su área. Según la

[National Association of School Psychologists \(Asociación Nacional de Psicólogos Escolares\) \(NASP\) \(página solo disponible en inglés\)](#), la mayoría de los niños pueden superar la situación con el apoyo de sus padres y otros miembros de su familia, aunque parezcan ansiosos o estresados o haya otros signos de preocupación, como dificultad para dormir o concentrarse.

En el siguiente cuadro se enumeran algunas de los indicios comunes de ansiedad en los niños y las estrategias que los padres y los proveedores pueden utilizar para apoyarlos. Esta información viene de la NASP y de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Grupo de edad	Indicios comunes de ansiedad	Estrategias para apoyar a los niños
Bebés y niños pequeños	<ul style="list-style-type: none"> - No sonríen ni quieren jugar tanto como antes - Evitan mirar a los ojos de otras personas, o son difíciles de tranquilizar - Se ven muy estresados cuando no están con su cuidador principal - Parecen más torpes y sus habilidades motrices (p. ej., comer, sentarse, gatear o caminar) han revertido 	<ul style="list-style-type: none"> + Tenga una rutina fija + Incorpore experiencias sensoriales + Promueva actividades físicas + Apoye sus rutinas a la hora de comer y dormir + Plastifique fotos de los miembros de la familia para que el niño las mire cuando se ve estresado o ansioso al separarse de ellos + Intente mejorar sus habilidades comunicativas y lingüísticas por medio de actividades (como cantar)
Niños de edad preescolar	<ul style="list-style-type: none"> - Se chupan el dedo - Mojan la cama - No quieren separarse de sus padres - Tienen un trastorno del sueño - No tienen hambre - Tienen miedo a la oscuridad - Ha revertido su conducta - Parecen retirados 	<ul style="list-style-type: none"> + Encuentre tiempo para hacer ejercicio + Cree un tablero de emociones para que sea más fácil identificar y expresar las emociones que uno siente + Elabore cuentos cortos + Encuentre un equilibrio entre actividades físicas y actividades tranquilas + Organice actividades de música, lectura y arte + Hable en voz tranquila de lo que está pasando + Plastifique fotos de los

		<p>miembros de la familia para que el niño las mire cuando se ve estresado o ansioso al separarse de ellos</p> <ul style="list-style-type: none"> + Proporcione juegos sensoriales + Siga una rutina fija y/o planifique las lecciones diarias
Niños de edad escolar (primaria)	<ul style="list-style-type: none"> - Son fáciles de enojar - Son agresivos - No quieren separarse de ciertas personas - Tienen pesadillas - No quieren asistir a la escuela - Tienen dificultad para concentrarse - Se retiran de sus amigos y/o de actividades 	<ul style="list-style-type: none"> + Demuestre la paciencia y maneras saludables de superar una situación + Anime a los niños a solucionar problemas + Combata los pensamientos negativos practicando el diálogo interno positivo y encontrando tiempo a diario para reflexiones positivas + Anímeles a pasar tiempo al aire libre y participe en pasatiempos que les gustan + Manténgase en contacto con su red de apoyo (familia y amigos) + Reconozca que las rutinas y actividades diarias van a ser diferentes y permita que le repitan preguntas o que tengan las mismas conversaciones
Adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> - Tienen un trastorno del sueño - Tienen un trastorno alimenticio - Están inquietos - Son más combativos - Hacen berrinches - Cometan delitos - Tienen dificultad para concentrarse 	<ul style="list-style-type: none"> + Promueva actividades físicas + Deles tiempo para escribir y expresarse + Cree oportunidades para reír + Reconozca que las rutinas y actividades diarias van a ser diferentes y permita que le repitan preguntas o que tengan las mismas

		<p>conversaciones + Deje claro que las nuevas medidas de seguridad son «lo que sabemos ahora» y hágalas saber que esta información puede cambiar</p>
--	--	--

Además, la [organización Zero to Three \(página solo disponible en inglés\)](#) reconoce que las relaciones fuertes, cariñosas y afectuosas pueden proteger a los niños de los efectos de experiencias negativas, y los cuidadores tienen un papel esencial en ayudar a los niños pequeños a recuperarse después de un evento traumatizante.

Es importante tener en cuenta que los niños recurren a los adultos que ellos conocen para saber cómo reaccionar ante ciertos sucesos, y está bien que los adultos reconozcan sus propias preocupaciones y sentimientos. Enseñar a los niños medidas preventivas, como el distanciamiento físico y el lavado de manos frecuente, y estar dispuesto a hablar con ellos acerca de sus miedos e inquietudes son esenciales para poder responder a sus necesidades personales.

La [guía de estrategias para aliviar el estrés durante la pandemia de la COVID-19](#) tiene consejos para determinar si un niño se siente agobiado y reducir el estrés en los niños y adultos. Además, anime a las familias y proveedores a usar los siguientes recursos para establecer espacios seguros, tanto físicos como emocionales, para los niños y las familias que viven en California. Estos recursos también pueden utilizarse para crear entornos que son sensibles a los efectos del trauma y en que los niños y los adultos aceptan sus emociones y enfrentan su estrés de manera segura de saludable.

Recursos para proveedores y familias:

California COVID-19.CA.GOV/ES/

- [Manejo del estrés para la salud](#)
- [Guía de estrategias para aliviar el estrés durante la pandemia de la COVID-19](#)
- [Recursos para el apoyo emocional y el bienestar](#)

California for All Kids (California para Todos – Niños): Plan Maestro para el Aprendizaje y Cuidado Tempranos:

- [Cuidado y aprendizaje](#)
- [Ayuda para proveedores](#)
- [Ayuda para familias](#)

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades:

- [Consejos para hablar con los niños sobre la enfermedad del coronavirus 2019](#)
- [Cómo ayudar a los niños a sobrellevar las emergencias](#)
- [Cómo sobrellevar el estrés](#)
- [Cómo cuidar su salud emocional](#)

Center for Early Childhood Mental Health Consultation (Centro de Consultas sobre la Salud Mental Infantil)

- **Cómo cuidarnos: El estrés y la relajación**
<https://www.ecmhc.org/relaxation.html>

Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning (Centro sobre los Fundamentos Sociales y Emocionales del Aprendizaje Temprano) (CSEFEL):

- [Estrategias prácticas para los maestros/cuidadores \(inglés\)](#)

National Association of School Psychologists (Asociación Nacional de Psicólogos Escolares): Recursos para las crisis de salud

- [Cómo ayudar a los niños a lidiar con los cambios provocados por la COVID-19](#)

University of California Berkeley's Greater Good Science Center (Centro Científico para el Bien Común - Universidad de California en Berkeley):

- [Artículos sobre la crianza / el cuidado durante la pandemia de la COVID-19 \(inglés\)](#)

Departamento Federal de Salud y Servicios Humanos

- [Factores protectores para apoyar el bienestar \(inglés\)](#)
- [Cómo superar el estrés durante el brote de una enfermedad infecciosa \(inglés\)](#)

Organización Zero to Three

- [Recursos sobre el coronavirus para los profesionales de la primera infancia \(inglés\)](#)

Si tiene preguntas, por favor, [comuníquese con su oficina local de licenciamiento \(PDF solo disponible en inglés\)](#).