

¿Qué es el crup?

El crup es un problema respiratorio del que comúnmente padecen los niños pequeños. Suele aparecer con más frecuencia en el otoño y en el invierno. El síntoma más común es la tos seca. El crup causa inflamación y estrechamiento de la laringe, la tráquea y las vías respiratorias que se dirigen hacia los pulmones. Esto puede dificultar la respiración para el niño. Un episodio de crup puede ser aterrador, pero con cuidado y reposo, los pequeños suelen mejorarse en varios días.

¿Qué causa el crup?

El crup aparece pocos días después del comienzo de un resfriado y comúnmente lo causa el mismo virus que causa dicho resfriado. El crup es contagioso. Los gérmenes que lo causan pueden transmitirse a otra persona mediante el toser, estornudar y el contacto cercano. Lavarse las manos con regularidad y limitar el contacto con otros puede prevenir la propagación de crup. Conforme los niños van creciendo y van desarrollando sus pulmones y su tráquea, tienen menos probabilidad de padecer de crup. Recibir la vacuna contra la gripe cada año puede ayudar al niño a combatir algunos de los virus que pueden causar el crup.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas pueden incluir:

- Una tos seca. (La tos comúnmente se compara con el ladrido de una foca.)
- Una voz ronca y afónica
- Un sonido agudo y chillante mientras el niño respira.
- En ocasiones los niños respiran rápido y necesitan sentarse para poder hacerlo mejor.

Con frecuencia, los síntomas del crup mejoran durante el día y empeoran durante la noche. En ocasiones los niños sufren de

ataques de crup que los despierta a media noche, lo cual sucede varias noches seguidas. Un niño con crup, por lo general está alerta y activo al menos que la enfermedad sea grave. La temperatura corporal del niño por lo general se mantiene normal o un poco más alta de lo normal. Generalmente, la enfermedad toma de 2 a 5 días para mejorar.

¿Cómo ayudarle a su hijo si padece de crup?

El crup puede causarle molestias e inquietud a su niño. Aquí les presentamos cuatro maneras para ayudarle a su niño a sentirse más cómodo si es que padece de crup.

1. Mantenga a su hijo tranquilo. Aunque la tos y la dificultad para respirar de su niño, puede causarle inquietud, intente mantener la calma durante el episodio y ayude a tranquilizarlo. Entre más lllore y más afectado esté el niño, más empeorarán los síntomas. Intente mantener al pequeño lo más tranquilo posible. Cante, mímelos, y lean libros juntos.
2. Humedezca el aire. Utilice un humidificador de vapor frío para humedecer el aire seco. Si usted no tiene un humidificador, prepare una ducha caliente en su baño. Ya que el aire esté bien húmedo, siéntese en el baño junto con su bebé por diez minutos. Esto puede ayudar a calmar la tos. Si está fresco afuera, abra la puerta o la ventana por algunos minutos, ya que el aire fresco también puede ayudar a calmar los síntomas de su hijo.
3. Dele líquidos a su niño. Es importante mantener a su hijo bien hidratado. Líquidos claros y tibios pueden ayudar a aflojar la mucosidad y quitarles presión a las cuerdas vocales. Ofrezcale agua varias veces cada hora. Si su niño es muy pequeño o está de muy mal humor, dele pequeñas cantidades del líquido, utilizando una cuchara o un gotero para medicamentos.
4. Mantenga su cabeza elevada. Apoye la



cabeza de su hijo, utilizando una almohada adicional en la noche. **NO** utilice almohadas con bebés menores de 12 meses. Usted también puede considerar dormirse en la misma habitación que su niño, para que se dé cuenta inmediatamente si él o ella comienza a experimentar dificultad para respirar.

¿Cuándo llamar al médico?

Si los síntomas de su hijo permanecen por más de tres a cinco días o si empeoran, consulte al médico de su hijo. Algunos niños, especialmente aquellos que nacieron prematuros o los que tienen asma u otras enfermedades de los pulmones—pueden estar en riesgo de sufrir complicaciones de crup. Busque ayuda médica, de inmediato si su niño:

- Empieza a babear o tiene dificultad para tragar
- Está constantemente malhumorado, irritado o incomodo
- Si tiene dificultad para respirar
- Si los músculos del cuello o del pecho se “jalan” mientras respira
- Si está muy cansado, con mucho sueño o si es difícil despertarlo
- Si está deshidratado con pocos pañales mojados

Llame al 911 si el área alrededor de los labios, la nariz, la boca o las uñas de su hijo cambian a un tono azulado o color obscuro.

Aviso del programa de los servicios de Hub

Como asociados de la Agencia de Servicios Humanos de San Francisco y de Los Servicios para Niños y Familias (FCS, por sus siglas en inglés), los contactamos para informarles de cambios en nuestras funciones cuales pueden tener un impacto en su organización. Como muchos de ustedes ya lo saben, desde el 20 de marzo de 2019, FCS empezó a eliminar gradualmente el uso de nuestro Centro de Protección de Niños (CPC, por sus siglas en inglés) localizado en el campus de Edgewood con el propósito de cerrarlo por completo para el 1ero de noviembre de 2019. El nuevo modelo de asignaciones de emergencia para los jóvenes en el sistema de acogimiento implica el asignarlos inmediatamente en el hogar de una familia de apoyos. Los jóvenes con necesidades complejas se asignarán inmediatamente en un entorno que proporcione los servicios y el apoyo que puedan satisfacer sus necesidades.

FCS está pasando por este cambio después de considerar cuidadosamente las alternativas y después de trabajar con nuestros colaboradores. El cambio que se está poniendo en práctica es el resultado de nuevas políticas estatales llamadas Continuum of Care Reform (CCR). Estas órdenes están basadas en investigaciones que demuestran mejores resultados para los jóvenes que son asignados en un entorno enfocado en la familia lo más pronto posible. Estamos seguros de que el nuevo sistema para proporcionar servicios de cuidado a corto plazo a los niños que están entrando o regresando al sistema de acogimiento, le servirá mejor a los menores y a nuestra comunidad.

¿Cómo le afecta esto a usted?

Por los últimos 30 años, el CPC ha estado en funcionamiento en varias ubicaciones. Debido a su larga duración, muchos de nuestros colaboradores acostumbran a llevar a los menores que necesitan entrar o regresar al programa de acogimiento. Hemos puesto a prueba este nuevo modelo de asignaciones de emergencia desde el 20 de marzo de 2019, con el propósito de eliminar el CPC por completo, para principios del mes de noviembre. Durante este período de prueba el CPC permanecerá abierto, pero probaremos nuevos procedimientos. Si usted necesita de

nuestros servicios, le pedimos que llame a nuestra línea directa: 800-856-5553.

Prueba del sistema de emergencia de hogares de familiares de acogimiento

En los últimos cuatro meses, hemos estado probando un nuevo sistema mediante el cual la mayoría de nuestros niños y jóvenes se le asigna al hogar de una familia de acogimiento. Los Servicios de Familias Alternativas (AFS, por sus siglas en inglés) tiene varios hogares disponibles en San Francisco para casos de emergencia. Hasta el momento, la prueba ha tenido mucho éxito. Hemos aumentado gradualmente la capacidad de la prueba desde marzo, asignando exitosamente a 40 niños y jóvenes directamente en hogares de acogimiento de emergencia, en vez de en refugios de emergencia temporales de CPC. Nuestro personal está adaptándose bien y estamos impresionados con el tiempo de respuesta y el ingenio de los Servicios de Familias Alternativas al responder de la mejor manera a las necesidades de cada uno de los niños que asignamos.

Servicios de Hub para los jóvenes de necesidades grandes

Comenzando en septiembre comenzaremos a poner a prueba la otra parte de este nuevo modelo de asignaciones de emergencia, diseñado para niños y jóvenes con grandes necesidades de salud conductual. Mediante una colaboración con Seneca Family of Agencies iniciaremos el programa que llamamos "Servicios de Hub". Dentro de los servicios de Hub, hay tres componentes diseñados para ayudar a enfrentar las necesidades de los niños y de jóvenes con necesidades grandes de comportamiento.

- Respuesta Móvil: un equipo de profesionales estará disponible 24 horas al día, los 7 días de la semana para prevenir problemas de asignaciones al estabilizar los arreglos de vivienda del momento, la prevención de hospitalizaciones repetidas o enfrentar las necesidades de salud conductual del menor, para así mejorar el funcionamiento de la situación de vivienda en la actualidad del joven. Está disponible para todos los niños y jóvenes de edades 0-17, para aquellos con casos abiertos del bienestar de menores, incluyendo casos en el hogar y sus proveedores de cuidado o padres.

- Coordinación de Cuidado Intensivo (ICC, por sus siglas en inglés): disponible para todos los niños y jóvenes en asignaciones determinadas por el Departamento de Probatoria de Menores y FCS, con necesidades muy grandes de comportamiento. ICC coordina y motiva toda participación de apoyo posible en la vida del niño. Esto puede incluir servicios de la administración del cuidado clínico, evaluaciones de la salud mental, asistencia del Equipo de Niños y Familias (CFT, por sus siglas en inglés), el desarrollo de un plan compartido de cuidado familiar, y los conexiones a servicios adicionales, según sea necesario. Esta coordinación puede permanecer con el menor, por el tiempo que perdure su caso.
- Asignaciones de emergencia para la estabilización a corto plazo: cuatro camas de asignación completamente individuales, cuales proporcionarán la estabilidad de un cuidado de familia por un corto plazo para así promover la estabilización de una crisis con efectividad y con conexión al apoyo de la comunidad, incluyendo el apoyo del personal de Seneca, a todas las horas del día y de la noche.

El modelo de los servicios de Hub se pondrá a prueba el 3 de septiembre, con el propósito de tener su completa implementación para inicios de noviembre. Es importante mencionar que los proveedores de cuidado, los terapeutas, los médicos, el personal de FCS, o cualquier persona que forme parte de la vida de un joven que esté bajo el cuidado de FCS de San Francisco, puede acudir a los servicios del Equipo Móvil de Respuesta. Conforme se acerque la fecha del comienzo, les mandaremos más información sobre cómo contactar a los recursos de los encargados de las asignaciones.

Para preguntas relacionadas a esto, favor de contactar a Liz Crudo en Liz.Crudo@sfgov.org o a Melissa Connelly en Melissa.Connelly@sfgov.org

Sinceramente,
Joan Miller, MSW, Directora adjunta, Ciudad y Condado de San Francisco
Agencia de Servicios Humanos
Departamento de los Servicios para Niños y Familias

Campeona de los niños Lisa Newstrom

Felicidades a Lisa Newstrom, nuestra campeona de los niños del mes de enero

Como ex maestra del grado escolar, Lisa interactuaba con niños en el sistema de crianza con regularidad. Ella sabía que había niños en el sistema con la necesidad de un hogar amoroso. Al mismo tiempo, Lisa también tenía experiencia trabajando con adultos que tenían hijos bajo ese mismo sistema y comprendía su situación. Por lo tanto, Lisa no solamente quería abrir las puertas de su hogar a los niños de crianza, pero también procuraba tener interacciones positivas con la familia biológica de los menores.

Lisa explica que, al convertirse en una madre de crianza, ella disfruta de todas las recompensas de brindarle crianza a cualquier niño — el poder estar presente en sus logros y el poder compartir esas memorias. “También puedo compartirle a mi niño, lo que amo,” dice Lisa. “Por ejemplo, me encanta el brócoli y amo ver que mi niño también le encante.” Lisa ha trabajado con muchos trabajadores sociales con el propósito de desarrollar un plan para mantener contacto saludable y apropiado con la familia biológica del menor, poniéndolos al día con regularidad y mandándoles fotos. “Dándole tranquilidad a la familia de la niña, que ella está segura y que la están cuidando bien, y al mismo tiempo permitiéndoles mantener esa conexión—eso es muy enriquecedor.”

Lisa comprende que puede ser doloroso cuando se pierde esa conexión para ambos: para el menor y para la familia de él/ella, así que hace lo posible por apoyar esa relación. “La familia biológica de mi niña es una parte importante de ella y también forma parte de su historia y de su identidad” agrega Lisa.

Uno de los desafíos más grandes de ser una madre de crianza es el mantenerse al corriente con las comunicaciones con los diferentes



sistemas existentes, para así asegurarse que el niño de crianza tenga todo lo que necesita. “Son todos los desafíos de la paternidad aparte del dar seguimiento una y otra vez al igual que el asegurarse que todos tengan las copias de todo lo que necesitan” declara Lisa.

Al mismo tiempo, Lisa agradece la comunicación que tiene con los trabajadores sociales quienes toman el tiempo para informarse sobre lo que está pasando con cada una de las familias. A pesar de que el sistema es grande, Lisa percibe que existen personas que están personalmente dedicadas y a quienes verdaderamente les importa su éxito.

Lisa descubrió que es sumamente importante el tener una red fuerte de apoyo que consista en amigos y familiares. Grupos con quien reunirse y

una carpeta de tres anillos con información de casi todo lo relacionado con el cuidado de su niña, ha sido parte del secreto de su éxito. “Y hacer un seguimiento de las personas que se ofrecen para cuidar a los niños y aceptar su ofrecimiento” dice Lisa.

La recomendación de Lisa para otros padres es el de confiar en sus instintos, especialmente cuando siente una intuición que le dice que debe abogar por su niño. El aprender a confiar en usted mismo es una parte importante del proceso de la paternidad al igual que el poder pedirle una visión realista a alguien en quien confía, para así tener una segunda opinión.

Los Servicios para Niños y Familias de San Francisco junto con Parenting for Permanency College le aplauden a Lisa por su dedicación y su espíritu maternal. Ella enfrenta a su trabajo armada con información, con gracia y resiliencia mientras continúa siendo una mamá grandiosa. ¡Felicidades Lisa, nuestra campeona de los niños!

K.I.D.S.

Bimensualmente publicada para padres de crianza, familias de apoyo, miembros de familia extensa no familiares, y proveedores de cuidado familiar en el condado de San Francisco. Para sugerir un tema, entregar un artículo, promocionar un evento, o hacer comentarios, mande correo electrónico a la dirección Sharon.Walchak@sfgov.org.

Personal editorial
Editors: Agnes Balla and Sharon Walchak
Amabel Baxley, Kimberlee Pitters

Ciudad y Condado de San Francisco/Servicios de Familia y Niños
PO Box 7988 • 170 Otis Street, San Francisco, CA 94120
Sitio de web del boletín informativo: <https://sfcaresforkids.org/kids-newsletter/>

Números telefónicos útiles:

Operadora de la Agencia de Servicios Humanos: (415) 557-5000
Servicios de Protección Infantil, Línea Directa de Abuso Infantil: (800) 856-5553 o (415) 558-2650
Ombudsman, Defensor del pueblo, de Orfanato: (415) 558-2828
Línea de servicio de transporte: (415) 557-5376
Licencia/Aprobación de Familias de Apoyo/Línea directa de reclutamiento: (415) 558-2200
Familias de San Francisco Marcando la Diferencia (San Francisco Families Making a Difference)
Programa de mentores para cuidadores: (415) 557-5400
Servicio gratuito de revelo para padres de acogida: (415) 861-4060 x 3035
Servicios de comunidad: 211
Servicios gubernamentales (no emergencia) 311
Directorio de agencias de cuidado de niños y servicios de familia: www.sfhsa.org/174.htm

¡Feliz año nuevo! Con la vista hacia el 2020, me gustaría tomar un momento para agradecer a todos los que nos acompañaron en el evento "Shinning Stars Annual FCS Resource Family Holiday Training Event". Un sábado con desayuno tardío lleno de diversión para nuestros adolescentes y familias de crianza. El evento se hace posible por la participación de los colaboradores, donantes y voluntarios, ¡Les agradecemos todo su trabajo!

Los nuevos proveedores de cuidado deben completar el entrenamiento previo al servicio de RFA:

Únase a nosotros a celebrar a los graduados del entrenamiento previo al servicio de RFA del mes de octubre (inglés) y de noviembre (inglés y español) de 2019. Les agradecemos su participación y su dedicación.



Junta de Cuidadores de HSA
se llevarán a cabo cada dos meses (entre los trimestrales).
Juntas de Cuidadores trimestrales
se llevarán a cabo el 2do martes de 6:00-8:00 PM, una vez por trimestre.
Juntas QPI
se llevarán a cabo el 4to jueves de cada mes en 170 Otis de 11 a.m. a 12 p.m.
Junta de reclutamiento
3er miércoles de cada mes en 170 Otis St. San Francisco, 11:30-1pm. Auditorio "Born" Se servirá almuerzo
Orientaciones de RFA
4to jueves de cada mes en 170 Otis St. 5to piso, Cuarto "Multimedia" de 5:30-7:30 p.m.PM <i>Para más información de las juntas de cuidadores de RFA, favor de contactar a Arlene Hylton en: 415-557-5067</i>

Anuncios Especiales

Programa de SA/VIH infantil ~ Grupo de apoyo
En inglés: 3er martes de cada mes (Con excepción de diciembre) 6 p.m.-8 p.m. **En español:** 3er jueves de cada mes (Con excepción de diciembre) 6 p.m.-8 p.m. Para asistir al grupo de apoyo de SA/VIH, favor de contactar a Sharon en: (510) 282-4658

Programa de SA/VIH Serie de masajes infantiles
 martes, 7, 14 y 28 enero y 4 febrero, 2020 - 5:30-7 p.m.
 sábados, 1 de febrero, 2020 10-11:30 a.m.

Entrenamiento de aprobación de RFA previa al servicio	
Entrenamiento de RFA previa al servicio (inglés)	11 y 18 de enero, 2020 (sábados) 9 a.m.-4:30 p.m.
Entrenamiento de RFA previa al servicio (español)	11 y 18 de enero, 2020 (sábados) 9 a.m.-4:30 p.m.
Entrenamiento de RFA previa al servicio (inglés)	11-20 de febrero, 2020 (martes/jueves) 5:30-9 p.m.
Entrenamiento de asignación	
SA/VIH Ciclo de 36 horas	1 de enero - 4 de febrero, 2020 (martes/jueves) 9 a.m.-5 p.m.
Resucitación cardiopulmonar (inglés)	25 de enero, 2020 9 a.m. - 3:30 p.m.
Abecedario del Cuidado de Bebés	12 de febrero, 2020 5:30-8:30 p.m.
Resucitación cardiopulmonar (español)	8 de febrero, 2020 9 a.m. - 3:30 p.m.
Resucitación cardiopulmonar (inglés)	29 de febrero, 2020 9 a.m. - 3:30 p.m.
Entrenamiento en curso	
Entrenamiento avanzado de RFA: Reproductive Rights SB 89	7 de febrero, 2020 5:30-8:30 p.m.
Entrenamiento avanzado de RFA: Parenting in Oz (español)	15 de febrero, 2020 10 a.m. - 5 p.m.

Para registrarse a uno de los entrenamientos por favor contáctese con: El Programa de Aprobación de Familias de Acogimiento (RFA) PPC@afs4kids.org
 O regístrese a través de su trabajador de RFA

