

Elegir productos seguros para la piel de su bebé

Como proveedor de cuidado, querrá lo mejor para su niño. Esto incluye practicarle la mejor rutina para el cuidado de su piel para así poder mantener su piel suave y saludable. Puede ser confuso llegar a comprender cuáles son los mejores productos para la piel del bebé. Algunos ingredientes pueden causar que la piel sensible sufra de irritación, y en otras ocasiones la piel del pequeño absorbe los ingredientes lo cual causa reacciones alérgicas. Por dicha razón, es importante informarse sobre los ingredientes que contienen los productos que utiliza en la piel de su bebé. Aún así, debe hablar con el médico de cabecera de su niño en cuanto a las rutinas del cuidado de la piel durante los exámenes periódicos y antes de introducir nuevos productos de la piel que le causen inseguridad.

Los hidratantes

No todos los bebés necesitan usar cremas hidratantes. Muchas veces los parches de piel seca desaparecen por sí solos. Sin embargo, si desea utilizar un hidratante, existen pomadas más eficaces, tal y como la vaselina. No obstante, es posible que a algunos padres y bebés les parezca desagradable la sensación grasosa de las pomadas. Si ese es el caso, seleccione una crema hidratante en vez de una loción, las cuales requieren de su aplicación con más frecuencia para obtener el efecto hidratante esperado.

El filtro solar

No es recomendable utilizar filtros solares en bebés menores de 6 meses. Para bebés mayores de 6 meses, el filtro solar debe aplicarse a las partes de la piel que estén descubiertas y expuestas a rayos solares directa e indirectamente. Deben optar por filtros a base de minerales, también conocidos como filtros solares físicos, cuales obstruyen los rayos ultravioletas nocivos. La Academia Estadounidense de Dermatología (AAD) recomienda que elijan filtros solares que tengan óxido de zinc o dióxido de titanio para los niños, para



así disminuir el riesgo de que desarrollen irritaciones.

Los productos para la ducha

La Academia Estadounidense de Pediatría (AAP) recomienda el uso de pequeñas cantidades de limpiadores neutros y suaves para el tiempo de ducha. Asegúrese de revisar la lista de ingredientes para evitar los aditivos perjudiciales, tales como los alcoholes y las fragancias, ya que estos pueden reseca o causar irritación a la piel del bebé.

Los detergentes

Las fragancias y los colorantes que se encuentran en los detergentes tienden a provocar reacciones en la piel. También pueden desencadenar piel reseca, irritada o áspera para aquellos que padecen de eccema. Lave la ropa de su niño utilizando detergentes sin fragancias ni colorantes. Evite productos con efectos antiestáticos y suavizantes, los cuales también contienen fragancias y químicos. Dado que los detergentes líquidos por lo general se enjuagan con más facilidad que los detergentes en polvo, puede que sean una mejor opción para la piel sensible. Puede que usted descubra que lo mejor para su niño sea

utilizar un detergente para bebés diseñado para la piel sensible.

La comprensión de las etiquetas de productos

Muchos productos para el cuidado de la piel de bebés contienen afirmaciones que les ayudan a parecer más seguros. Por ejemplo, pueden decir:

- Hipoalérgico
- Natural
- Suave
- Orgánico

Pero en realidad, ¿Cuál es el significado de estas palabras? Desafortunadamente, no contiene mucho. La Administración Nacional de Alimentos y Fármacos (FDA) se responsabiliza en regular los productos del cuidado de la piel, pero no tiene la autoridad de concederle la aprobación a los productos antes de que lleguen a las estanterías de las tiendas. La FDA puede tomar medidas cuando existen pruebas que una compañía está haciendo publicidades engañosas en cuanto a sus productos, sin embargo, un estudio del 2018 indicó que reacciones adversas como consecuencia del uso de productos de bebés suelen no reportarse. Como resultado, la regulación de las afirmaciones y etiquetas en los productos del cuidado de la piel para los bebés puede ser desafiante.

Los ingredientes que deben evitarse

Aunque todos los bebés son únicos, es de suma importancia evitar algunos productos en el cuidado de su pequeño. Los siguientes ingredientes tienen una alta probabilidad de causar irritaciones en la piel al igual que alergias, ya que son absorbidos por la piel.

Las fragancias

Todos amamos a los bebés con olores agradables. Como resultado, el uso de fragancias en productos para el cuidado de la piel para bebés es muy común. Las fragancias pueden ocasionar reacciones alérgicas, incluyendo erupciones cutáneas y dificultad para respirar.

Manejar sin una licencia de conducir válida

Manejar sin una licencia de conducir válida es un delito que debe tomarse con seriedad. Manejar sin una licencia puede denominarse como cualquiera de las siguientes circunstancias:

- Manejar y nunca haber solicitado una licencia de conducir.
- Manejar con una licencia de conducir suspendida o revocada.
- Manejar con una licencia vencida.
- Manejar con una licencia válida, pero no traerla consigo.

En California, manejar sin una licencia de conducir puede resultar en una infracción de tránsito con una multa de hasta \$250.00. Sin embargo, en algunas situaciones, este delito puede considerarse un delito menor, con una multa máxima de \$1000.00, libertad condicional, y confiscación del vehículo.

Además de las leyes y normativas de California, las directivas escritas de RFA son muy claras al prohibir el conducir sin licencia. Las directivas escritas, dictan específicamente que, "Una familia de apoyo no permitirá que un niño o dependiente mayor de edad sea transportado por un individuo de la familia de apoyo que, a sabiendas o lógicamente esté consciente de no traer consigo una licencia de conducir válida". Esto significa que un proveedor de cuidado no podrá transportar a un niño bajo su cuidado, sin tener una licencia de conducir válida. Además, si un proveedor de cuidado tiene conocimiento de que alguien no tiene una licencia, esa persona tampoco puede transportar al niño.

Sección 11-01: Transportación

(c) Una familia de apoyo no permitirá que un niño o dependiente mayor de edad sea transportado por un individuo de la familia de apoyo que a sabiendas o lógicamente esté consciente de no traer consigo una licencia de conducir válida.

Si su bebé parece reaccionar con sensibilidad a productos con fragancias, asegúrese de evitar las siguientes palabras en las etiquetas de los jabones e hidratantes:

- "fragrance" – fragancia
- "perfume" – perfume
- "parfum" – perfume
- "essential oil blend" – mezcla de aceites esenciales
- "aroma" – aroma

Puede que las fragancias estén enlistadas genéricamente sin utilizar nombres de ingredientes específicos o pueden identificarlos con nombres menos obvios, por ejemplo, amyl cinnamal.

Los tintes sintéticos

La buena noticia es que la mayoría de los aditivos de color y tintes sintéticos son estrictamente regulados por la FDA y deben obtener aprobación antes de que se puedan utilizar en productos cosméticos. No obstante, dicha certificación no aplica a todos los tintes. Los tintes que no requieren de aprobación son los que se obtienen de:

- Minerales
- Plantas
- Fuentes de animales

Los parabenos

Los parabenos se utilizan en una amplia variedad de cosméticos y productos alimenticios como conservantes. Son especialmente comunes en cosméticos de limpieza, por ejemplo, el jabón y champú. Los parabenos son una de las fuentes más comunes de irritación cutánea causada por productos del cuidado de la piel; por lo tanto, deben evitarse en los bebés y niños quienes reaccionan con sensibilidad. La piel absorbe con facilidad a los parabenos. Existen estudios que indican que la exposición a dichos parabenos a lo largo de la vida de una persona puede afectar el metabolismo y la regulación hormonal, así que sería bueno que redujera la exposición de su niño desde una edad temprana.

Los ftalatos

Los ftalatos son sustancias químicas que se utilizan en algunos productos cosméticos. Estudios demuestran que el estar expuesto a ftalatos en diferentes etapas de la vida puede tener consecuencias en el desarrollo humano, alergias, y en la salud reproductiva. Según la FDA, el dietil ftalato (DEP) es uno de los ftalatos que se usa en productos cosméticos con mayor frecuencia.

El formaldehído

El formaldehído y los conservantes que emiten formaldehído se utilizan en una variedad de productos cosméticos, incluyendo jabones líquidos y toallitas húmedas para bebés. Estos compuestos se utilizan para prevenir la proliferación de bacterias, pero también pueden causar irritación de la piel y reacciones alérgicas en personas con sensibilidad. Aunque las cantidades que se encuentran en productos del cuidado de la piel por lo general se consideran montos seguros, el estar expuesto repetidamente y a largo plazo puede aumentar el riesgo de otros problemas de la salud incluyendo padecimientos como el asma y algunos tipos de cáncer. La mayoría de las empresas cosméticas han retirado el uso de formaldehído en sus productos de manera voluntaria, pero aún se utiliza en algunos productos para bebés y niños; por lo tanto, asegúrese de revisar la lista de componentes.

El propilenglicol

El propilenglicol es un tipo de alcohol que se utiliza en hidratantes y filtros solares. Aunque éste es un común causante de irritación y reacciones alérgicas, ha adquirido popularidad en productos cosméticos ya que contiene propiedades que suavizan la piel. Hable con el médico de cabecera de su niño o con su dermatólogo si es que usted sospecha de posibles reacciones.

Los sulfatos

Los sulfatos son difíciles de esquivar—se utilizan en diferentes productos del cuidado de la piel, por ejemplo, en el champú o en jabones corporales. Los sulfatos que se utilizan con más frecuencia son:

- Lauril sulfato de sodio (sodium lauryl sulfate)
- Lauret sulfato de sodio (sodium laureth sulfate)

No es que los sulfatos se consideren del todo dañinos, sino que pueden causar irritación temporal. Revise los productos de su bebé si usted llega a notar enrojecimiento, resequedad o comezón después de las duchas — para ver si contienen sulfatos y considere cambiar a un jabón libre de dicho componente.

Los filtros solares químicos

No todos los filtros solares se producen de la misma manera. Los filtros solares químicos protegen la piel al absorber los rayos ultravioletas, mientras los filtros solares minerales obstruyen los rayos ultravioletas, desviando

la luz. Ambos protegen la piel contra los rayos dañinos del sol, aunque los filtros químicos pueden ser preferidos por los padres debido a que son más fáciles de aplicar. Sin embargo, un estudio del 2020 indicó que la piel puede absorber algunos de los ingredientes en los filtros solares químicos, y como resultado entran al organismo. Aunque eso no necesariamente significa que sean peligrosos, los padres deben estar conscientes de los posibles riesgos hasta que se lleven a cabo más estudios, ya que algunos de los dichos componentes pueden afectar el funcionamiento hormonal en el cuerpo.

Ingredientes comúnmente utilizados en filtros solares que deben evitarse:

- Avobenzona (Avobenzone)
- Benzofenona (Benzofebenzophenone)
- Homosalato (homosalate)
- Metoxicinamato (Methoxycinnamate)
- Octinoxato ("Octinoxate")
- Octisalato ("Octisalate")
- Oxibenzona ("Oxybenzone")
- Ácido paraaminobenzoico ("PABA", por sus siglas en inglés)

En conclusión

Elegir productos para el cuidado de la piel de su bebé, que sean ambos seguros y efectivos puede ser agobiante pero no es imposible. En vez de elegir productos con etiquetas con afirmaciones en tendencia, tales como, "hipoalergénico", "suave" u "orgánico", opte por informarse sobre los ingredientes que pueden desencadenar irritaciones si su bebé muestra rasgos de erupciones o de reacciones. Esto puede darle una sensación de poder al navegarse ante las tantas opciones a su disposición. No olvide que el médico de cabecera y el dermatólogo de su niño están para guiarlos al mejor método para cuidar la piel de su bebé.



Champions for Children Jhamicha Jones

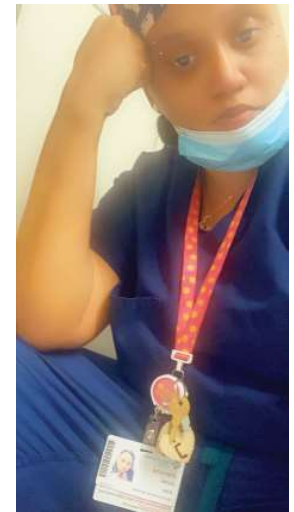
La Sra. Jones es el tipo de cuidadora que trata a todos los niños bajo su cuidado como si fueran suyos. Además de proporcionar un hogar seguro y estable para los niños bajo su cuidado, también asume la responsabilidad de brindarles compasión, amor y cuidado abundante— en especial a aquellos que están atravesando momentos difíciles. Ella disfruta de los logros de los niños y con entusiasmo, comparte dichos acontecimientos con la familia del niño y con PSW.

La Sra. Jones se ha esforzado mucho para abrir las puertas de su hogar a los niños y para poder relacionarse directamente con sus experiencias. A una temprana edad, ella perdió a ambos de sus padres y sufrió abuso antes de lograr encontrar un lugar seguro. "No quiero que los niños vivan lo mismo que yo" explica la Sra. Jones. Siguiendo los consejos de su prima, quien también es madre de apoyo, La Sra. Jones completó el programa de capacitación para padres de apoyo para convertirse.

"Es una bendición ser madre de apoyo" expresa la Sra. Jones. Ella reconoce que conlleva sus desafíos, aún así, vale la pena poder proveerles un hogar seguro a los niños. En los últimos cuatro años, seis niños han estado en su hogar antes de reunificarse con sus familias. Además del cuidado espectacular que ella proporciona, ella apoya y respeta a las familias biológicas de los niños bajo su cuidado. Ha abierto las puertas de su hogar para asegurarse que miembros de las familias biológicas puedan visitar y pasar fechas especiales junto con sus niños, tal y como los cumpleaños. Trata a las familias con dignidad y humildad.

Encima de todo, la Sra. Jones es una trabajadora de primera línea en el hospital CPMC, y crea un equilibrio entre su trabajo y el cuidado de los niños. Logró adaptarse a la dinámica de cambios constantes de la pandemia y se enfocó en adoptar medidas de precaución de alta seguridad. Pese a todo, las necesidades de los niños, el bienestar emocional, y la conexión a las familias siempre han sido sus primeras prioridades.

Los Servicios para Niños y Familias de San Francisco junto con Parenting for Permanency College aprecian a Jhamicha Jones por su dedicación y su voluntad de proveer un hogar seguro y estable a quienes más lo necesitan. Apreciamos su compromiso, apoyo y sus sugerencias, más de lo que pudiéramos expresar. ¡Felicidades Sra. Jones, 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
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

Entrenamientos para Los Servicios de Familias Alternativas -PPC

RFA-Entrenamiento de aprobación previo al servicio	
Entrenamiento previo al servicio (inglés)	22 - 29 de mayo, 2021 (sábados) 8:45 a.m.-4:30 p.m.
Entrenamiento previo al servicio (inglés)	8 -17 de junio, 2021 (martes/jueves) 5:15-9 p.m.
Entrenamiento previo al servicio (español)	1- 8 de mayo, 2021 (sábados) 8:45a.m.-4:30 p.m.
Entrenamiento SA/VIH	
Abecedario del cuidado de bebés (inglés)	19 de mayo, 2021 (miércoles) 5:15-8:30 p.m.
Entrenamiento en curso	
Serie de entrenamiento educativo mensual (Parte 5) (En inglés con traducción al español disponible)	5 de mayo, 2021 (miércoles) 5:15PM -7:00PM
Cuidado personal (En inglés con traducción al español disponible)	15 de mayo, 2021 (sábados) 5:15-7 p.m.
SB-89: El bienestar sexual y reproductivo para los jóvenes bajo el sistema de crianza temporal (español)	5 de junio, 2021 (sábado) 9 a.m.-12:15 p.m.
Para registrarse a los entrenamientos, favor de comunicarse con Los Servicios de Familias Alternativas (AFS)-entrenamientos PCC en PPC@afs4kids.org o regístrese a través de su trabajador de RFA. Todos los entrenamientos se llevarán a cabo por Zoom hasta nuevo aviso.	

Juntas y grupos de apoyo para las familias

Juntas para las familias de apoyo:

Para obtener más información sobre las juntas/capacitaciones y eventos para las familias de apoyo, favor de visitar la página web, <https://foster-sf.org/information/training-schedule/> o comuníquese con Arlene Hylton en Arlene.hylton@sfgov.org o 451-557-5067.

Junta trimestral para los proveedores de cuidado-Trimestral (6-8 p.m.) 6 de julio, 2021

Convocatoria de familias de apoyo – Bimensuales (5-7 p.m.)

Segundo miércoles, CADA DOS MESES

Junta- Iniciativa de la crianza de calidad (QPI)

4to jueves de cada mes (11 a.m. -12:30 p.m.)

27 de mayo, 2021 & 24 de junio, 2021

Grupos de apoyo:

Grupo de apoyo para las familias de apoyo (SA/VIH) (7:30 a 9:30 PM) 3er martes (inglés) y 3er jueves (español) de cada mes, 7:30 a 9:30 pm, a menos que se comunique lo contrario. Para asistir al grupo de apoyo SA/VIH, favor de comunicarse con Sharon Walchak en (510) 282-4658. Inglés: 18 de mayo, 2021 & 15 de junio, 2021 Español: 20 de mayo, 2021 & 17 de junio, 2021

CAFÉ CON LOS PROVEEDORES DE CUIDADO 1:30-2:30 p.m.

'Coffee with Caregivers' apoya a los proveedores de cuidado con parentesco, sin parentesco, adoptivos y de tutela. Acompáñenos con su bebida y botana favorita durante las siguientes juntas virtuales que se llevarán a cabo los viernes de 1:30PM-2:30PM. Para registrarse, favor de mandarle un correo electrónico a Nichole en narnold@cacaregivers.org

Otros entrenamientos, recursos y juntas de RFA:

(Recordatorio: Las familias de apoyo aprobadas deben completar 8 horas de entrenamiento al año.)

Foster Parent College: <http://www.fosterparentcollege.com>

QPI California-Just In Time Training: <http://www.qpicalifornia.org>

Mandated Reporter Training: <https://mandatedreporterca.com>

Rincón de la educación

Al terminar el año escolar del 2020-21, es un buen momento para hacer reflexión de cómo transcurrió el año y hacer planes para el verano y el próximo año escolar. Algunas preguntas que puede considerar incluyen las siguientes:

- ¿Se benefició su niñ@ de servicios como tutorías o ayuda en sus tareas, y le gustaría que siguieran en curso al inicio del siguiente año escolar?
- ¿Su niñ@ está por cambiar de escuela, incluyendo una transición de primaria a secundaria o de secundaria a preparatoria? Si es así, ¿Hay algo que usted pueda hacer para ayudar en la transición, de manera social o académica?
- Si su niñ@ está en la preparatoria, ¿Usted sabe si están al corriente en cuanto a su graduación? ¿Ha conversado con ellos sobre sus planes después de su graduación?

También es un buen momento para pensar en la prevención de la pérdida de aprendizaje durante el verano "summer learning loss", esto ocurre cuando los estudiantes pierden habilidades académicas durante el verano. Los distritos escolares están proporcionando programaciones este verano para promover la enseñanza durante el verano, eso puede ser algo que le interese. Usted puede hacer cosas en su hogar para prevenir la pérdida del aprendizaje, dichas cosas incluyen dedicarle tiempo al aprendizaje en el hogar, motivando a su niñ@ que trabaje en sus habilidades matemáticas y apartando tiempo para dedicarle a la lectura y escritura a diario.