



Estrategias de salud para respaldar la preparación escolar

¡La preparación escolar comienza con la salud!



NATIONAL CENTER ON

Early Childhood Health and Wellness

El enfoque de Head Start a la preparación escolar significa que los niños están listos para la escuela, las familias están listas para brindar apoyo al aprendizaje de sus hijos, y las escuelas están listas para los niños.

- Los niños que están listos para la escuela reciben la atención preventiva recomendada para asegurarse de que cada niño esté lo más saludable posible, de modo que pueda participar totalmente en las experiencias que respaldan su aprendizaje y desarrollo.
- Las familias que apoyan el aprendizaje de sus hijos pueden ayudarlos a desarrollar el conocimiento, las habilidades y los comportamientos necesarios para prosperar en la escuela y en la vida.
- Las escuelas que están listas para recibir a los niños brindan entornos seguros e interacciones con adultos receptivos que apoyan el desarrollo físico, cognitivo y social y emocional de los niños, de modo que puedan tener éxito en el kindergarten y en el aprendizaje posterior.

Este documento identifica nueve estrategias que apoyan la conexión entre salud y aprendizaje descrita en [Los niños saludables están listos para aprender](#). Usados juntos, estos dos recursos explican de qué modo la salud física y mental de los niños y el bienestar de la familia respaldan y mejoran la capacidad que tiene un niño de aprender.

Los líderes del programa, los equipos de preparación escolar, el personal de servicios de salud, y el personal de educación pueden usar este documento para identificar estrategias que ayuden a alcanzar las metas de preparación escolar a nivel programa para niños en Head Start desde recién nacidos hasta los cinco años en todas las opciones de programas.



9 Las estrategias de salud para respaldar la preparación escolar son:

1. Aprender sobre cada niño, su familia y su comunidad para desarrollar servicios de salud que abordan las necesidades individuales de cada niño.
2. Apoyar cuán preparados para aprender están los niños garantizando que cada niño esté tan físicamente saludable como sea posible.
3. Garantizar que todos los entornos de aprendizaje temprano interiores y exteriores les permitan a los niños desafiarse de modo seguro al tiempo que minimizan el riesgo de lesión.
4. Respaldar la salud mental y el bienestar social y emocional de todos los niños.
5. Promover una asistencia consistente para respaldar la capacidad que tiene cada niño de participar en actividades del programa.
6. Establecer asociaciones con escuelas locales y programas de cuidado y educación en la primera infancia para intercambiar información de salud y respaldar transiciones saludables entre entornos, incluido el kindergarten.
7. Desarrollar planes de salud individuales para niños con necesidades médicas especiales que maximicen su capacidad de participar en las actividades del programa.
8. Desarrollar la alfabetización en la salud de las familias para ayudarlas a actuar como defensores de salud para sus hijos.
9. Respaldar las necesidades de madres embarazadas y familias que esperan un bebé para que cada niño tenga la mejor base posible para una buena salud y un buen aprendizaje.



Estrategia 1: Aprender sobre cada niño, su familia y su comunidad para desarrollar estrategias de salud que abordan las necesidades individuales de cada niño.

¿Por qué es importante esta estrategia?

Los servicios de salud no son “talle único”. Los niños ingresan a su Programa Head Start en distintos niveles del desarrollo y con muchos tipos de condiciones médicas. Sus familias representan una diversidad de prácticas de salud, creencias, valores y trasfondos culturales. Los programas pueden personalizar los servicios de salud para que satisfagan las necesidades individuales de cada niño trabajando en asociación con las familias. Algunas familias se enfrentan a obstáculos para el acceso a los servicios de atención médica para sus hijos. Los programas que aprenden sobre los éxitos y desafíos de cada familia a la hora de acceder a servicios de atención de salud pueden facilitar conexiones eficaces con recursos comunitarios. Identificar rápidamente los problemas de salud de los niños y ayudar a la familia con seguimientos y derivaciones conecta a los niños pequeños con los servicios lo antes posible para promover su éxito en la escuela.

Consejos para implementar esta estrategia:

- Desarrolle y monitoree un sistema para comunicar información de salud acerca de cada niño al personal educativo para garantizar prácticas de enseñanza individualizadas que se adapten a las necesidades de cada niño. Al planificar estrategias de educación y salud juntos, los programas pueden personalizar los servicios que brindan para niños que quizás necesiten apoyo adicional.
- Use el [control de salud diario](#) para recopilar información sobre si un niño está mostrando signos o síntomas de enfermedad o lesión. Este

“primer vistazo” puede ayudar al personal a observar cambios en la salud y el bienestar de un niño. Incluso los síntomas de una enfermedad menor puede afectar la capacidad de aprender de un niño. Cuanto antes se identifique un problema de salud, antes se puede tratar.

- Considere el estado de salud de un niño al introducir nuevas actividades de aprendizaje o realizar observaciones del niño. Por ejemplo, los niños que están cansados o enfermos posiblemente no puedan participar plenamente en las actividades de aprendizaje. Recopile los datos de observación de los niños a mitad de semana en lugar de un lunes, para los niños que quizás no tengan seguridad alimenticia. Use [When Health Affects Assessment \[Cuando la salud afecta la evaluación\]](#) para planificar e interpretar los resultados de la evaluación de un niño.
- Aprenda sobre las creencias de salud, tradiciones, valores y el idioma preferido de cada familia para brindar servicios de salud cultural y lingüísticamente receptivos. Las prácticas cultura y lingüísticamente receptivas tienen como resultado asociaciones más eficaces con las familias y les permiten al personal considerar distintas creencias y tradiciones de salud al comunicar información de salud.
- Use la información de la evaluación comunitaria para aprender sobre los obstáculos a los que se enfrentan las familias para poder acceder a servicios de atención de salud. Esta información puede ayudar a los programas a cultivar asociaciones con proveedores que ofrecen atención accesible y cultural y lingüísticamente receptiva.



Estrategia 2: Apoyar cuán preparados para aprender están los niños al garantizar que cada niño esté tan físicamente saludable como sea posible.

¿Por qué es importante esta estrategia?

En una encuesta nacional, los maestros de kindergarten informaron que “estar físicamente saludable, descansado, y bien alimentado . . . eran las cualidades más esenciales para que los niños estuvieran listos para el kindergarten”.¹ A los niños les resulta más fácil desarrollar las habilidades, los comportamientos y los conocimientos de conceptos clave en todas las áreas del aprendizaje cuando tienen acceso a alimentos nutritivos, hacen actividad física, están lo más saludables posible, y duermen suficiente.

Los programas Head Start desempeñan una función esencial a la hora de preparar a los niños para el kindergarten y el aprendizaje posterior, al asociarse con las familias para asegurarse de que los niños tengan un seguro médico y una fuente continua de atención médica y oral. Los programas que promueven las rutinas diarias para ayudar a los niños a aprender y practicar comportamientos saludables y seguros establecen cimientos para la salud y el bienestar que durarán de por vida. Los programas que usan oportunidades como educación familiar, socializaciones y visitas al hogar para demostrar prácticas saludables pueden desarrollar habilidades para respaldar el bienestar familiar.

¹ Hair, E., Halle, T., Terry-Humen, E., Lavelle, B. & Calkins, J. (2006). Children’s school readiness in the ECLS-K: Predictions to academic, health, and social outcomes in first grade. *Early Childhood Research Quarterly*, 21, 431– 454. Extraído de <http://childtrends.org/wp-content/uploads/2013/01/First-Grade-Readiness.pdf>

Consejos para implementar esta estrategia:

- Asegúrese de que los niños tengan una fuente continua de cuidado preventivo, identificación temprana y tratamiento de problemas de salud. Para estar lo más saludables posible, los niños deben recibir servicios de atención médica oportunos, lo que incluye visita de bienestar del niño y vacunas.
- Ofrezca ayudar a las familias, según sea necesario, a programar consultas médicas, organizar transporte y abordar desafíos que tornan difícil el programar y asistir a un turno.
- Implemente y monitoree estrategias para reducir la propagación de enfermedades, como procedimientos de lavado de manos, uso de guantes, cambio de pañales, limpieza, higienización y desinfección. Las medidas para reducir la propagación de enfermedades pueden resultar en una mejora en la asistencia, lo que respalda la preparación escolar.
- Contrate expertos en visión y audición para su Comité Asesor de los Servicios de Salud (HSAC, por sus siglas en inglés), para prepararse para evaluaciones de visión y audición. Identificar temprano los problemas de visión y audición de un niño puede ayudar a mejorar sus habilidades de lectura, escritura, habla y lenguaje.
- Eduque al personal y a las familias sobre el hecho de que la caries es la enfermedad crónica más

común prevenible en la niñez. Para estar tan sanos como sea posible, los niños necesitan tener buena salud oral.

- [Una mala salud oral](#) puede limitar la capacidad de un niño de comer, hablar, concentrarse y aprender.
- Comparta estos [mensajes](#) acerca de cómo promover una buena salud oral con familias y mujeres embarazadas:
 - Limite los alimentos y bebidas con azúcares naturales o agregadas.
 - Beba agua a lo largo de todo el día.
 - Cepíllese los dientes dos veces al día con la cantidad correcta de pasta dental con flúor.
 - Lleve a su hijo al dentista antes de su primer cumpleaños.



- Brinde comidas y refrigerios nutritivos y culturalmente adecuados que cumplan con las pautas del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, por sus siglas en inglés) del USDA para respaldar un desarrollo cognitivo saludable. Los niños necesitan los nutrientes correctos para apoyar su cerebro en desarrollo. Un niño bien nutrido puede concentrarse mejor en aprender, controlar sus impulsos y resolver problemas.
- Identifique a los niños que posiblemente no tengan seguridad alimentaria. En la medida de lo posible, brinde alimentos adicionales a estos niños, para que se los lleven a casa el fin de semana, y conecte a las familias con los bancos de alimentos locales.
- Desarrolle asociaciones con programas estatales y locales para apoyar las necesidades nutricionales de niños de familias de bajos ingresos, y sus familias. [Enhancing Participant-Centered Services Between the Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children \(WIC\) and Head Start Programs](#) [Mejorar los servicios enfocados en los participantes entre el Programa de Nutrición Suplementaria especial para Mujeres, Bebés y Niños (WIC) y los Programas de Head Start] incluye ideas para desarrollar estas colaboraciones.
- Brinde cantidades de actividad física adecuada para la edad en las rutinas diarias de los niños. La actividad física contribuye a una mejor salud general y más altas tasas de inmunidad, y mejora las habilidades cognitivas y el funcionamiento ejecutivo.
- Cree ambientes de sueño seguro para los bebés y comparta esta información con las familias. Brinde oportunidades para que los niños duerman la siesta si necesitan descansar durante el día del programa, y apoye a las familias para que establezcan una rutina consistente a la hora de ir a dormir de su hijo. Los niños descansados tienen una mayor capacidad para prestar atención, recordar lo que aprendieron y manejar sus sentimientos.
- Busque oportunidades para conectar prácticas de salud con metas de aprendizaje. Por ejemplo, el cepillado de dientes y el lavado de manos son oportunidades excelentes para desarrollar habilidades motrices finas.



Estrategia 3: Garantizar que todos los entornos interiores y exteriores les permitan a los niños desafiarse de modo seguro al tiempo que minimizan el riesgo de lesión.

¿Por qué es importante esta estrategia?

En un entorno libre de peligros, los niños pueden explorar y probar habilidades nuevas de modo seguro. El mejor entorno de aprendizaje para los niños es uno que los desafíe de maneras adecuadas para el desarrollo, pero que presente un bajo riesgo de lesiones. Un entorno seguro no solo alienta la curiosidad y el desarrollo de los niños, sino que además ayuda a protegerlos contra lesiones que podrían dañar su desarrollo físico o cognitivo. Al asegurarse de que los entornos interiores y exteriores sean desafiantes pero de bajo riesgo, los programas Head Start ayudan a los niños a crecer y convertirse en estudiantes que tienen la confianza necesaria para practicar y dominar habilidades nuevas.

Consejos para implementar esta estrategia:

- Use equipos, muebles, juguetes, suministros de arte y [estructuras y superficies de patio de juegos](#) que sean seguros y apropiados para el nivel de desarrollo y cumplan con los estándares de seguridad. Elegir los materiales correctos para el nivel de desarrollo de los niños apoya mejores resultados de aprendizaje en todas las opciones del programa y reduce el riesgo de lesiones.
- Use [listas de verificación](#) basadas en la evidencia y procedimientos de monitoreo continuo para identificar y eliminar peligros asociados con lesiones comunes que sufren los niños pequeños.

Los visitantes del hogar y el personal de participación familiar pueden tener [conversaciones sobre seguridad](#) en el hogar con las familias y usar listas de verificación de seguridad en el hogar.

- Los entornos interiores y exteriores libres de peligros les permiten a los niños explorar libremente y aprender de modo seguro.
- Implemente y monitoree estrategias de supervisión activa en todos los entornos interiores y exteriores, durante transiciones y en vehículos en programas que brindan transporte. La [supervisión activa](#) alienta el cuidado receptivo, lo que le permite al personal individualizar su apoyo para cada niño para maximizar el aprendizaje.
- Use los datos de los informes de lesiones para identificar tendencias de lesiones. El uso de [mapeo de peligros](#) ayuda a los programas a identificar dónde los niños se lesionaron con más frecuencia para que puedan realizar mejoras en el entorno, las rutinas diarias, los materiales y el equipo y capacitar al personal para prevenir lesiones adicionales. Los datos de lesiones también pueden ayudar a identificar qué niños pueden necesitar apoyo extra para explorar de manera segura el entorno.



Estrategia 4: Respaldar la salud mental y el bienestar social y emocional de todos los niños.

¿Por qué es importante esta estrategia?

La salud mental de los niños es la base para el aprendizaje y el desarrollo social y emocional. Los niños que experimentan relaciones seguras y de confianza con cuidadores receptivos desarrollan la habilidad de experimentar y expresar sus sentimientos de manera apropiada. Aprender cómo manejar emociones fuertes y controlar su comportamiento, lo que los ayuda a mantenerse enfocados en la tarea y lidiar con la frustración. Los niños que experimentan un sentido de bienestar social y emocional tienen una autoestima positiva y les resulta más fácil hacer amigos. Cuando los niños se sienten bien sobre sí mismos y lo que pueden hacer, se involucran más plenamente en oportunidades de aprendizaje ([consulte el Marco de Head Start sobre los resultados del aprendizaje temprano de los niños \(ELOF, por sus siglas en inglés\) para más información](#)).



Consejos para implementar esta estrategia:

- Explore los [recursos](#) para encontrar un consultor de salud mental para bebés y niños en la primera infancia (IECMHC, por sus siglas en inglés) y establecer un programa eficaz de consulta de salud mental. Un enfoque de consultas de salud mental, como [Family Connections](#), promueve la salud social y emocional y la preparación escolar de los niños. En colaboración con un IECMHC:
 - Brinde oportunidades para desarrollo profesional y entrenamiento para ayudar al personal a usar enfoques basados en la evidencia para apoyar el desarrollo social y emocional de los niños. La competencia social y emocional es esencial para la salud mental y de los niños y el éxito en el aprendizaje temprano.
 - Implemente apoyos de conducta positiva para todos los niños e intervenciones intensivas e individualizadas para los niños que demuestran problemas sociales, emocionales y conductuales persistentes. Esto ayuda a los niños a desarrollar la habilidad para seguir normas, resolver problemas, manejar la frustración y experimentar interacciones positivas con pares y adultos, lo que es importante para la preparación escolar.



- Implemente [atención de trauma informado](#) para los niños que han tenido [Experiencias Adversas en la Niñez \(ACE, por sus siglas en inglés\)](#). Los niveles altos de estrés en los niños pequeños pueden afectar negativamente su salud, comportamiento y su habilidad para aprender. Los programas que implementan entorno de aprendizaje muy receptivos y prácticas de enseñanza ayudan a los niños a desarrollar [resiliencia](#) y lidiar con la adversidad.
- Identifique a los niños que pueden necesitar apoyo terapéutico adicional y asóciase con las familias para hacer derivaciones a profesionales de salud mental.
- Apoye el bienestar familiar conectando a las familias que experimentan problemas de salud mental, uso indebido de sustancias, violencia interpersonal y otras experiencias adversas con recursos locales de la comunidad. Estos servicios benefician a toda la [familia](#), adultos y niños.
- Promueva un programa de [bienestar del personal](#) para ayudar al personal a abordar sus propias necesidades de salud y bienestar y desarrollar mayor resiliencia. Las actividades de bienestar del personal apoyan las prácticas receptivas de cuidado.



Estrategia 5: Promover una asistencia consistente para respaldar la capacidad que tiene cada niño de participar en actividades del programa.

¿Por qué es importante esta estrategia?

Los niños deben estar [presentes y comprometidos](#) para aprender. Esto es particularmente cierto para los niños de familias de bajos ingresos, que pueden necesitar más tiempo en el aula para dominar las habilidades necesarias para ser aprendices exitosos. Los niños con mejor asistencia al preescolar tienen puntajes más altos de preparación para el kindergarten y tienen más posibilidades de saber leer a nivel de grado en el tercer grado.² Los patrones de asistencia que se establecen en el preescolar continúan en los primeros años de la primaria. Los niños que se ausentan con frecuencia en el preescolar tienen cinco veces más posibilidades de ausentarse de manera crónica en segundo grado.³ Los programas Head Start apoyan el aprendizaje de los niños y sientan las bases para una mejor asistencia en la escuela primaria cuando ayudan a las familias a superar las barreras para lograr una asistencia consistente.

² Attendance in the Early Grades: Why it Matters for Reading. A Research Brief. Attendance Works, February 2014

³ Ehrlich, S.G., Gwynne, J. A., et al, *Preschool Attendance in Chicago Public Schools: Relationships with Learning Outcomes and Reasons for Absences*, May 2014, the University of Chicago Consortium on Chicago School Research

Consejos para implementar esta estrategia:

- Asóciese con el personal de servicios para familias y visita al hogar para involucrar a las familias en debates sobre los pasos para garantizar la asistencia regular de su hijo en las actividades del programa, especialmente cuando los niños pierden más tiempo del esperado.
- Explore los recursos en [Attendance Works](#), que incluyen folletos para padres, kits de herramientas para el personal y otros materiales para crear conciencia de cómo la asistencia consistente en el preescolar afecta de manera positiva la preparación escolar de los niños y el éxito escolar futuro.
- Mantenga un registro de los niños cuando se ausentan debido a condiciones relacionadas con la salud que pueden requerir seguimiento adicional. Para los niños que corren el riesgo de perder el 10 por ciento de los días del programa debido a problemas de salud, desarrolle un plan con su familia y proveedor de atención médica para mejorar la asistencia. Para estrategias adicionales, consulte [Servicios de salud para promover la asistencia](#).

- Use criterios basados en la evidencia para desarrollar políticas y procedimientos para guiar las decisiones sobre la [inclusión y exclusión de niños que están enfermos](#). La exposición a infecciones leves frecuentes ayuda al sistema inmune de los niños a desarrollarse de una manera saludable. La mayoría de los niños puede participar en las actividades del programa, incluso cuando tienen un resfrío u otra enfermedad leve, lo que reduce el ausentismo innecesario.
- Brinde apoyo adicional para ayudar al personal a modificar sus rutinas diarias para cuidar de un niño que está levemente enfermo.
- Asista a las familias cuando sea necesario para obtener tratamiento oportuno para la enfermedad o lesión de su hijo.





Estrategia 6: Establecer asociaciones con escuelas locales y programas de cuidado y educación en la primera infancia para intercambiar información de salud y respaldar transiciones saludables entre entornos, incluido el kindergarten.

¿Por qué es importante esta estrategia?

Los niños experimentan muchas [transiciones](#), incluso la transición del hogar a los programas de cuidado y educación en la primera infancia (ECE, por sus siglas en inglés), entre los grupos de edad o los entornos del programa y del preescolar a kindergarten. Cuando Head Start, otros programas ECE y las escuelas intercambian información de salud en asociación con las familias, apoyan las transiciones saludables porque promueven oportunidades para que los niños reciban servicios de salud continuos. Esta continuidad ayuda a los niños a tener éxito en la escuela.

Consejos para implementar esta estrategia:

- Incluya al personal de salud para desarrollar políticas y procedimientos que apoyen las transiciones consistentes a lo largo del tiempo del niño en Head Start, incluso las transiciones entre aulas, centros y opciones de programas.
- Establezca una comunicación continua con las escuelas y los programas locales que envían o reciben a niños de Head Start para intercambiar información sobre los servicios de salud. La comunicación continua entre las organizaciones fortalece las relaciones. También ayuda a los programas a compartir información consistente con las familias. Esto tiene un impacto positivo

en el éxito de los niños en los primeros años de la escuela. Consulte [Apoyar las transiciones: trabajar con temprana](#) para más información sobre cómo desarrollar una cultura de colaboración.

- Invite a representantes de escuelas y programas locales que envían o reciben a niños de Head Start a actuar en el HSAC.
- Apoye la preparación para el kindergarten mediante conversaciones con las familias antes de que se vayan de Head Start. La hoja de consejos, [Transiciones saludables al kindergarten](#), incluye preguntas para involucrar a las familias y medidas sugeridas que el personal de servicios de salud puede tomar para ayudar a los niños lograr una transición saludable.
- Establezca un protocolo formal para compartir información de los registros de salud de los niños con permiso escrito de las familias, como los registros de vacunación y evaluaciones de salud. Esto ayudará a la organización que recibe a asegurar que los niños estén preparados para tener éxito en su nueva escuela.



Estrategia 7: Desarrollar planes de salud individuales para niños con necesidades médicas especiales que maximicen su capacidad de participar en las actividades del programa e incluir un plan de transición para que los niños ingresen al kindergarten.

¿Por qué es importante esta estrategia?

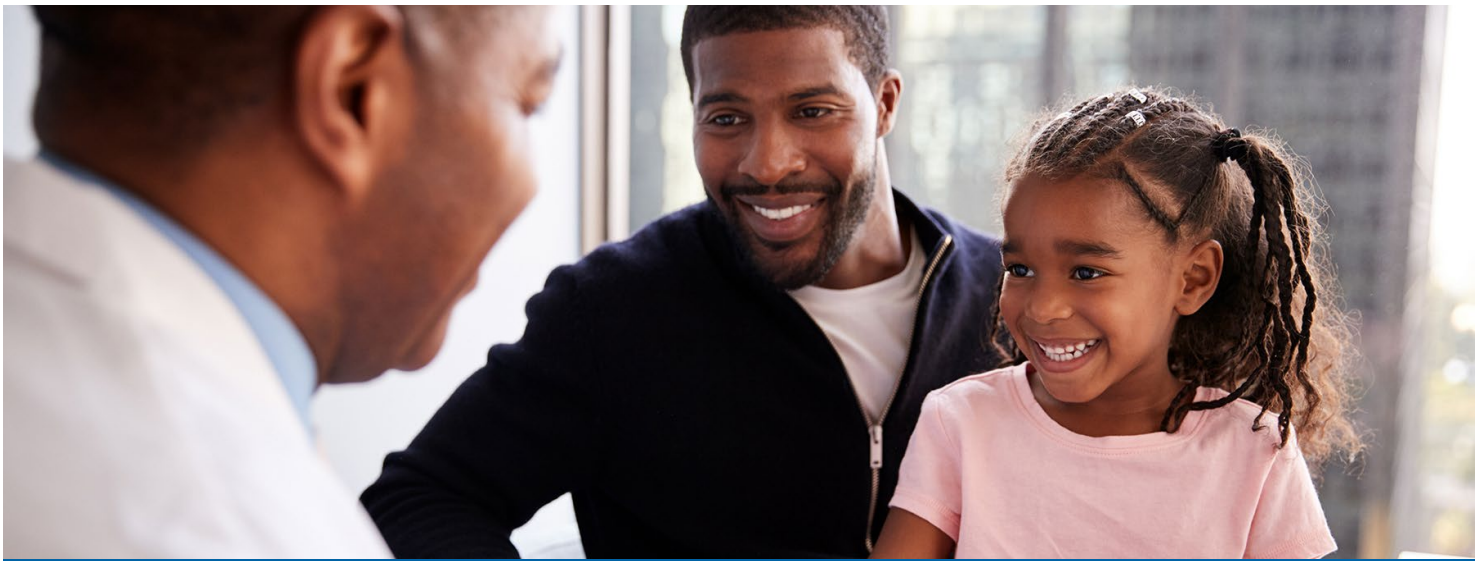
Los niños con necesidades médicas especiales (CSHCN, por sus siglas en inglés) pueden desarrollarse mejor en todas las áreas cuando tienen acceso a entornos inclusivos y apoyo individualizado para participar plenamente en las actividades del programa. Un plan de salud individualizado (IHP, por sus siglas en inglés) define las maneras específicas en que un programa garantizará la participación segura de los niños con necesidades de salud complejas. El cuidado de niños con condiciones crónicas de salud requiere una estrecha comunicación con las familias. Un enfoque de equipo promueve la coordinación y encamina a los niños hacia el éxito en la escuela.

Consejos para implementar esta estrategia:

- Desarrolle asociaciones entre las familias, el personal de Head Start, proveedores de atención primaria y especialistas relacionados para garantizar la comunicación frecuente y promover resultados de aprendizaje exitosos para CSHCN.
- Cree un IHP escrito para que CSHCN pueda participar plenamente y de manera segura en todas las actividades del programa. La Base de Datos en Línea de las Normas de *Caring for Our Children [Cuidado de nuestros hijos] (CFOC)* es una serie de normas nacionales basadas en la evidencia para los programas ECE desarrolladas

por expertos en salud y primera infancia, e incluye una [recopilación](#) de normas para los programas ECE que cuidan de CSHCN. La norma [3.5.0.1](#) brinda recomendaciones sobre qué información incluir en un IHP.

- Colabore con las familias para desarrollar planes de asistencia para los niños que tienen una condición de salud que resulte en ausencias frecuentes al programa. Muchos CSHCN experimentan barreras para la asistencia consistente, lo que es importante para el éxito escolar.
- Reúna al personal de educación y salud de las organizaciones que envían y reciben para determinar cómo apoyar las transiciones exitosas para los niños que tienen un IHP, incluso planes de salud conductual. Esto puede incluir transferir un plan y compartir qué funciona, siempre con el consentimiento y la participación de la familia.
- Desarrolle un plan de transición individualizado cuando los CSHCN ingresan al kindergarten para apoyar las transiciones saludables a los sistemas escolares locales. La hoja de consejos, [Transiciones saludables al kindergarten](#), incluye preguntas para involucrar a las familias y medidas sugeridas que el personal de servicios de salud puede tomar para conectar a las familias con un enfermero o coordinador de necesidades especiales en la escuela que recibe al niño.



Estrategia 8: Desarrollar la alfabetización en la salud de las familias para ayudarlas a actuar como defensores de salud para sus hijos.

¿Por qué es importante esta estrategia?

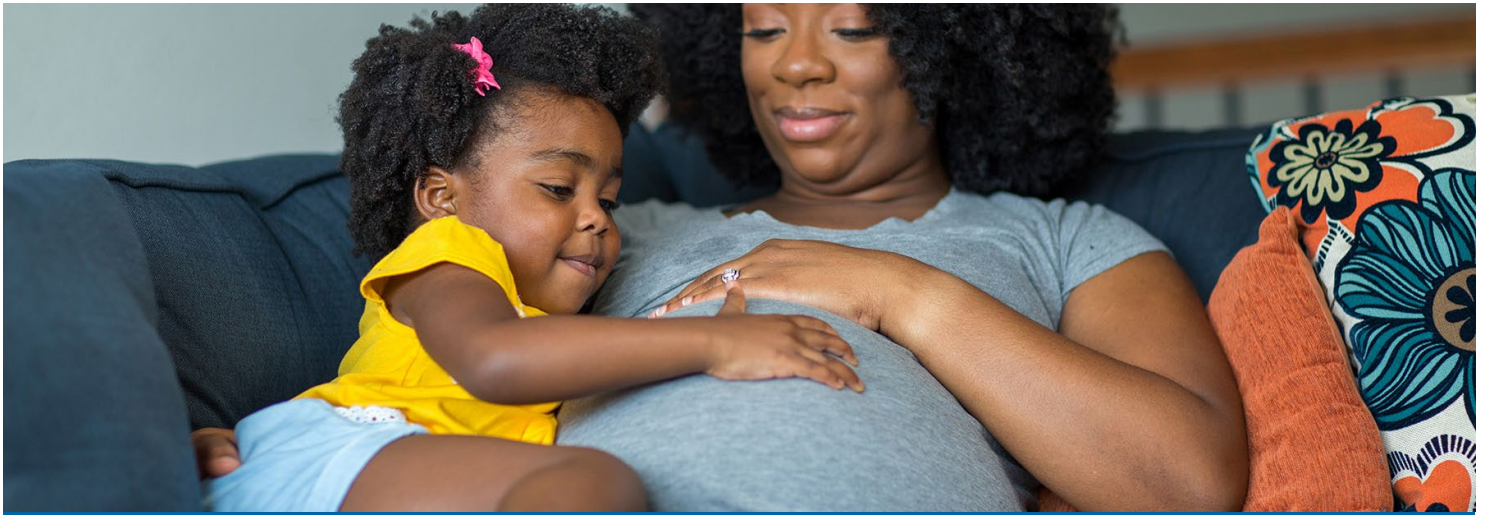
Las familias, el personal y los proveedores de atención médica tienen que trabajar juntos para cubrir las necesidades diversas de los niños. Ayudar a las familias a entender la evaluación y derivación del desarrollo, prevención de lesiones y enfermedades y cómo los problemas de salud afectan el aprendizaje de los niños, les permite comunicarse sobre lo que sus hijos necesitan para tener éxito en la escuela. Las asociaciones fuertes entre el personal y las familias pueden ayudar a las familias a ejercer sus derechos y buscar los recursos de salud, educación y comunidad que necesitan para apoyar a sus hijos. Para más información sobre cómo involucrar a las familias, consulte [Participación familiar en las transiciones: transición al kindergarten](#).

Consejos para implementar esta estrategia:

- Asegúrese de que las familias tengan acceso a información que puedan entender y usar para tomar decisiones informadas, como el [Planificador de visitas de bienestar](#). Desarrolle un plan de educación familiar en todo el programa para todas las comunicaciones de salud con las familias que comience en la inscripción, e incluya recursos de salud en [lenguaje simple](#) para que todas las familias puedan entender la información.
- Ponga a disposición de las familias la información de educación y salud de Head Start en su idioma preferido. Comparta recursos fáciles de entender con las familias como [Consejos de salud para las](#)

[familias disponibles en muchos idiomas](#). Estas hojas de consejos pueden ayudar a las familias a entender y usar la información de salud que reciben de sus médicos y otras fuentes.

- Obtenga servicios de interpretación en el idioma preferido de una familia para las reuniones o cuando habla sobre la salud y el aprendizaje de su hijo. Esto permitirá al personal del programa involucrar a la familia en asociaciones eficaces para apoyar la preparación escolar de su hijo y enfocarse en estrategias específicas para garantizar el éxito de los niños que son estudiantes de dos idiomas (DLL, por sus siglas en inglés).
- Ayude a las familias a entender sus derechos en virtud de la Ley de Educación para Personas con Discapacidades (IDEA, por sus siglas en inglés) y el Artículo 504 de la Ley de Rehabilitación para que puedan abogar de manera efectiva por su hijo en un programa educativo.
- Conecte a las familias con socios de salud y educación de la comunidad en las reuniones de padres.
- Ayude a las familias a entender cómo obtendrán información de salud y aprendizaje que puedan entender cuando los niños se van de Head Start. Ayude a las familias a prepararse para las transiciones de sus hijos al kindergarten compartiendo información sobre los recursos disponibles y conectándolos con personal de la escuela según corresponda.



Estrategia 9: Respaldo las necesidades de madres embarazadas y familias que esperan un bebé para que cada niño tenga la mejor base posible para una buena salud y un buen aprendizaje.

¿Por qué es importante esta estrategia?

La preparación escolar comienza con un embarazo saludable e incluso antes. Los programas pueden ayudar a las familias a establecer una base para la preparación escolar ayudando a las familias a aprender qué sucede durante el embarazo y cómo apoyar el desarrollo saludable del bebé. Las madres embarazadas que reciben atención prenatal temprana y consistente tendrán mejores resultados en el nacimiento. Las nuevas familias que tienen apoyo posparto pueden cuidar mejor de sus bebés en crecimiento.

Consejos para implementar esta estrategia:

- Brinde información sobre el embarazo saludable en los esfuerzos de educación y alcance familiar, incluso información sobre vacunas, nutrición más saludable y que es seguro recibir atención de la salud oral durante el embarazo. La salud oral es importante para la salud general de la madre y para un embarazo saludable. Incluir información sobre temas de salud previa a la concepción puede ayudar a las familias a prepararse para un embarazo saludable.
- Conecte a las mujeres embarazadas con cuidado prenatal. Las madres embarazadas que reciben atención prenatal temprana y consistente tienen bebés más saludables.
- Comparta información con las familias que esperan un bebé sobre los beneficios de la [lactancia](#) para la salud y el desarrollo de los niños y para la salud de la madre.
- Ayude a las mujeres embarazadas a entender los riesgos para su bebé por el uso indebido de sustancias durante el embarazo, y conéctelas con recursos de tratamiento para el uso indebido de sustancias, si es necesario. La exposición al alcohol y otras sustancias durante el embarazo pueden afectar el desarrollo del cerebro del bebé y causar problemas con el aprendizaje, y el desarrollo físico y social y emocional.
- Evalúe a las madres para detectar depresión materna y conecte a las madres con los servicios cuando sea necesario. Las madres que están deprimidas pueden tener problemas para establecer un vínculo con sus bebés, y sus bebés pueden desarrollar apegos inseguros. Los niños pequeños con madres deprimidas pueden experimentar retrasos de desarrollo y pueden tener más dificultades en la escuela. [Cinco pasos de acción para abordar la depresión materna en los programas de Head Start](#) puede ayudar a identificar a las familias que se enfrentan a la depresión materna, conectarlas con servicios de tratamiento y reducir el estigma relacionado con las condiciones de salud mental.

Para más información sobre cómo la salud apoya la preparación escolar, visite la [recopilación de escolar](#) en ECLKC.