

# Asthma in Children

## Getting It Under Control

**D**id you know that asthma is the most common chronic lung disease in children? According to the Centers for Disease Control and Prevention, asthma affects approximately 6 million children in the United States. A recent study published in the journal *Pediatrics* found that children who have been in foster care were twice as likely to develop asthma.

Poorly controlled and undiagnosed asthma in young children can result in trips to the emergency room, hospital stays, missed workdays for parents and suffering that many young children cannot express. However, with the right care plan, asthma symptoms can be managed so that children can do just about anything they want to do.

### What Is Asthma?

Asthma is a chronic condition that causes breathing problems. Children who have asthma may cough, wheeze, or be short of breath. About half of the children who have asthma at a young age seem to outgrow it.

Scientists do not know why exactly people develop asthma. Experts think it might be a combination of environmental factors and genes. People with asthma may have a parent or other close relative with asthma. In addition, those who are overweight may be more likely to develop asthma.

### How Does Asthma Affect Breathing?

For someone who has asthma, air does not move through the lungs the way



it should. Normally, when someone breathes in, air goes in through the nose or mouth, down the windpipe (trachea), and into the airways (bronchioles) of the lungs. When people breathe out, air exits the body in the opposite direction.

With asthma, air has a harder time passing through. Airways swell and fill with mucus. The muscles around the airways tighten, making airways narrower. Things that can irritate the airways are called “triggers.” Triggers can lead to asthma flare-ups or attacks.

**Flare-ups** are when asthma symptoms get worse. They happen when airways get more irritated and swollen than usual. During a flare-up, children might have:

- trouble breathing
- a tight chest
- a whistling sound while breathing (wheezing)

- a cough
- a fast heartbeat

Things that bring on a flare-up are called **triggers**. Triggers vary from person to person, but common ones include:

- allergies to things like pollen, mold, and pet dander
- irritants and pollutants in the air
- second-hand smoke from cigarette and marijuana
- respiratory infections, like colds or flu
- weather conditions
- exercise (some children only have asthma symptoms during or after exercise)
- gastroesophageal reflux

An important part of managing asthma is avoiding triggers. Your child’s primary care provider will work with you to create a care plan that helps prevent flare-ups as much as possible.

### How Can I Manage My Child’s Asthma?

For most children with asthma, symptoms can be controlled. Learn as much as you can, talk to others living with asthma, read up on asthma, and discuss any concerns with your child’s primary care provider. The following tips can put you on the right path.

**Have a plan and stick to it.** Your child should have an asthma action plan. These written instructions from your child’s primary care provider give clear, step-by-step directions on what medicines to take and when, how to avoid triggers, what to do between flare-ups, and how to recognize and manage them if they happen. By following this plan, you will

learn how to care for your child and when to call the primary care provider for help.

**Take medicines as prescribed.** Most children with asthma need to take medicines. Some are daily medicines (called long-term control medicines) to help keep airways from getting irritated. Others are used only during a flare-up to help open the airways (quick-relief medicines). Your child's primary care provider will tell you which medicines your child needs and how to take them.

**Identify and avoid triggers.** When you know your child's triggers, help your child avoid them as much as possible. You child's primary care provider can help too, for instance, by testing your child for allergies if you think they are making the asthma worse.

**Make sure your child gets a yearly flu vaccines.** The flu vaccine is recommended for all children, especially those with asthma. If children with asthma get the flu, they are at risk for flare-ups and developing a more serious illness.

**Use tools when necessary.** One way to help predict if a flare-up is on its way is to use asthma tools, like an asthma diary and peak flow meter. The diary helps you to keep track of your child's asthma symptoms, need for medicines, and more. This can help you learn about your child's early warning signs, and it can help your child's primary care provider see how well treatment is working. A peak flow meter is a handheld tool that measures how well your child can blow air out of the lungs. It can tell if airways are getting narrow and blocked, and whether your child is at risk for a flare-up.

**Know what to do for a severe flare-up.** Know when your child's symptoms call for medical care. Always have quick-relief medicine handy in case your child needs it. Everyone who cares for your child (like teachers and coaches) also should know when and how to give the medicine.

**If My Child Has Asthma, Can He or She Participate in Sports and Activities?**

With correct management, a child with asthma can fully participate in most

sports. Aerobic exercise actually improves airway function by strengthening breathing muscles. Some tips for exercising with asthma include the following:

- Teach your child to breathe through the nose and not the mouth. This helps to warm and humidify the air before it enters the airways.
- During cold weather, have your child wear a scarf over their mouth and nose to warm inhaled air.
- Have your child carry their quick-relief inhaler medicine.

Always talk with your child's primary care provider if you or your child has questions or concerns. In addition, the Asthma Clinic at San Francisco General Hospital does a great job of teaching children and families about their care plans. The providers at the Asthma Clinic have health educators who can inspect your home for mold and other allergens, and they have decades of experience working with children in foster care. Consider reaching out to them for further advice and care: <https://zuckerberg-sanfranciscogeneral.org/location/pulmonary/>.

## Keeping Your Foster Child Safe: Windows

According to the RFA Written Directives, "Each bedroom used by a child or nonminor dependent shall have at least one operable window or door that ensures a safe, direct, emergency exit to the outside."

Windows can save lives when used as emergency escape routes. Bedrooms and other sleeping areas can be a secondary means of escape in case of fire or smoke, and that exit is often through a window. Having windows designated for escape is not enough; they also must be safe and accessible. Checking the following in your home can help ensure that your windows are a safe exit to the outside:

- Make sure at least one window in each bedroom meets escape requirements, and incorporate windows into your home fire escape plan;

### SECTION 11-01: Home and Grounds

(b) A bedroom for a child or non-minor dependent shall meet the following requirements:

(1) Each bedroom used by a child or nonminor dependent shall have at least one operable window or door that ensures a safe, direct, emergency exit to the outside.

(A) A window with security bars shall have a safety release device that meets all state and local requirements. (B) If the home of a Resource Family is subject to the rules and regulations set forth by the State Fire Marshal.

- Make sure windows are not nailed or painted shut;
- Make certain that window stops, guards, security bars, grilles and

grates have a release mechanism; and

- Do not install window unit air conditioners in windows that may be needed for escape.

While windows can be a safe exit during an emergency, it is equally important to teach children how to be safe near windows to prevent falling out of windows. According to the Consumer Product Safety Commission, about 8 children under age 5 die each year from falling out of a window, and more than 3,300 are injured seriously enough to go to the hospital. That's why it is vital that you talk to your children about keeping playtime away from windows. Teach them that screens may help keep bugs out, but they do not keep children in.

# Champion for Children Evelyn Smith

Congratulations to our March Champion for Children, Evelyn Smith.

Ms. Smith was raised by strong, respected women around her and with neighbors who helped raise children like a village. Her family always had kids in her home and that grew on her. She didn't care for weekend nights out with friends, but instead preferred to stay at home and help around the house. A strong family life with a house full of children is something that stayed with her, formed the foundation for her becoming a foster parent and led her to currently being in the process of adopting a family of five children.

"God does things for a reason," she explains, "and I was chosen because of this family." Ms. Smith became a guardian for a sibling set of four girls in early 2019, and later welcomed the fifth sibling into her home. The mother of the five children wanted Ms. Smith to adopt her children and walked with her through the adoption process. Sadly, the mother passed away recently. "The mom knew she gave her children the greatest gift she could: a roof over their head," said Ms. Smith.

Prior to adopting the five children, Ms. Smith had opened her home to a countless number of children. Ms. Smith feels the most rewarding part of being a foster parent is when children come back to her, especially ones she hasn't seen in years, and remind her of something she told them while she cared for them.

Her grounding principle to children is to stay in school and respect all adults. Ms. Smith recently saw a child who was in her



care 5 or 6 years ago and apologized to her for his behavior during that time.

On the other hand, Ms. Smith finds it challenging to discipline children in today's society in which children have a lot of options. "I was raised to say 'yes ma'am' and 'no ma'am' and kids aren't used to being told what to do now," explains Ms. Smith.

Ms. Smith's advice to other parents is to be patient. "Don't be quick to judge a child that you have no knowledge of," she said. "As you get to know the child, you will see them open up like a rose but it takes time and patience. Another way to think about your relationship with the child is like a good book: from the time you open the book to when you close it, you will learn a lot more than when you started."



Champions for Children

Ms. Smith also recommends getting to know parents of the children in your home. "In getting to know the parents, you get to learn more about the people they love most, their children," explains Ms. Smith. "You might not win over every parent, but like any parent, parents of foster children wake up in the middle of the night worrying about their children. They just want to know that their kids are cared for and if you can show them that it'll ease their worries and help you build a relationship with them."

San Francisco Family and Children's Services, along with the Parenting for Permanency College commend Ms. Smith for her strength and love spirit. She has made it her priority to work with children and provide a nurturing home for them, no matter what the child has gone through. Congratulations to Ms. Smith, our Champion for Children!

## K.I.D.S.

Published bimonthly for San Francisco County foster parents, resource families, NREFMs and kin care providers. To suggest a topic, submit an article, promote an event, or provide feedback, email Sharon.Walchak@sfgov.org.

### Editorial Staff

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

City and County of San Francisco/Family & Children Services  
PO Box 7988 • 170 Otis Street, San Francisco, CA 94120

Newsletter Website: <https://sfcaresforkids.org/kids-newsletter/>

### Helpful Phone Numbers

HSA Operator	(415) 557-5000
CPS Child Abuse Hotline	(800) 856-5553 or (415) 558-2650
Foster Care Ombudsman	(415) 558-2828
Transportation Duty Line	(415) 557-5376
Licensing/RFA/Recruitment Hotline	(415) 558-2200
San Francisco Families Making a Difference	
Mentor Program for Care Providers	(415) 557-5400
Free Foster Parenting Respite Service	(415) 861-4060 x 3035
Community Services	211
Non-emergency Government Services	311

FCS Agency Directory: [www.sfhsa.org/174.htm](http://www.sfhsa.org/174.htm)

## K.I.D.S.



## Resource Family Meetings/Support

### Quarterly Caregiver Meeting

2nd Tuesday once per quarter  
 Tuesday, April 14, 2020 from 6-8 p.m. at 170 Otis Street  
 2nd floor cafeteria

### QPI/RFA Meetings

4th Thursday of each month  
 Thursday, March 26, 2020 11 a.m. to 12:30 p.m. at 170  
 Otis/7th Floor Conference Room  
 Thursday, April 23, 2020 11 a.m. to 12:30 p.m. at 170  
 Otis/7th Floor Conference Room

### FCS Recruitment Team Meeting

3rd Wednesday of each month  
 Wednesday, March 18, 2020 from 11:30 a.m. - 1 p.m.  
 Wednesday, April 15, 2020 from 11:30 a.m. - 1 p.m.  
 170 Otis St. San Francisco

### Resource Family Convening

3rd Wednesday of each month  
 Wednesday, March 18, 2020 from 5:30-7:30 p.m.  
 170 Otis Street 5th floor Multi Media Room

*For more RFA Care Provider Meeting information please  
 contact Arlene Hylton at 415-557-5067.*

## Special Announcements

### SA/HIV Infant Program Support Group

**English:** 3rd Tuesday of the month (Except December) 6-8  
 p.m. **Spanish:** 3rd Thursday of the month (Except Decem-  
 ber) from 6-8 p.m.

To attend SA/HIV Support Group, please contact Sharon at:  
 (510) 282-4658.

### Other Resource Parent Meetings

Resource Families United — Foster Parent Association  
 Last Thursday of the month from 6-8 p.m. at 3801 3rd Street  
 resourcefamiliesunited@yahoo.com

## SF Resource Family Mentor Program

Are you an experienced Resource Family who would like to provide support and advice to new caregivers? Are you a new or struggling Resource Family who could benefit from the guidance and assistance of a more seasoned caregiver? If so, please consider joining the SF Resource Family Mentor program! For more information, please contact Program Facilitator Jeana Lasser at (510) 852-9708 or [ppc@afs4kids.org](mailto:ppc@afs4kids.org).

## Newest Caregivers to complete RFA PreService:

Join me us in welcoming the January 2020 English and Spanish RFA Pre-service graduates and the graduates of the January/February 36hr SA/HIV placement training! Thank you for participation and dedication.



### RFA Pre-Service Approval Training

English RFA Pre-Service Training	March 14 & 21, 2020 (Saturdays) 9 a.m. - 4:30 p.m.
<b>Spanish RFA Pre-Service Training</b>	<b>April 18 &amp; 25, 2020 (Saturdays) 9 a.m.-4:30 p.m.</b>
English RFA Pre-Service Training	April 21-30, 2020 (Tues/Thurs) 5:30-9 p.m.

### Placement Training

Spanish SA/HIV 36-hour Cycle	March 7-April 4, 2020 (Saturdays) 9 a.m.-5 p.m.
CPR/First Aid (English)	April 18, 2020 9 a.m. - 3:30 p.m.
<b>ABC's of Baby Care (Spanish)</b>	<b>April 8, 2020 5:30 - 8:30 p.m.</b>

### Ongoing Training

RFA Advanced Training: Reproductive Rights SB 89	Wednesday, March 4, 2020 5:30-8:30 p.m.
Advanced Training: Parenting in Oz	April 25, 2020 10 a.m.-5 p.m.

**To register for training please contact:**  
**Alternative Family Services (AFS) [PPC@afs4kids.org](mailto:PPC@afs4kids.org)**  
**Or through your RFA Worker**

# Asma en niños

## Poniéndolo bajo control

¿Sabía que el asma es la enfermedad pulmonar crónica más común en los niños? Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, el asma afecta a aproximadamente 6 millones de niños en los Estados Unidos. Un estudio reciente, publicado en el Boletín de Pediatría (Journal of Pediatrics) reveló que los niños que están en el sistema de acogimiento tienen el doble de probabilidades de desarrollar asma.

Si no se controla o si no se diagnostica el asma en los niños, para los padres, eso puede resultar en visitas a la sala de urgencias, estancias en el hospital, y días de trabajo perdidos; y para los niños un sufrimiento que muchos no pueden expresar. Sin embargo, con un plan de cuidado adecuado, los síntomas del asma se pueden controlar de manera en que los niños prácticamente puedan hacer lo que ellos deseen.

### ¿Qué es el asma?

El asma es una enfermedad crónica que causa problemas respiratorios. Los niños que padecen de asma pueden experimentar tos, sibilancias, o una sensación de falta de aire. Aproximadamente la mitad de los niños que padecen de asma a una edad temprana, parecen superarlo.

Los científicos no saben la razón exacta por la cual las personas desarrollan asma. Los expertos creen que puede ser debido a una combinación entre factores ambientales y genéticos. Las personas con asma pueden tener un padre u otro pariente cercano que también padezca de asma. Además, aquellos que sufren de sobrepeso pueden tener una mayor probabilidad de desarrollarlo.

### ¿Cómo afecta a la respiración el asma?

En una persona que padece de asma, el aire

no se transporta por los pulmones como debería de hacerlo. Normalmente, cuando una persona inhala, el aire entra por la nariz o por la boca, baja por la tráquea, y entra a las vías respiratorias de los pulmones (los bronquiolos). Cuando las personas exhalan, el aire sale del cuerpo en dirección contraria.

Con asma, el aire se transporta de manera más difícil. Las vías respiratorias se inflaman y se llenan de mucosidad. Los músculos alrededor de las vías respiratorias se contraen, convirtiéndolas aún más estrechas. Los factores que pueden causar irritación a las vías respiratorias se llaman "desencadenantes". Los desencadenantes pueden provocar una crisis asmática o "ataques" de asma.

Las crisis asmáticas suceden cuando los síntomas del asma empeoran. Suceden cuando las vías respiratorias se irritan y se inflaman más de lo normal. Durante lo antedicho, el niño puede experimentar:

- Dificultad al respirar
- Opresión en el pecho
- Un sonido silbante al respirar (sibilancia)
- Tos
- Palpitaciones del corazón aceleradas

Los factores que provocan las crisis asmáticas se llaman desencadenantes. Los desencadenantes pueden variar de persona a persona, sin embargo, las más comunes incluyen:

- El ser alérgico a cosas como el polen, el moho, y la caspa de mascotas.
- Irritantes y contaminantes del aire
- Estar expuesto a humo de segunda mano de cigarrillo o marihuana
- Infecciones respiratorias, como los resfriados o la gripe



- Condiciones climáticas
- Ejercicio (algunos niños solo experimentan los síntomas asmáticos durante o después de hacer ejercicio.)
- Reflujo gastroesofágico

Una parte importante de controlar el asma es el evitar los desencadenantes. El médico de cabecera de su niño trabajará con usted para crear un plan de cuidado que le ayudará a prevenir las crisis asmáticas, al máximo.

### ¿Cómo puedo controlar el asma de mi hijo?

En el caso de la mayoría de los niños que sufren de asma, los síntomas se pueden controlar. Aprenda lo más que pueda, hable con otras personas que padezcan de asma, lea sobre la enfermedad, y comuníquese cualquier inquietud que tenga al médico de cabecera de su niño. Las siguientes sugerencias pueden llevarlo por buen camino.

Tenga un plan y sígalo. Su niño debe tener un plan de acción contra el asma. Estas instrucciones escritas del médico de cabecera de su niño proporcionan instrucciones claras y paso a paso, en cuanto qué medicamentos debe tomar y cuándo debe tomarlos, cómo evitar los desencadenantes, qué hacer entre las crisis asmáticas, y cómo reconocer y controlarlas si es que llegan a suceder. Al seguir este plan, usted aprenderá cómo cuidar de su hijo y cuándo debe acudir al médico de cabecera de su niño para obtener ayuda.

Tome los medicamentos como se los receten. La mayoría de los niños con asma tienen que tomar medicamentos. Algunos medicamentos diarios (llamados medicamentos de control a largo plazo) ayudan a prevenir que las vías respiratorias sufran de irritación. Otros medicamentos se utilizan solamente durante las crisis asmáticas para ayudar a abrir las vías respiratorias (medicamentos de alivio rápido). El médico de cabecera de su niño le informará qué medicamentos necesita su hijo y cómo deberá tomarlos.

Identifique y evite los desencadenantes. Cuando descubra lo que desencadena el asma de su hijo, ayúdelo a evitarlos lo más posible. El médico de cabecera de su hijo también puede ayudarle; por ejemplo, puede someterlo a pruebas para detectar alergias, si usted considera que están empeorándole el asma.

Asegúrese que su hijo obtenga la vacuna contra la gripe anualmente. Obtener la vacuna contra la gripe se recomienda para todos los niños, en especial para aquellos que padecen de asma. Si un niño con asma se enferma de gripe, corren el riesgo de experimentar crisis asmáticas y de desarrollar enfermedades de mayor gravedad.

Utilice dispositivos cuando sea necesario. Una manera de predecir si se aproxima una crisis asmática es el utilizar dispositivos, como un diario de asma y un medidor de flujo espiratorio máximo. El diario le ayudará a estar al tanto de los síntomas de su niño, de su necesidad de medicamentos, entre otras cosas. Esto le puede ayudar a detectar las señales tempranas de alerta, también puede ayudarle al médico de cabecera de su niño a ver que tan bien está funcionando el tratamiento. Un medidor de flujo espiratorio máximo es un dispositivo portátil que mide qué tan bien su niño puede expulsar el aire de los pulmones. Puede determinar si las vías respiratorias se están estrechando u obstruyendo, y si su niño está en peligro de sufrir una crisis asmática.

Sepa qué hacer en caso de una crisis asmática grave. Identifique cuándo los síntomas de su niño requieran de cuidados médicos. Siempre tenga a la mano un medicamento de alivio rápido en caso de que su niño lo necesite. Todos aquellos que cuiden de su niño (por ejemplo, entrenadores o maestros) deben saber cuándo y cómo administrar el medicamento.

### **¿Si mi niño/a padece de asma, puede participar en deportes y actividades?**

Con la administración correcta, un/a niño/a con asma puede participar en la

mayoría de los deportes. Por lo general, los ejercicios aeróbicos ayudan a mejorar el funcionamiento de las vías respiratorias al fortalecer los músculos respiratorios. Las siguientes son algunas sugerencias para ejercitarse al padecer de asma:

- Enséñele a su niño a respirar por la nariz y no por la boca. Esto le ayudará a antibiecer y humedecer el aire antes de que entre a las vías respiratorias.
- Cuando haga frío, haga que su hijo cubra su boca y su nariz con una bufanda para antibiecer el aire que está inhalando.
- Haga que su niño mantenga en mano su medicamento, el inhalador de alivio rápido.

Hable con el médico de cabecera si usted o su niño tienen alguna pregunta o preocupación. Además, La Clínica de Asma del Hospital General de San Francisco hace un trabajo estupendo en cuanto al enseñar a los niños y a sus familias sobre sus planes de cuidado. Los proveedores de salud en la Clínica de Asma tienen maestros de la salud quienes pueden inspeccionar su hogar para detectar moho, al igual que otros alérgenos; ellos tienen décadas de experiencia trabajando con niños en el sistema de acogimiento. Considere contactarles para más consejos y cuidados. <http://zuckerbergsanfranciscogeneral.org/location/pulmonary/>

## **Manteniendo seguro a su niño de crianza: Ventanas**

Según las directivas escritas del RFA, "cada habitación utilizada por un niño o por un dependiente de 18-21 años debe tener por lo menos una ventana o una puerta operable que garantice una salida de emergencia, segura y directa."

Las ventanas pueden salvar vidas cuando se utilizan como rutas de salida de emergencia. Las habitaciones y otras áreas para dormir pueden ser rutas de evacuación secundarias en caso de humo o incendio, y tal evacuación puede llevarse a cabo por medio de una ventana. Tener una ventana diseñada para salir, no es suficiente; también deben ser seguras y accesibles. Revisar las siguientes cosas en su hogar puede ayudarle a asegurar que las ventanas sean una vía segura para salir.

- Asegúrese que al menos una de las ventanas en cada habitación cumpla con los requisitos de evacuación e incorpore ventanas a su plan de evacuación en caso

### **Sección: 11-01: Hogar y propiedad**

*(b) Una habitación para un niño o un dependiente de 18-21 años debe cumplir con los siguientes requisitos:*

*(1) Cada habitación utilizada por un niño o por un dependiente de 18-21 años debe tener por lo menos una ventana o una puerta operable que garantice una salida de emergencia, segura y directa. (A) Una ventana con rejas de seguridad debe tener un dispositivo de liberación de seguridad que cumpla con todos los requisitos estatales y locales. (B) Si el hogar de la familia de acogimiento está en un edificio alto, la familia de crianza estará sujeta a las normas y reglamentos establecidos por State Fire Marshal.*

de incendio.

- Asegúrese que las ventanas no estén selladas con clavos ni pintura.

- Asegúrese que las cañas, los seguros, las rejas de seguridad, las verjas y las rejillas tengan un mecanismo de liberación y
- No instale aires acondicionados en ventanas que posiblemente se necesiten para evacuar.

Mientras las ventanas pueden ser una salida de emergencia segura, es igualmente importante enseñarles a los niños cómo mantenerse seguros al estar cerca de una de ellas y así prevenir caídas por medio de las ventanas. Según la Comisión de Seguridad de Productos del Consumidor, aproximadamente 8 niños menores de 5 años fallecen cada año debido a caídas por ventanas, y más de 3.300 se lastiman lo suficientemente para ir al hospital. Es por eso por lo que es esencial que usted hable con su niño en cuanto a alejarse de las ventanas mientras juega. Enséñeles que los mosquiteros ayudan a mantener los insectos fuera pero que no mantienen a los niños adentro.

# Campeona de los niños **Evelyn Smith**

La Srta. Smith fue criada por mujeres fuertes y respetables a sus alrededores, y también con vecinos que ayudaban a criar a niños como si fuese un pueblo. Su familia siempre tenía a niños en el hogar, y es algo que ha permanecido en ella. A ella no le importaban las noches de fiesta con sus amigos los fines de semana, en cambio prefería quedarse en casa a ayudar en el hogar. Una vida con una familia fuerte y una casa llena de niños es algo que se arraigó en su persona, formando los cimientos para que se convirtiera en una madre de crianza, y también la guió a estar en el proceso de adopción de una familia de cinco niños.

“Dios hace las cosas por alguna razón,” ella explica, “y yo fui elegida por esta familia.” La Srta. Smith se convirtió en tutora de cuatro hermanas a principios del 2019, y después le dio la bienvenida al quinto miembro, abriéndole las puertas de su hogar. La madre de cinco quería que la Srta. Smith adoptara a sus hijos y la acompañó durante el proceso de adopción. Tristemente, la madre falleció recientemente. “La madre sabía que les había dado a sus hijos el regalo más grandioso posible: un techo sobre sus cabezas,” dijo la Srta. Smith.

Antes de adoptar a los cinco niños, la Srta. Smith, había abierto las puertas de su hogar a un sinnúmero de niños. La Srta. Smith siente que la parte más enriquecedora de ser una madre de crianza es cuando los niños regresan y le recuerdan de algo que les dijo mientras los cuidaba, especialmente aquellos que no ha visto en años. Los principios fundamentales que les enseña a los niños son de terminar sus estudios y respetar a sus mayores. La Srta. Smith se reunió recientemente con un niño que estuvo bajo sus cuidados hace 5 o 6 años, él se disculpó con ella por su comportamiento en ese entonces.



Por otra parte, la Srta. Smith considera que es difícil disciplinar a los niños en la sociedad del día de hoy, en la cuál se les da muchas opciones. “A mi me enseñaron a decir “Sí señora” y “No señora” y en estos tiempos los niños no están acostumbrados a recibir ordenes”, explica la Srta. Smith.

La Srta. Smith aconseja a otros padres a ser pacientes. “No sean prontos para juzgar a un niño que no conocen” dijo. Conforme vayan conociendo al niño, ustedes lo verán florecer como una rosa, pero eso toma tiempo y paciencia. Otra manera de ver la relación con su niño es como si fuese un buen libro: en el transcurso desde que abre el libro, hasta el momento en que lo cierra, usted habrá aprendido mucho más que cuando comenzó.”



**Champions for Children**

La Srta. Smith también recomienda que conozca a los padres del niño bajo su cuidado. “Al conocer a sus padres, usted podrá aprender más sobre las personas que más aman, sus hijos” explica la Srta. Smith. “Quizá usted no podrá ganarse la aceptación de todos los padres, pero como cualquier padre, los padres de los niños en el sistema de cuidado se despiertan a media noche preocupados por sus hijos. Ellos sólo quieren saber que están cuidando bien a sus hijos y si usted puede demostrárselos, eso tranquilizará sus preocupaciones y le ayudará a formar una relación con ellos”.

Los Servicios para Niños y Familias de San Francisco junto con Parenting for Permanency College le aplauden a Lisa por su fuerza y su espíritu amoroso. Ella ha hecho su prioridad el trabajar en conjunto con los niños y proporcionarles un hogar acogedor, sin importar las experiencias vividas del niño. ¡Felicidades Srta. Smith, 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](mailto: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](http://www.sfhsa.org/174.htm)



### Programa de Asesoramiento para las familias de recurso de San Francisco

¿Es usted una familia de recurso con experiencia y que desea proporcionar apoyo y asesoría a nuevos cuidadores? ¿Es usted una familia de recurso nueva o una que se beneficiaría de la orientación y ayuda de cuidadores con más experiencia? Si es así, ¡Por favor considere unirse al Programa de Asesoramiento para las Familias de Recurso de SF! Para obtener más información, favor de comunicarse con la facilitadora del programa, Jeana Lasser en (510) 852-9708 o pcc@afs4kids.org.



Los nuevos proveedores de cuidado que completaron el entrenamiento previo al servicio de RFA: ¡Únase a nosotros a darles la bienvenida a los graduados del entrenamiento previo al servicio de RFA del mes de enero 2020 (inglés y español) y a los graduados del entrenamiento de colocación de 36 horas SA/VIH de los meses enero y febrero! Les agradecemos su participación y su dedicación.

Los nuevos proveedores de cuidado que completaron el entrenamiento previo al servicio de RFA: ¡Únase a nosotros a darles la bienvenida a los graduados del entrenamiento previo al servicio de RFA del mes de enero 2020 (inglés y español) y a los graduados del entrenamiento de colocación de 36 horas SA/VIH de los meses enero y febrero! Les agradecemos su participación y su dedicación.

### RFA Entrenamiento de aprobación previa al servicio

RFA Entrenamiento previo al servicio (inglés)	marzo 14 & 21, 2020 (sábados) 9 a.m.- 4:30 p.m.
RFA Entrenamiento previo al servicio (español)	abril 18 & 25, 2020 (sábados) 9 a.m.- 4:30 p.m.
RFA Entrenamiento previo al servicio (inglés)	abril 21 - 30, 2020 (martes/jueves) 5:30 - 9 p.m.

### Entrenamiento de colocación

Ciclo de 36 hrs. SA/VIH (español)	marzo 7- abril 4, 2020 (sábados) 9 a.m.- 5 p.m.
RCP/Primeros auxilios (inglés)	abril 18, 2020 9 a.m.- 3:30 p.m.
Abecedario del cuidado de los bebés (español)	abril 8, 2020 5:30 p.m.- 8:30 p.m.

### Entrenamiento en curso

Entrenamiento avanzado de RFA: Derechos reproductivos SB 89	miércoles, 4 de marzo del 2020 5:30-8:30 p.m.
Entrenamiento avanzado: La crianza en "Oz"	abril 25, 2020 10 a.m.-5 p.m.

Para registrarse a uno de los entrenamientos por favor contáctese con: Los Servicios de Familias Alternativas (AFS) PPC@afs4kids.org O regístrese a través de su trabajador de RFA.

## Juntas/Apoyo para las Familias de Recurso

### Juntas de Cuidadores trimestrales

2do martes, una vez por trimestre  
martes 14 de abril, 2020 de 6-8 p.m. en 170 Otis St. Cafetería, 2do piso

### Juntas QPI/RFA

4to jueves de cada mes  
jueves 26 de marzo de 2020 desde 11 a.m.- 12:30 p.m. en 170 Otis/ 7mo piso en la Sala de conferencias  
jueves 23 de abril de 2020 desde 11 a.m.- 12:30 p.m. en 170 Otis/ 7mo piso en la Sala de conferencias

### FCS Junta de equipo de reclutamiento

3er miércoles de cada mes  
miércoles 18 de marzo, 2020 desde 11:30 a.m.- 1 p.m.  
miércoles 15 de abril, 2020 desde 11:30 a.m.- 1 p.m. en 170 Otis St. San Francisco

### Convocatoria de familias de recurso

3er miércoles de cada mes  
miércoles, 18 de marzo del 2020 desde 5:30-7:30 p.m. 170 Otis St. 5to piso, Cuarto "multimedia"

Para más información de las juntas de los proveedores de cuidado de RFA, favor de contactar a Arlene Hylton en: 415-557-5067

## Anuncios especiales

### Programa de SA/VIH infantil ~ Grupo de apoyo

**En inglés:** 3er martes de cada mes  
(Con excepción de diciembre) 6pm-8pm

**En español:** 3er jueves de cada mes  
(Con excepción de diciembre) 6pm-8pm

Para asistir al grupo de apoyo de SA/VIH, favor de contactar a Sharon en: (510) 282-4658

### Otras juntas para padres de crianza

Familias de Recurso Unidas- Asociación de Padres de Crianza  
Último jueves del mes de 6-8 p.m. en 3801 3rd St.  
resourcefamiliesunited@yahoo.com