

# Respiratory Syncytial Virus

**R**espiratory syncytial virus, better known as RSV, is an upper respiratory illness that is very common in children. In most cases, the virus causes mild, cold- and flu-like symptoms such as a runny nose, congestion or fever. However, in some children, especially infants, it can lead to more serious complications, like pneumonia and bronchiolitis. Some 58,000 children under 5 years of age are hospitalized with RSV every year in the United States.

The virus usually circulates in the fall and winter months, peaking in February. But the COVID-19 pandemic disrupted RSV's usual patterns. This past winter, many hospitals saw almost no cases of RSV, as people wore masks and physically distanced from one another during the lockdowns. The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) reported that positive test results for RSV (as well as influenza and other seasonal infections) reached historically low levels. Once states began to reopen and people eased up on masking and social distancing in the early summer, cases of RSV in infants and toddlers skyrocketed across the country.

## What Causes RSV?

RSV is highly contagious. It spreads through droplets containing the virus when someone coughs or sneezes. It also can live on surfaces (like counters or door-knobs) and on hands and clothing. People can get RSV if they touch something that is contaminated.

RSV can spread quickly through schools and childcare centers. Babies often get it when older kids carry the virus home from



school and pass it to them. RSV infections can recur, and most children have been infected at least once by the time they are 2 years old.

## What Are the Signs & Symptoms of RSV?

Symptoms of RSV range from mild to severe, depending on your child's age and health condition. Symptoms usually appear within 4 to 6 days after first exposure to the virus. The most common symptoms of RSV include:

- Cough
- Headache
- Fever
- Sore throat
- Runny or stuffy nose
- Not eating or drinking well

If the illness worsens or if your child has other health problems, more serious symptoms may appear, including:

- Breathing difficulties
- Wheezing or grunting when breathing
- Rapid breathing
- Worsening barking cough

Sometimes, an RSV infection can lead to complications such as dehydration or bronchiolitis or pneumonia, especially in premature babies, infants younger than 1 year old and children with diseases that affect the lungs, heart, or immune system.

## How Is RSV Diagnosed?

RSV is diagnosed by evaluating your child's symptoms and performing a physical exam. In most healthy kids, doctors generally don't distinguish RSV from a common cold. However, if a child has other health conditions or more serious symptoms, the doctor might want to make a specific RSV diagnosis. In that case, doctors confirm the diagnosis by collecting a sample of mucus either with a cotton swab or by suction through a bulb syringe.

## How Is RSV Treated?

Mild symptoms of RSV illness are similar to those of a cold and usually go away without treatment in about a week. Home treatment to comfort your child and help

Congratulations to our November Champions for Children, Laura and Victor.

## Champions for Children **Laura and Victor**

Since the pandemic began, resource families have gone to extraordinary lengths to support the children in their care. During this time, many parents have described feelings of worry, isolation, and disconnectedness. Yet, parents continue to prevail in the care they provide. The efforts of Laura and Victor are no exception to this.

Laura and Victor received their first placement in early 2020, when many of us found ourselves in unpredictable times. Thanks to the love and dedication they gave to the one month old in their care, they created an environment of strength for a child in a critical time of his life. During the time with Laura and Victor, the little one was able to grow healthy and strong.



A year after the placement, the little one returned to his mom. While Laura and Victor supported reunification, they found the separation from their

little one really difficult, and had a hard time parting from him. Since reunification, Laura and Victor have been able to maintain a relationship with the child and continue to be a part of the little one's life. They also provide childcare to him and support the biological mom through the Children's Council San Francisco.

For all this, Laura and Victor are invaluable members of our resource parent community! The San Francisco Family and Children's Services along with the Parenting for Permanency College appreciates all that Laura and Victor do to support children and their families. They work hard to be present in their child's life and continue to provide care and support even after reunification. Thank you for all that you do, Laura and Victor! Congratulations to you both, our November Champions for Children!

## ***Understanding the "Reasonable and Prudent Parent Standard"***

Many sections in the RFA Written Directives tell resource parents to apply the "reasonable and prudent parent standard." What exactly does this mean? Section 3-01 of the RFA Written Directives define this term as careful and sensible parental decisions that maintain a foster child's health, safety, and best interest, while encouraging the child's emotional and developmental growth.

The general concept of this standard is that parents are often, if not daily, faced with decisions regarding their child's health and safety, which require them to make certain judgments. Parents who are both reasonable and prudent will make decisions carefully, weighing benefits against potential risks, to come to a sensible decision that is in the best interest of the child. While there are special considerations needed for children in foster care, resource families are allowed, with the appropriate information and training, to make these decisions so to create normalcy for youth in their care.

For example, resource families are empowered to decide whether to let their child participate in extracurricular activities based on their own assessment and without needing prior approval from the child's social worker or other officials. With the reasonable and prudent parent standard, resource

families do not have to be reluctant to sign permission slips for children in their care. Resource families can also apply the reasonable and prudent standard when making decisions about a short-term babysitter.

The reasonable and prudent parent standard recognizes the importance of normalizing the lives of foster youth. The emphasis on normalcy that comes with the reasonable and prudent parent standard means that while resource families always keep their child's safety in mind, they allow them to experience a full range of activities just as other parents do for their biological children. Participation in these types of activities is important to the child's well being, not only emotionally, but also in developing valuable life-coping skills.

### **SECTION 3-01: Definitions**

*(65) "Reasonable and prudent parent standard" means the careful and sensible parental decisions that maintain a child's health, safety, and best interests, while at the same time encouraging the emotional and developmental growth of the child, as defined in Welfare and Institutions Code section 362.05.*

relieve symptoms is usually all that is needed. Antibiotics are not effective in treating RSV.

In some moderate cases, doctors may prescribe an inhaler or a breathing treatment. If RSV symptoms worsen, your child may need to be hospitalized. While your child is in the hospital, he or she may receive oxygen and humidified air to help with breathing. Your child may also be given intravenous (IV) fluids to prevent dehydration.

### How Can We Prevent RSV?

Frequent hand washing is the best way to prevent the spread of RSV. Always wash your hands before you touch your baby and make sure everyone who touches your baby does the same. Other ways to prevent RSV infection include:

- Avoid kissing or touching someone who has an RSV infection
- Do not share glasses or utensils
- Wear a mask around your baby when you are sick.

Staying away from people with cold or flulike symptoms is especially important if your baby is premature, has a suppressed immune system, or has a heart condition. If your baby is premature, avoid exposing your baby to large crowds, especially during the fall through spring months and during reported RSV outbreaks.

Do not smoke around your baby, including inside your house and car. Smoking increases your baby's risk of becoming infected with RSV. If you smoke, do so

outside only and wear a smoking jacket that you remove when you come inside. Wash your hands before holding your baby.

Currently, there is no vaccine available to prevent RSV illness. However, doctors may recommend an antibody palivizumab (Synagis) to some premature infants and children with weakened immune systems to help prevent severe RSV symptoms.

### Home Treatments

Home treatment focuses on making your child comfortable and relieving cold like symptoms.

Avoid dehydration. Make sure your child drinks plenty of fluids to avoid dehydration. Children under 1 year should only drink breastmilk or formula, but offer small amounts frequently. If your child becomes listless or urinates infrequently, call your child's primary care provider. Do not give children under 1 year other liquids without consulting your child's primary care provider first.

Keep the air moist. Do not use a steam or hot-water vaporizer. A home humidifier may be helpful, but be sure it is free of mold by cleaning it regularly (such as weekly).

Suction mucus in infants. Gently suction the baby's nose to clear mucus and help your infant breathe more easily. Use a few drops of sterile saline solution to loosen thick mucus before using the bulb syringe. Suction one nostril at a time. Doc-

tors recommend suctioning your baby's nose before feedings and any time your baby is especially congested.

Treat fever using a non-aspirin fever medicine like acetaminophen (Tylenol) or, if your child is older than 6 months, ibuprofen. Do not give aspirin to children who have a viral illness. Such use is linked to Reye syndrome, which can be life-threatening. Do not use over-the-counter cold medicines, which can be dangerous for young children.

### When to Call the Doctor?

Call your child's primary care provider if your child:

- Develops cold symptoms along with rapid breathing
- Appears to have trouble breathing normally
- Has cold symptoms and suddenly becomes unusually irritable or refuses to eat or drink
- Develops wheezing, grunting, or difficulty breathing (flaring nostrils, ribs or chest pulls in)
- Has a fever of 100.4°F or higher in an infant under 2 months old
- Develops signs of dehydration, such as no tears while crying, dry, sticky mouth or fewer wet diapers
- Seems to get better and then gets worse again

Get medical help right away if:

- Your child struggles to breathe
- Mild breathing difficulties worsen
- The skin around your child's lips or fingertips turns a bluish color



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 [diana.venegas@sfdph.org](mailto:diana.venegas@sfdph.org).

#### Editorial Staff

Editors: Agnes Balla and Diana Venegas  
Amabel Baxley, Kimberlee Pitters, Casey Schutte

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

Newsletter Website: <https://foster-sf.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
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)

## Alternative Family Services-PPC Training

To register for training please contact Alternative Family Services (AFS)-PPC Training @ [ppc@afs4kids.org](mailto:ppc@afs4kids.org) or contact your RFA Worker. All training is through Zoom until further notice.

RFA Pre-Service Approval Training	
English RFA Pre-Service Training	Nov. 13 & 20, 2021 (Saturdays) 9 a.m.-4:45 p.m.
Ongoing Training	
Parenting in Oz (Spanish)	Nov. 6 & 13, 2021 (Saturdays) 9:30 a.m. - 1:15 p.m.
Promoting Academic Achievement	Nov. 4, 2021 from 5-7:15 p.m.

### Other RFA Ongoing Training Resources:

(Reminder: Approved Resource Families are required to complete 8 hours of training yearly. *Please make sure to submit completed training certificates to your RFA worker for the following training.*)

#### Foster Parent College:

<http://www.fosterparentcollege.com>

#### QPI California-Just In Time Training:

<http://www.qpicalifornia.org>

#### Mandated Reporter Training:

<https://mandatedreporterca.com>

### Commercial Sexual Exploitation of Children Training

All resource families caring for a child age 10 or older must complete Commercial Sexual Exploitation training. Training must be completed in the first 12 months of initial approval of a resource family. Online websites for ongoing training are available:

- [www.qpicalifornia.org/](http://www.qpicalifornia.org/)
- <https://www.fosterparentcollege.com>
- WestCoast Children's Clinic- CSEctraining@westcoastcc.org (contact for current offering)

### City College of San Francisco - Education and Extension Programs — <https://bit.ly/3CHI0T5>

#### City College of San Francisco

#### Child Development & Family Studies Department

All trainings are from 10 a.m. to 1 p.m. via Zoom.  
To register, email Brenda Wemiz at [bwemiz@ccssf.edu](mailto:bwemiz@ccssf.edu)  
Nov. 2, 2021 Cultural Diversity/Sensitivity  
Nov. 9, 2021 Self-Care Skills for Resource Parent  
Nov. 16, 2021 Impact of Trauma on Parent, Child & Teacher  
Nov. 23, 2021 Attachment & Bonding  
Nov. 30, 2021 Teaching Youth to be Responsible  
Dec. 7, 2021 Tips on Money Management  
Dec. 14, 2021 Commercial Sexual Exploited Children (CSEC)

## Resource Parent Meetings and Support Groups

### Resource Family Meetings:

For more information about Resource Family meetings/training and events please visit <https://foster-sf.org/information/training-schedule/> or contact Arlene Hylton at [Arlene.hylton@sfgov.org](mailto:Arlene.hylton@sfgov.org) or 451-557-5067.

### Caregiver Quarterly Meeting - Quarterly (6 p.m.-8 p.m.)

1st. Tuesday of each Quarter

### Resource Family Convening -Bi-monthly (5 p.m.-7 p.m.)

2nd Wednesday of EVERY OTHER month - November 10, 2021

### Quality Parenting Initiative Meeting (QPI)

4th Thursday of Month (11 a.m. - 12:30 p.m.)

No November and December QPI meetings

### Support Groups:

Resource Family Support Groups (SA/HIV) (7:30 to 9:30 p.m.)  
3rd Tuesday (English) and 3rd Thursday (Spanish) of each month, 7:30 to 9:30 pm unless otherwise announced. To attend SA/HIV Support Group, please contact Diana Venegas at (510) 469-0128.  
English: November 16, 2021 & December 21, 2021  
Spanish: November 18, 2021 & December 16, 2021

### COFFEE WITH CAREGIVERS

Coffee with Caregivers Supports Relative, Non-Relative, Adoptive and Guardianship Caregivers  
Grab your favorite drink, snack, and join us during the following virtual meetings occur Friday's from 1:30 -2:30 p.m. Please email Nichole at [narnold@cacaregivers.org](mailto:narnold@cacaregivers.org) to register.

## Education Corner

As we approach, the New Year TK-12 enrollment season for the 2022-23 school year is approaching. This is the time to check the enrollment timeline and deadlines for your children's school district.

Financial aid season is also approaching! For anyone attending college in 2023, the time to prepare to start the application process is now. This includes applying for financial aid, including by completing the Free Application for Federal Student Aid (FAFSA). A helpful, comprehensive guide to financial aid courtesy of John Burton Advocates for Youth, you can do an internet search for "Financial Aid Guide for California Foster Youth Nov. 2020" and click on the top result. That guide includes information on Chafee Grants, another important source of financial aid.

For young people planning to attend college out of state, it is especially important to be in touch with their social worker and independent living services provider as soon as possible about applying for financial aid.

## Virus respiratorio sincitial (RSV, por sus siglas en inglés)

El Virus respiratorio sincitial, mejor conocido como (VRS) es una enfermedad de las vías respiratorias superiores que muy comúnmente afecta a los niños. En la mayoría de los casos, el virus se presenta en síntomas leves parecidos a los de un resfriado o de la gripe tales como goteo nasal, congestión o fiebre. Sin embargo, en algunos niños, especialmente en aquellos que son pequeños, se pueden desarrollar complicaciones de mayor gravedad, como neumonía o bronquiolitis. En los Estados Unidos, cada año, aproximadamente 58.000 niños menores de 5 años son hospitalizados con VRS.

Por lo general, el virus se esparce en el otoño e invierno, aumentando notablemente en febrero. La pandemia del COVID-19 causó una interrupción en el patrón normal de VRS. En el invierno pasado casi no se presentaron casos de VRS en muchos hospitales debido al uso de cubrebocas y el distanciamiento social entre personas por el confinamiento. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) reportaron que los resultados positivos para pruebas de VRS (al igual que de la influenza y otras infecciones estacionales), alcanzaron niveles históricamente bajos. Una vez que los estados comenzaron a reabrir y las personas dejaron de utilizar los cubrebocas y el distanciamiento social al inicio del verano, los casos de VRS en niños pequeños aumentaron drásticamente por todo el país.

### ¿Qué causa el VRS?

El VRS es altamente contagioso. Se propaga por medio de gotitas que contienen el virus cuando una persona tose o estornuda. También puede permanecer con vida en superficies (de cosas como mostradores o manijas) y en las manos y en la ropa. Las personas se pueden contagiar de VRS si tocan algo que esté contaminado.



El VRS puede propagarse rápidamente a través de las escuelas o los centros de cuidado infantil. Los bebés se contagian comúnmente cuando niños mayores introducen al hogar el virus desde la escuela y se lo transmiten. Las infecciones por el virus respiratorio sincitial pueden reaparecer, la mayoría de los bebés se contagian al menos una vez antes de cumplir los dos años.

### ¿Cuáles son los signos y síntomas de VRS?

Dependiendo de la edad y la condición médica del niño, los síntomas de VRS pueden variar desde leves hasta severos. Los síntomas por lo general se presentan en dentro de 4-6 días después de estar expuesto al virus, los más frecuentes son:

- Tos
- Dolor de cabeza
- Fiebre
- Dolor de garganta
- Goteo o congestión nasal
- Falta de apetito o sed

Si la enfermedad empeora o si su niño padece de otros problemas médicos, síntomas de mayor gravedad pueden surgir incluyendo:

- Dificultad para respirar

- Sibilancia o ronquidos al respirar
- Respiración rápida
- Tos seca que empeora

Algunas veces, una infección de VRS puede desarrollarse a complicaciones tales y como la deshidratación, bronquiolitis o neumonía; Sucede especialmente en los bebés prematuros, bebés menores de 1 año y en niños que padecen de enfermedades que afectan los pulmones, el corazón o el sistema inmunológico.

### ¿Cómo se diagnostica el VRS?

El VRS se diagnostica al evaluar los síntomas de su niño y al llevarse a cabo un examen físico. En la mayoría de los niños sanos, los médicos generalmente no distinguen VRS de un resfriado común. Sin embargo, si un niño tiene otros padecimientos médicos o síntomas de mayor gravedad, puede que el doctor busque un diagnóstico específico de VRS. En tal caso, los doctores confirmarán el diagnóstico al recolectar una muestra de mucosidad, ya sea utilizando un hisopo de algodón o extrayéndolo con una jeringa de succión (de pera).

### ¿Cuál es el tratamiento de VRS?

Los síntomas leves de la enfermedad de VRS son parecidos a los de una gripe y por lo general desaparecen sin tratamiento después de una semana. En la mayoría de los casos, sólo se necesitan tratamientos desde el hogar para dar alivio y ayudar a disminuir los síntomas de su niño. Los antibióticos no son efectivos para tratar VRS.

En algunos casos moderados, los doctores pueden recetar un inhalador o tratamiento respiratorio. Si los síntomas de VRS empeoran, puede que su niño necesite ser hospitalizado. Mientras su niño esté en el

Felicidades a nuestros campeones de los niños del mes de noviembre, Laura y Victor. Desde que comenzó la pandemia, las familias de apoyo han tenido que tomar medidas extraordinarias para poder brindarles apoyo a los niños bajo su cuidado. Muchos padres han descrito haber sentido preocupación, aislamiento y falta de conexión durante este tiempo. Sin embargo, los padres siguen sobresaliendo en cuanto al cuidado que proporcionan. Los esfuerzos de Laura y Victor no son una excepción a ello.

Laura y Victor recibieron su primera asignación a principios del 2020, mientras muchos de nosotros pasábamos por momentos impredecibles. Gracias al amor y la dedicación que le dieron al bebé de un mes bajo su cuidado, crearon un ámbito de fortaleza para el niño en una etapa decisiva de su vida. Durante el tiempo que estuvo con Laura y Victor, este



## Champions for Children Laura y Victor



pequeño logró crecer sano y fuerte.

Después de un año de la asignación, el pequeño regresó con su madre. Mientras Laura y Victor apoyaban el proceso de reunificación, se les dificultó mucho la separación del bebé y pasaron un mo-

mento difícil al tener que despedirse de él. Desde la reunificación, Laura y Victor han podido mantener una relación con el niño y continúan siendo parte de su vida. También le proporcionan cuidado infantil y apoyan a la madre biológica por medio de Children's Council San Francisco.

¡Laura y Victor son miembros invaluable de la comunidad de familias de apoyo por todas estas razones! Los Servicios para Niños y Familias de San Francisco junto con Parenting for Permanency College aprecian todo lo que Laura y Victor hacen para brindarles apoyo a los niños y a sus familias. Trabajan arduamente para estar presentes en la vida de su niño y continúan proporcionando cuidados y apoyo incluso después del proceso de reunificación. ¡Gracias por todo lo que hacen, Laura y Victor! ¡Felicidades a ambos de ustedes, nuestros campeones de los niños del mes de noviembre!

## Comprendiendo el 'Estándar de Padres Razonables y Prudente'

Muchas secciones en las Directivas Escritas de RFA les indican a los padres de apoyo que pongan en práctica el "Estándar de Padres Razonables y Prudentes". ¿Qué significa esto exactamente? En la sección 3-01 de las Directivas Escritas de RFA, la frase define a las decisiones cautelosas y sensatas del padre, como aquellas que aseguran la salud, seguridad, y el mayor beneficio del menor que está bajo su cuidado y mientras tanto promueve su desarrollo emocional y crecimiento.

El concepto general de esta norma es que los padres con frecuencia, si no es que a diario, se enfrentan a decisiones en cuanto a la salud y seguridad de sus niños, las cuales les exigen que tomen ciertas decisiones. Los padres que son cautelosos y sensatos podrán tomar una decisión de manera cuidadosa, evaluando las ventajas y los posibles riesgos que conllevan, para así lograr llegar a una decisión sensata que mejor beneficie al menor. Aunque existen consideraciones especiales que deben tomarse con niños en el cuidado de crianza temporal, se les permite a las familias de apoyo tomar estas decisiones para así poder crear una sensación de normalidad para los jóvenes bajo su cuidado, siempre y cuando se informen y tengan las capacitaciones apropiadas.

Por ejemplo, las familias de apoyo están facultadas para decidir si su niña/o puede participar en actividades extracurriculares, en base de sus propios juicios y sin la necesidad de obtener autorización previa del trabajador social del menor u otros funcionarios. Con el Estándar

de Padres Razonables y Prudentes, las familias de apoyo no deben sentirse reacios al firmar formularios de permiso para los niños bajo su cuidado. Las familias de apoyo también pueden poner en práctica el Estándar de Padres Razonables y Prudentes cuando estén tomando decisiones sobre su niñera/o de corto plazo.

El Estándar de Padres Razonables y Prudentes reconoce la importancia de crear una sensación de normalidad en las vidas de los jóvenes bajo el cuidado de crianza temporal. El énfasis que conlleva el Estándar de Padres Razonables y Prudentes en dicha normalidad, implica que mientras los padres de apoyo tengan en cuenta la seguridad del menor en todo momento, también puedan permitir que experimenten una amplia variedad de actividades tal y como lo hacen otros padres con sus hijos biológicos. La participación en este tipo de actividades es importante para el bienestar del menor, no sólo emocionalmente pero también para poder desarrollar valiosas habilidades para enfrentar situaciones de la vida.

### Sección 3-01: Definiciones

(65) El Estándar de Padres Razonables y Prudentes define a las decisiones cautelosas y sensatas del padre cuales aseguran la salud, seguridad, y el mayor beneficio del menor, y también promueve el desarrollo emocional y crecimiento del menor, tal y como se define en el código de Welfare and Institutions, sección 362.05.

hospital, él o ella puede recibir oxígeno y aire humidificado para ayudarle a respirar. Puede que también le coloquen una línea intravenosa (IV) de líquidos para prevenir la deshidratación.

### ¿Cómo puedo prevenir el VRS?

Lavarse las manos con frecuencia es la mejor manera de prevenir la propagación de VRS. Antes de tocar al bebé, asegúrese de lavarse las manos y asegúrese que todo aquel que lo toque, haga lo mismo. Otras maneras para la prevención de la infección por VRS incluyen:

- Evite besar o tocar a personas contagiadas de infecciones por VRS.
- No comparta vasos ni utensilios
- Si está enfermo, utilice cubreboca alrededor de su bebé.

Mantenerse alejado de personas con síntomas de resfriado o de gripe es esencial si su bebé es prematuro, si tiene un sistema inmunológico deficiente, o tiene una afección cardíaca. Si su bebé es prematuro, evite su exposición a reuniones grandes especialmente durante los meses del otoño hasta la primavera y durante los brotes reportados de VRS.

No fume alrededor de su bebé, incluyendo en el interior de su hogar y del coche. El fumar aumenta el riesgo de que su bebé se infecte de VRS. Si usted fuma, hágalo solamente al aire libre y utilice una chaqueta que se pueda quitar al entrar de nuevo. Lávese las manos antes de agarrar al bebé.

De momento, no existe una vacuna disponible para la prevención de enfermedades

por VRS. Sin embargo, para ayudar con la prevención de los síntomas de VRS, los médicos pueden recomendar el anticuerpo palivizumab (Synagis) a algunos bebés prematuros y a niños con sistemas inmunológicos deficientes.

### Tratamientos caseros

Los tratamientos del hogar se enfocan en promover la comodidad de su niño y ayudar a aliviar sus síntomas. Evite la deshidratación, asegúrese que su niño tome suficientes líquidos para prevenirlo. Los niños menores de un año sólo pueden tomar leche materna o de fórmula, ofrézcales pequeñas cantidades con frecuencia. Si su bebé se vuelve apático o no orina con frecuencia, comuníquese con el proveedor de cuidado del bebé. No les dé otros líquidos a niños menores de un año, sin antes consultar al médico de cabecera del bebé.

Mantenga el aire humedecido. No utilice vaporizadores de vapor o de agua caliente. Puede que le sirva utilizar un humidificador, pero asegúrese que esté libre de moho al limpiarlo con regularidad (por ejemplo, una vez por semana).

Los succionadores de mucosidad en los bebés. Con gentileza, succione la nariz del bebé para sacarle mucosidad y ayudarle a respirar con mayor facilidad. Utilice unas cuantas gotitas de solución salina estéril para aflojar la mucosidad gruesa antes de utilizar la jeringa pera. Succione una fosa nasal a la vez. Los médicos recomiendan succionar la nariz del bebé antes de alimentarlo y en cualquier momento que esté congestionado.

Para tratar la fiebre, utilice medicamentos para la fiebre que no contengan aspirina tal y como el acetaminofén (Tylenol) o si su niño es mayor de 6 meses, ibuprofeno. No le dé aspirina a los niños que tengan enfermedades virales. Tal uso está vinculado al síndrome de Reye, el cual puede ser fatal. No utilice medicamentos sin receta para la gripe, ya que pueden ser peligrosos cuando se utilizan en niños pequeños.

### ¿Cuándo acudir al médico?

Llame al médico de cabecera de su niño si experimenta:

- Desarrolla síntomas de la gripe acompañados de respiración rápida
- Parece tener dificultad para respirar con normalidad
- Tiene síntomas de gripe y de la nada se comporta irritable o se niega a comer o beber.
- Desarrolla respiración sibilante, ronca, o dificultad para respirar (las fosas nasales que se ensanchan, costillas o pecho que se retrae con cada respiración).
- Fiebre de 100.4° F o mayor en un bebé menor de 2 años
- Desarrolla signos de deshidratación, tal y como falta de lágrimas al llorar, boca seca y pegajosa, si orina con menos frecuencia.
- Si parece mejorar y después vuelve a empeorar

Busque ayuda médica de inmediato si:

- Su niño batalla para respirar
- Si las dificultades para respirar leves empeoran
- La piel alrededor de los labios o las yemas de los dedos del bebé se vuelven azulados

## 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](http://www.sfhsa.org/174.htm)

## Entrenamientos para Los Servicios de Familias Alternativas -PPC

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.

RFA- Entrenamiento de aprobación previo al servicio	
Entrenamiento previo al servicio (inglés)	13 y 20 de noviembre 2021 (sábados) 9 a.m.-4:45 p.m.
Entrenamiento en curso	
La crianza en "Oz" (español)	6 y 13 de noviembre, 2021 (sábados) 9:30 a.m. - 1:15 pm
Promoviendo logros académicos	4 de noviembre, 2021 de 5-7:15 p.m.

### Otros entrenamientos de RFA en curso:

(Recordatorio: Las familias de apoyo aprobadas deben completar 8 horas de entrenamiento al año. Favor de asegurarse de entregar los certificados de las capacitaciones completas a su trabajador de RFA para la siguiente capacitación).

#### Foster Parent College:

<http://www.fosterparentcollege.com>

#### Entrenamientos QPI justo a tiempo ('Just In Time')

<http://www.qpicalifornia.org>

#### Capacitación de informante obligatorio ('Mandated Reporter Training'): <https://mandatedreporter.ca.com>

### Capacitación sobre la explotación sexual comercial infantil

Todas las familias de apoyo que tengan bajo su cuidado a niños de 10 años en adelante deben completar el entrenamiento sobre la explotación sexual comercial infantil. Dicha capacitación deberá completarse en los primeros 12 meses después de su aprobación como familia de apoyo. Los entrenamientos en curso están disponibles en los siguientes enlaces:

- [www.qpicalifornia.org/](http://www.qpicalifornia.org/)
- <https://www.fosterparentcollege.com>
- Clínica infantil de la costa oeste ('WestCoast Children's Clinic')- CSEC-training@westcoastcc.org (Contáctelos para la capacitación en curso)

### Colegio de la ciudad de San Francisco ('City College of San Francisco') – Programas de Educación y extensión

— <https://bit.ly/3CHI0T5>

### Colegio de la ciudad de San Francisco

#### Departamento del desarrollo infantil y estudios familiares ('Child Development & Family Studies Department')

Todas las capacitaciones se llevan a cabo entre las 10 a.m. y la 1 p.m. mediante Zoom.

Para registrarse, envíe un correo electrónico a Brenda Wemiz en [bwemiz@ccssf.edu](mailto:bwemiz@ccssf.edu)

2 de nov., 2021 Diversidad/Sensibilidad cultural

9 de nov., 2021 Habilidades del autocuidado para padres de apoyo

16 de nov., 2021 El impacto que tiene el trauma en los padres, el menor y los maestros

23 de nov., 2021 El apego y el vínculo

30 de nov., 2021 Enseñándole a los adolescentes a ser responsables

7 de dic., 2021 Sugerencias sobre la administración del dinero

14 de dic., 2021 Explotación sexual comercial infantil (CSEC, por sus siglas en inglés)

### Juntas y grupos de apoyo para los padres

#### 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](mailto:Arlene.hylton@sfgov.org) o 451-557-5067.

#### Junta trimestral para los proveedores de cuidado - Trimestral (6 p.m. a 8 p.m.)

Primer martes de cada trimestre.

#### Convocatoria de familias de apoyo- Bimensual (5 p.m. a 7 p.m.)

2do miércoles, CADA DOS meses – 10 de noviembre, 2021

#### Junta- iniciativa de crianza de calidad (QPI)

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

No habrá juntas QPI en noviembre y diciembre.

### Grupos de apoyo:

Grupos de apoyo: Grupo de apoyo para las familias de apoyo (SA/VIH) (7:30 a 9:30 p.m.)

3er martes (inglés) y 3er jueves (español) de cada mes, de 7:30 a 9:30 pm a menos que se comunique lo contrario. Para asistir a un grupo de apoyo, SA/VIH, favor de contactar a Diana Venegas en (510) 469-0128. inglés: 16 de noviembre, 2021 y 21 de diciembre, 2021 español: 18 de noviembre, 2021 y 16 de diciembre, 2021

### CAFÉ CON LOS PROVEEDORES DE CUIDADO

'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](mailto:narnold@cacaregivers.org)

## Rincón de la educación

Conforme nos acercamos al inicio de un año nuevo, se aproxima la temporada de inscripción TK-12 del año escolar 2022-23. Ahora es el momento para revisar el calendario de inscripción y las fechas límites para el distrito escolar de la escuela de su niño.

¡La temporada de inscripción para recibir ayuda financiera también se acerca! Para cualquier persona que vaya a asistir al colegio en el 2023, ahora es el momento de prepararse para iniciar el proceso de aplicación. Esto incluye el solicitar ayuda financiera al completar la solicitud FAFSA (Solicitud Gratuita de Ayuda Federal para Estudiantes). Existe una guía comprensiva y de mucha ayuda en cuanto a la ayuda financiera, como cortesía de John Burton Advocates for Youth, puede hacer una búsqueda en internet: "Guía de ayuda financiera para jóvenes de crianza en California nov. 2020" y haga clic en el primer resultado. La guía contiene información de becas Chafee ('Chafee Grants'), otra fuente importante de ayuda financiera.

Para jóvenes que están planeando completar sus estudios universitarios fuera del estado, es sumamente importante que estén en contacto con el trabajador social y el proveedor de servicios de vida independiente lo más pronto posible para solicitar la ayuda financiera.