

Un boletín semanal para familias de Pediatría del Desarrollo y Comportamiento (DBP) en el Centro Médico de Boston durante la Distancia Social COVID-19



¿QUÉ ESTÁ PASANDO?

El lunes 5/25, el estado continuó reabriendo la segunda etapa de la Fase I. A partir de esta semana, las siguientes empresas están abriendo con restricciones de distanciamiento social: peluquerías, peluquerías y cuidado de mascotas (con cita previa), lavados de autos (exterior) y oficinas fuera de Boston. Adicionalmente, los siguientes sitios de recreación se están reabriendo esta semana: playas estatales, parques (todavía no parques infantiles), teatros de autoservicio, algunos campos deportivos y canchas, la mayoría de pesca, caza y navegación, jardines al aire libre, zoológicos, reservas e instalaciones públicas.

ACTIVIDAD

Esta semana compartimos una versión divertida de un lavado de autos de juguete. Para esta actividad necesitará 2 cubos / contenedores, o tazones, autos de juguete, cacao en polvo, jabón, agua y esponjas. Coloque los autos de juguete en el "cubo sucio" y rocíelos con un poco de agua y luego espolvoree una cucharadita de cacao en polvo sobre los autos hasta que se vean sucios. Si no tiene cacao en polvo a mano, puede usar tierra de su jardín. En el balde limpio, agregue un poco de jabón, agua y esponjas. ¡Cuando todo esté listo, entréguele los cubos a su hijo y déjelos jugar un juego sensorial divertido mientras trabajan en el lavado de autos!



RECURSO

Exceptional Lives proporciona información gratuita para las familias que tienen niños con discapacidades sobre el acceso a servicios y recursos, y explica los procesos de una manera fácil de seguir y comprender. Su página "Hogar con niños" incluye consejos e ideas sobre cosas divertidas para hacer en casa con niños, cómo manejar la salud mental mientras está en casa con niños y recursos educativos. Visítalos en exceptionallives.org/home-with-kids-sp.



NOTICIAS SEMANALES DE DBP

PREGUNTE A UN EXPERTO

Camp Baker, un programa del Judge Baker Children's Center, comparte consejos para el aprendizaje virtual. A continuación se muestra un fragmento; Para ver el artículo completo, visite tinyurl.com/CampBakerOST.



Hemos estado atentos a sus preocupaciones sobre los períodos prolongados de aprendizaje en línea. Cuando pensamos en preparar a los niños para el éxito escolar, nos gustaría ofrecerle algunos consejos y herramientas acerca del Entrenamiento de Habilidades Organizacionales (OST), un enfoque empírico para ayudar a los niños con dificultades de atención a superar los desafíos organizacionales.

SEGUIMIENTO DE LAS TAREAS

Objetivo: saber qué tareas se le ha asignado a su hijo y para cuando deben estar terminadas.

Cómo: Proporcione a su hijo una lista física / visual de todas las tareas. Para cada tarea, el niño hace una lista de los elementos necesarios, incluidos folletos, libros de trabajo, materiales en línea y enlaces necesarios a sitios web. Puede usar un calendario del mes que muestre cada día con las fechas de vencimiento de las tareas a realizar a corto y largo plazo.

GESTIÓN DE MATERIALES

Objetivo: realizar un seguimiento de las tareas físicas y virtuales, así como de los suministros necesarios

Cómo: Para muchos niños, las tareas se realizan completamente en línea. Para los niños más pequeños que todavía imprimen algo de trabajo, un sistema simple de dos carpetas puede ayudar con la organización. Mantenga una carpeta para el trabajo en progreso y otra para el trabajo completado. Trabaje con su hijo para completar el trabajo y recicle todo lo innecesario al final de la semana.



GESTIÓN DEL TIEMPO

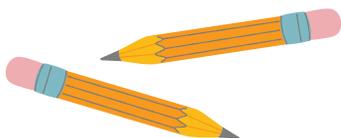
Objetivo: Hacer uso eficiente del tiempo durante el día

Cómo: Los niños son criaturas de hábitos: las estructuras y las rutinas son reconfortantes y ayudan a maximizar la productividad. Si la escuela ha establecido un horario de instrucción, imprima o guarde el horario en un lugar de fácil acceso y regístrese durante el día para asegurarse de que su hijo esté donde debe estar. Si la escuela no ha proporcionado un horario, establezca uno para su hijo, teniendo en cuenta los principios básicos que funcionan durante el día escolar típico. Equilibre las tareas sedentarias (por ejemplo, completar tareas escritas) con pausas de movimiento (por ejemplo, caminar, estirarse) y restrinja el uso de electrónicos cuando no sea para fines académicos, hasta que se complete la lista diaria de tareas.

PLANIFICACIÓN

Objetivo: controlar las tareas que son de largo plazo

Cómo: Nosotros, como adultos, nos hemos confundido en algún momento durante las últimas semanas cuando nos preguntarnos cuál es la fecha o incluso el día de la semana. Los niños están igualmente desorientados y pueden necesitar ayuda adicional para cumplir con los plazos para las tareas o exámenes a corto y largo plazo. Durante su revisión diaria de las tareas, tome nota de las tareas a largo plazo y agregue plazos a un calendario mensual. Ayude a su hijo a dividir las tareas en pasos más pequeños y asigne una fecha límite (márquela en el calendario) para cada paso.



Si tiene preguntas sobre cualquiera de estas estrategias, comuníquese con campbaker@jbcc.harvard.edu. Para obtener más recursos de Camp Baker, consulte facebook.com/campbakerMA y jbcc.harvard.edu/covid-19.

NOTICIAS SEMANALES DE DBP

RECURSOS

Boston Medical Center está aquí para ayudarlos durante este momento difícil.

Consulte nuestra nueva hoja de cálculo de recursos, que tiene enlaces a aprendizaje en línea, historias sociales, programas de música / animales / estado físico, clases en vivo en línea y más. Vea la segunda pestaña para comidas gratuitas y servicios financieros en todo Massachusetts. Esta hoja de cálculo está disponible en varios idiomas y se actualizará continuamente a medida que haya nuevos recursos disponibles.

[tinyurl.com/
CoronaResourcesBMC](https://tinyurl.com/CoronaResourcesBMC)

Sabe algo para agregar? Correo electrónico autismprogram@bmc.org con sugerencias.



Nuestro programa de autismo está organizando una serie virtual quincenal para padres y cuidadores de pacientes que son atendidos en BMC. Las sesiones se llevarán a cabo a través de Zoom y son dirigidas por personal y oradores invitados que cubrirán diferentes temas de interés y responderán a las preguntas de los padres. Para ver la lista de temas y registrarse, visite: tinyurl.com/BMCParentGroups

ACERCA DE ESTE BOLETÍN INFORMATIVO

Este boletín es traído por el Programa de Autismo en el Boston Medical Center, un programa de apoyo familiar de Pediatría del Desarrollo y Comportamiento. Estamos comprometidos a apoyar a cualquier familia de DBP durante este tiempo, independientemente del diagnóstico. ¡No dude en comunicarse y síganos en las redes sociales para obtener más consejos e información!



BMC.org/autism
autismprogram@bmc.org
tinyurl.com/ASDlistserv



@The Autism Program at
Boston Medical Center



@BMCAutismProgram

CLINIC

*Los médicos de desarrollo y la pediatría conductual están disponibles por teléfono / Zoom para consultas y consultas de telesalud. Llámenos al **617-414-4841** si tiene alguna pregunta o necesita ayuda. Para crear una cuenta Zoom gratuita, visite zoom.us/signup.*

NUESTROS CLÍNICOS

Marilyn Augustyn, MD

Naomi Steiner, MD

Arathi Reddy, DO

Ana Carolina Sanchez, MD

Jodi Santosuosso, NP

Rachel Amgott, NP

Christina Lazdowsky, NP

Mei Elansary, MD

Alyssa King, PhD

Ana Treadaway, MD

Mediatrix Mbamalu, MD

Christine McGivney, DO

