

# Pensando Más en las Rutinas de Cuidado Personal



## ITERS-R

**Propósito:** Este documento aborda muchos de los requisitos que se encuentran en la subescala de Rutinas de Cuidado Personal. La atención se centra en los indicadores de los niveles 3, 5 y 7. Es importante revisar cada ítem por completo para asegurarse de que no se apliquen indicadores en el nivel 1 o “inadecuado”. Responder a las preguntas y hacer referencia al ITERS-R le permitirá familiarizarse con los requisitos, al tiempo que ofrece la oportunidad de reflexionar sobre las prácticas y situaciones actuales.

**Preparación:** Consulte el ITERS-R (edición encuadernada en espiral publicada en 2006) al completar las preguntas. Para comprender mejor el formato y la estructura de la escala, revise las instrucciones para calificar en las páginas 5 y 6 del ITERS-R y las definiciones de términos comunes en las páginas 7 y 8. También será útil consultar una copia de las Notas Adicionales de NC más actualizadas (disponibles en [ncrlap.org](http://ncrlap.org)). Hay muchas preguntas, por lo que completarlas probablemente requerirá varias sesiones de reflexión/revisión.

Los ítems incluidos aquí consideran las rutinas del salón de clases para bebés y niños pequeños para la llegada y salida, comer, descansar, cambiar pañales/ir al baño, prácticas de salud y seguridad ambiental. Estas consideraciones y prácticas ayudan a mantener las condiciones sanitarias para prevenir enfermedades de los niños y los maestros, y brindan un entorno seguro para que los niños aprendan. Además, consideran oportunidades durante la atención de rutina para promover la independencia, apoyar el aprendizaje y construir relaciones.

### Consejos:

- Si está confundido acerca de una pregunta, mire el ítem en el ITERS-R y verifique las Notas de Clarificación y/o las Notas Adicionales de NC para identificar el indicador específico y el requisito al que se refiere. Los números de página de este documento se refieren a la versión en Inglés. Tenga en cuenta que las versiones en Español tienen números de página diferentes.
- Describa las prácticas actuales que se dan al responder las preguntas. Recuerde, no se trata de una “respuesta correcta”, sino de una manera de generar comprensión sobre lo que ocurre todos los días.
- El uso continuo de la hoja de trabajo puede ayudar a verificar que las rutinas continúen manteniendo las prácticas sanitarias y que se aborden los problemas de seguridad. Además, ayuda a garantizar que los niños tengan oportunidades de aprender y tener interacciones positivas durante las rutinas, así como en el juego. Al considerar rutinas como el lavado de manos, el saneamiento de superficies y las provisiones para comer, cambiar pañales/ir al baño y dormir, es

más útil que todos los adultos en el salón de clases tengan un entendimiento común de los requisitos.

- Responder las preguntas con otra persona (asistente del salón, administradores, especialistas en asistencia técnica, etc.) promueve el intercambio de perspectivas y puede llamar la atención sobre diferentes detalles.
- **Recordatorio:** Los bebés son niños desde el nacimiento hasta los 11 meses y los niños pequeños son niños entre 12 y 30 meses.

Fecha(s) de finalización: \_\_\_\_\_ Nombre del salón de clase/edad del grupo: \_\_\_\_\_

Hoja de trabajo completada por: \_\_\_\_\_

### ÍTEM 6 Recibimiento/despida (p.18-19)

Cuando otros miembros del personal ingresan al salón de clases para ofrecer ayuda, ¿saludan constantemente a los niños? **S / N**

¿Se saluda a cada padre e hijo? **S / N**

¿Todos los padres entran al salón de clase durante las llegadas y salidas? **S / N**

¿Se intercambia información en estos momentos? **S / N** Al llegar, ¿se comparten detalles sobre la salud y/o seguridad de los niños? **S / N**

¿Qué tipo de información se comparte con los padres al final del día? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Si un niño tiene problemas para separarse de sus padres al llegar o tiene problemas para dejar el programa, ¿cómo se maneja esto? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Si se inscriben bebés, ¿existe un sistema para registrar con precisión sus rutinas diarias (alimentación, cambio de pañales, sueño)? ¿Se comparte esta información con los padres? **S / N / NA** ¿Cómo ocurre esto? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Los padres alguna vez pasan tiempo en el salón de clases? **S / N**

### ÍTEM 7 Comidas/meriendas (p. 20-21)

¿A los niños que comen principalmente alimentos sólidos se les ofrece agua para beber entre comidas/meriendas? **S / N**

En caso **afirmativo**, ¿cuándo ocurre esto? \_\_\_\_\_

¿Parece que el horario de comidas/meriendas satisface las necesidades de los niños (p. ej., no lloran/piden comida antes y están listos para comer a la hora de las comidas/meriendas)? **S / N**

¿Qué sucede si un niño tiene hambre antes de la hora programada para la comida o la merienda?

---

---

---

¿El horario de comidas/meriendas cumple con los requisitos según el horario de funcionamiento de su programa? **Sugerencia:** consulte la nota adicional de NC para este artículo. **S / N**

¿Cómo se maneja la supervisión mientras los niños comen/beben? ¿Los bebés que no pueden sostener su biberón de forma independiente, son sostenidos para la alimentación con biberón? **S / N** ¿Están los niños mayores al alcance de la mano y supervisados visualmente en todo momento mientras comen o beben?

**S / N** Si **No**, ¿cómo se pueden minimizar o eliminar estos tiempos? \_\_\_\_\_

---

---

---

¿Están los niños sentados o cargados constantemente mientras comen o beben? **S / N**

¿Alguien se sienta con los niños mientras comen y conversa con ellos? **S / N** ¿Qué tipo de cosas se discuten?

---

---

---

Si el programa proporciona comidas/meriendas, ¿se publica el menú correcto para los padres? **S / N / NA**

En caso **afirmativo**, ¿dónde está publicado? \_\_\_\_\_

En caso **afirmativo**, mire el menú de esta semana y las pautas de comidas del USDA. ¿Están presentes los componentes alimentarios requeridos para cada comida o merienda? **S / N**

Para salones de clase con consideraciones alimentarias especiales, como alergias o preferencias familiares, considere lo siguiente o circule **NA** y pase al siguiente grupo de preguntas:

¿Se publica esta información en los espacios donde comen los niños, para que los adultos que trabajan con niños estén al tanto? **S / N** En caso **afirmativo**, ¿dónde se encuentra? \_\_\_\_\_

¿Qué sustituciones de alimentos se realizan? \_\_\_\_\_

¿Las sustituciones cumplen con las pautas de comida del USDA O se proporciona una nota del médico que especifica lo que se debe servir? **S / N**

Para el saneamiento de mesas y sillas altas antes y después de las comidas/meriendas:

¿Se limpian con agua jabonosa y se secan con una toalla de papel de un solo uso o un paño limpio?

**S / N**

¿Están rociados con solución desinfectante? **S / N** Se permite que la solución se seque al aire o permanece en la superficie durante al menos \_\_\_\_\_ minutos antes de limpiarlo.

El lavado de manos adecuado incluye el uso de agua corriente y jabón.

¿Los niños se lavan las manos antes y después de las comidas/meriendas y/o sostienen sus propios biberones? **S / N**

¿Los maestros y el personal se lavan las manos antes y después de las comidas y meriendas o cualquier preparación de comida/biberón? **S / N**

Piense en el proceso de transición antes y después de las comidas/meriendas, ¿cuánto tiempo esperan los niños para lavarse las manos y en la mesa antes/después de comer? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué estrategias se utilizan para ayudar a que las transiciones sean más fluidas? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Trabajan los maestros con los padres para coordinar los hábitos alimenticios de los niños? **S / N** En caso **afirmativo**, ¿cómo se hace esto? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ÍTEM 8 Siesta (p. 22-23)**

¿El horario de la siesta parece satisfacer las necesidades de los niños (p. ej., rara vez lloran o se cansan mucho antes de la hora de la siesta, la mayoría descansa fácilmente)? **S / N**

Si un niño está cansado antes de la siesta programada o no tiene sueño, ¿qué opciones se ofrecen? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Cuando los niños están descansando, las cunas, colchonetas y/o catres se colocan al menos a \_\_\_\_\_ pies de distancia o separados por una barrera sólida que se extiende a todo lo largo de las superficies para dormir. **S / N**

Para salones con colchonetas/cunas: ¿Se almacenan las provisiones para la siesta de modo que las superficies para dormir y los diferentes artículos de los niños no se toquen entre sí o con el piso? **S / N**

Si se inscriben bebés, ¿se están siguiendo las políticas de sueño seguro (p. ej., dormir boca arriba, sin cobijas u otros artículos en la cuna)? **S / N / NA**

¿El salón de clase es propicia para la siesta/descanso (luces tenues, música suave, proceso y ubicación familiares, etc.)? **S / N**

Describa el papel de los maestros en la supervisión y las interacciones con los niños durante la siesta:

---

---

---

---

### ÍTEM 9 Cambio de pañales/uso del baño (p. 24-25)

¿El horario para cambiar pañales/ir al baño satisface las necesidades de los niños (p. ej., sin períodos prolongados entre cambios de pañales/controles visuales, sin accidentes relacionados con el horario)? **S / N**

Describa el sistema utilizado para asegurarse de que cada niño que usa pañales o pañal de entrenamiento sea revisado/cambiado cada 2 horas: \_\_\_\_\_

---

---

---

Procedimientos de cambio de pañales, si corresponde:

¿Están preparados todos los suministros antes de llevar al niño al área de cambio de pañales? **S / N**

¿Se quitó correctamente el pañal/ropa sucia pañal de entrenamiento y se desechó en un cesto de basura con tapa y manos libres? **S / N**

¿Se limpian las manos del maestro y del niño con una toallita desechable antes de volver a vestir al niño con su pañal/ pañal de entrenamiento y ropa limpia? **S / N**

Tenga en cuenta las medidas sanitarias que se deben tomar si se cambia el pañal/el pañal de entrenamiento de cualquier niño estando de pie. ¿Existen procedimientos para reducir la propagación de gérmenes durante este tipo de cambios? **Sugerencia:** Piense en la preparación de los suministros, la colocación y eliminación de los pañales sucios y qué tan involucrado está el maestro en la limpieza del niño. **S / N**

Después de un cambio de pañal, se limpia el cambiador/colchoneta con agua jabonosa y se seca con una toalla de papel de un solo uso o un paño limpio? **S / N** ¿Se rocía luego con desinfectante? **S / N** El desinfectante se deja secar al aire o permanece en la superficie durante al menos \_\_\_\_\_ minutos antes de limpiarlo.

Con respecto al lavado de manos, ¿los niños se lavan las manos después de cambiar pañales o de ir al baño? **S / N** ¿Se lava las manos el personal después de ayudar a ir al baño/vestirse o como último paso del proceso de cambio de pañales? **S / N**

Para los salones de clase con un lavamanos separado que se usa solo para ir al baño/cambiar pañales, ¿se usa constantemente de esta manera durante todo el día? **S / N**

Cuando se usa un lavamanos para todos los tipos de lavado de manos, ¿existe un proceso para desinfectar el lavamanos después de ir al baño o cambiar pañales antes de que ocurran otros tipos de lavado de manos? **S / N**

Describa cómo se supervisa a los niños durante el uso del baño/cambio de pañales, incluidos los tipos de interacciones que ocurren: \_\_\_\_\_

¿Son convenientes para los adultos las provisiones para cambiar pañales/ir al baño? **S / N** ¿Hay escalones hasta la mesa para cambiar pañales a los niños pequeños, si están inscritos? **S / N / NA**

Para los niños pequeños, ¿los lavamanos y el baño (si se usan) son lo suficientemente bajos para que los use la mayoría de los niños? **S / N / NA**

Describa cómo se promueven las habilidades de autoayuda de los niños durante el cambio de pañales/uso del baño: \_\_\_\_\_

### ÍTEM 10 Prácticas de salud (p. 26-27)

¿Está prohibido fumar en todas las áreas utilizadas para el cuidado de niños? **S / N**

¿Algún niño recibe medicamentos o usa crema para cambiar pañales? **S / N** En caso **afirmativo**, describa los procedimientos para tener y administrar medicamentos mientras los niños están bajo cuidado: \_\_\_\_\_

¿Se lavan las manos tanto los niños como los adultos en los siguientes horarios?

- A la llegada
- Después de estar al aire libre
- Después de jugar con materiales húmedos, pegajosos o que dejan residuos
- Antes y después de jugar con agua
- Después del contacto con fluidos corporales y de quitarse los juguetes que se llevan a la boca
- Después de tocar superficies potencialmente contaminadas, como tapas de botes de basura o mascotas

Si se usa gel desinfectante para manos, ¿esto ocurre SOLO cuando no hay agua corriente ni jabón disponibles, como cuando se está al aire libre? **S / N / NA**

En caso **afirmativo**, ¿se mantiene el desinfectante de manos fuera del alcance de los niños y solo se usa con supervisión cercana? **S / N**

Además del lavado de manos, ¿qué otras acciones se toman para reducir la propagación de gérmenes?

**Sugerencia:** Ver ejemplos en el texto de la página 26; también considere el diseño del bote de basura y la

tapa, y con qué frecuencia se quitan y limpian los juguetes que se llevan a la boca: \_\_\_\_\_

---

---

---

Considere lo que sucede si un niño se enferma mientras está bajo su cuidado. ¿Están separados del grupo? Si es así, ¿es esta un área que otros niños no usan durante el día? Describa lo que ocurre:

---

---

---

¿Todos los niños tienen ropa extra disponible? **S / N**

Durante todo el año, ¿los niños están vestidos adecuadamente para las condiciones en el interior y el exterior? **S / N**

¿Qué consideraciones se hacen para las diferentes estaciones del año, condiciones climáticas y actividades cotidianas (p. ej., bloqueador solar, delantales, ropa, etc.)?

---

---

---

¿Qué se hace si la cara o las manos de los niños se ensucian o si su ropa se moja o se ensucia en la escuela?

---

---

---

Describa cómo los maestros modelan y enseñan a los niños buenas prácticas de salud: \_\_\_\_\_

---

---

---

Si hay juegos de arena al aire libre, ¿la arena se mantiene limpia y cubierta cuando no se usa? **S / N / NA**

¿Se alienta y ayuda a los niños a manejar sus prácticas de salud de forma independiente? **S / N** ¿Cómo se hace esto? \_\_\_\_\_

¿Los niños pequeños se cepillan los dientes mientras están en el programa? **S / N / NA** ¿Se almacenan los cepillos de dientes para que no se toquen y puedan secarse al aire? **S / N / NA**

¿Hay información relacionada con la salud para los padres? **S / N** En caso **afirmativo**, los ejemplos incluyen: \_\_\_\_\_

## ÍTEM 11 Prácticas de seguridad (p. 28-29)

Lista de provisiones para emergencias. **Sugerencia:** consulte la página 28 para ver ejemplos:

---

---

---

Describa el papel de los maestros en la supervisión, tanto en el interior como en el exterior:

---

---

---

Describa las formas en que los maestros monitorean y toman medidas para prevenir o evitar posibles peligros:

---

---

Verifique los riesgos de seguridad en todos los espacios interiores y exteriores utilizados por los niños. ¿Está presente alguno de los siguientes peligros comunes? Tenga en cuenta que esta no es una lista completa de posibles peligros.

**Sugerencia:** Consulte el documento NCRLAP's Requirements for Gross Motor Space and Equipment para conocer las medidas específicas del equipo de motor grueso.

#### Adentro

- Tomacorrientes descubiertos o cables eléctricos sueltos.
- Artículos etiquetados como "mantener fuera del alcance de los niños" accesibles.
- Sanitizante o desinfectante aplicado con niños cerca.
- Peligros de asfixia (p. ej., juegos de juguetes con piezas pequeñas, piezas de crayón rotas) o peligros de asfixia con alimentos.

#### Al aire libre

- Amortiguación insuficiente debajo del equipo de motricidad gruesa
- Las zonas de caída no son lo suficientemente grandes alrededor del equipo de motricidad gruesa
- El espacio entre equipos es demasiado estrecho
- El espacio al aire libre no está completamente cercado o la altura de la cerca es inferior a 4 pies

¿Se notaron preocupaciones de seguridad adicionales que pueden requerir acción/modificación? **S / N** En caso **afirmativo**, describa:

---

---

¿Se ayuda a los niños a seguir las reglas de seguridad? **S / N**

¿Se les da a los niños explicaciones sobre las reglas y expectativas de seguridad todos los días? **S / N**

Describa ejemplos recientes :

---

---

---



**Reflexión para la planificación futura:** Después de completar esta hoja de trabajo, puede ser útil volver atrás y pensar en las respuestas. ¿Hubo alguna pregunta que se respondió "no" en lugar de "sí"? Enumere las áreas donde se observaron fortalezas en las rutinas de cuidado personal:

---

---

---

---

---

---

---

Enumere las áreas donde se podrían hacer mejoras o hay nuevas ideas en las que pensar:

---

---

---

---

---

---

---

¿Hay algún problema que trabajará para cambiar de inmediato? Describa lo que hará:

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Hay problemas que llevará más tiempo cambiar? ¿Cuáles son estos y qué recursos pueden ser necesarios?

---

---

---

---

---

---

---

---

## ¿Quieres saber más?

No todos los indicadores de ITERS-R están cubiertos en esta hoja de trabajo, por lo tanto, revise el ITERS-R cuidadosamente y busque otros recursos, según sea necesario, ya que confiar solo en estas preguntas para prepararse para una evaluación no será suficiente. Lo alentamos a revisar otros recursos que se encuentran en el sitio en línea [ncrlap.org](http://ncrlap.org) para mantenerse informado sobre cualquier actualización y continuar desarrollando su comprensión del ITERS-R y el proceso de evaluación.

- Buscar información general acerca del proceso de evaluación y además recursos específicos de ITERS-R específicos recursos. Estos recursos pueden ofrecer ideas sobre en qué enfocarse o complementar ideas que ya estaba considerando.
- Consulte a las respuestas a las Preguntas Frecuentes o envíe una nueva pregunta a [ncrlap@uncg.edu](mailto:ncrlap@uncg.edu).
- El registro es gratis para los entrenamientos y los seminarios en línea. Algunos de estos seminarios en línea están 'En Vivo'; otros están pregrabados y los entrenamientos ofrecen créditos (horas de contacto). Llame al 1-866-362-7527 o regístrese en línea en [ncrlap.org](http://ncrlap.org).

Al planificar la mejora del programa, siempre tenga en cuenta las características únicas del salón de clases y las instalaciones, como las edades y las habilidades de los niños inscritos, la cantidad de maestros en el salón de clases y las metas y/o la filosofía general. Los programas también pueden buscar el asesoramiento de su consultor de cuidado infantil del DCDEE, CCR&R local y/o Smart Start Partnership u otras agencias de cuidado infantil.

North Carolina Rated License Assessment Project  
915 Northridge St.  
Greensboro, NC 27402  
Website: [ncrlap.org](http://ncrlap.org)  
Email: [ncrlap@uncg.edu](mailto:ncrlap@uncg.edu)  
Toll-free: 1-866-362-7527



### Referencias:

Harms, T., Clifford, R., & Cryer, D. (2006) *Infant/Toddler Environment Rating Scale (Revised Edition)* New York, NY. Teachers College Press

NC Additional Notes (n.d.). Retrieved from <http://www.ncrlap.org>.