



Go NAP SACC

Programa de Autoevaluación de Cuidado Infantil Familiar



Fecha: _____

Su Nombre: _____

Nombre del Programa de Cuidado Infantil: _____



Tiempo frente a una pantalla

Go NAP SACC está basado en un conjunto de buenas prácticas que se derivan de las más recientes investigaciones y guías en el campo. Después de haber completado esta evaluación, usted podrá ver las fortalezas de su programa y las áreas en las que debe mejorar, y utilizar esta información para planificar cambios saludables.

Para esta autoevaluación, el **tiempo frente a una pantalla** incluye cualquier tiempo que se pasa mirando programas o jugando juegos (incluidos videojuegos activos) en una pantalla. Las pantallas pueden incluir televisores, computadoras de escritorio, computadoras portátiles o tabletas, o teléfonos inteligentes. Para niños de 2 años y mayores, el tiempo frente a una pantalla no incluye el uso de libros electrónicos o de tabletas para leer cuentos infantiles, el uso de pizarras inteligentes para aprendizaje interactivo o la comunicación con familiares a través de Skype u otros programas de videoconferencia.

Antes de comenzar:

- ✓ Reúna manuales de padres, agendas diarias y otros documentos que expongan sus políticas y guías sobre tiempo frente a una pantalla.

A medida que usted evalúa:

- ✓ Las opciones de respuesta entre paréntesis () hacen referencia a programas de medio día. Los programas de tiempo completo deben utilizar las opciones de respuesta sin paréntesis.
- ✓ Las definiciones de conceptos clave están marcadas con un asterisco (*).
- ✓ Responda cada pregunta lo mejor que pueda pensando en sus prácticas generales. Si ninguna de las opciones le parece adecuada, solamente escoja la que mejor se adapte a su caso. Si una pregunta no se aplica a su programa, continúe con la siguiente pregunta.

Comprensión de los resultados:

- ✓ Las opciones de respuesta de la columna de la derecha representan las recomendaciones de buenas prácticas en esta área. Para interpretar sus resultados, compare sus respuestas con estas recomendaciones de buenas prácticas. Esto le mostrará sus fortalezas y las áreas en las que su programa puede mejorar.



Disponibilidad

1. Los televisores están ubicados:

- En más de un cuarto donde los niños pasan la mayor parte del día
- En uno de los cuartos donde los niños pasan la mayor parte del día
- En uno o más cuartos donde los niños pasan la mayor parte del día, pero están cubiertos o no son visibles
- No hay televisores o los televisores se encuentran fuera de los cuartos donde los niños pasan la mayor parte del día

2. Para niños de 2 años y mayores, la cantidad de tiempo permitido frente a una pantalla* en mi programa cada semana es:

- 90 minutos o más (Medio día: 45 minutos o más)
- 60-89 minutos (Medio día: 30-44 minutos)
- 30-59 minutos (Medio día: 15-29 minutos)
- Menos de 30 minutos, o no se permite tiempo frente a una pantalla (Medio día: Menos de 15 minutos, o no se permite tiempo frente a una pantalla)

* Para niños de 2 años y mayores, el tiempo frente a una pantalla no incluye el uso de libros electrónicos o de tabletas para leer cuentos infantiles, el uso de pizarras inteligentes para aprendizaje interactivo o la comunicación con familiares a través de Skype u otros programas de videoconferencia.

3. Para niños menores de 2 años, la cantidad de tiempo permitido frente a una pantalla* en mi programa cada semana es:

- 60 minutos o más
- 30-59 minutos
- 1-29 minutos
- No se permite tiempo frente a una pantalla

* Para niños menores de 2 años, el tiempo frente a una pantalla incluye cualquier tiempo pasado mirando programas o jugando juegos (incluidos videojuegos interactivos) en una pantalla. Las pantallas pueden incluir televisores, computadoras de escritorio, computadoras portátiles o tabletas, o teléfonos inteligentes.

4. Cuando se muestra la televisión o se transmiten videos a los niños, esta programación es educativa y no tiene comerciales*:

- En ocasiones aisladas o nunca
- A veces
- A menudo
- Siempre

* Los programas y videos educativos sin comerciales son apropiados para el desarrollo, sustentan las metas de aprendizaje de los niños y no contienen comerciales.

5. Cuando les ofrezco tiempo frente a una pantalla, les doy a los niños la oportunidad de hacer una actividad alternativa:

- En ocasiones aisladas o nunca
- A veces
- A menudo
- Siempre

Prácticas Diarias

6. Utilizo el tiempo frente a una pantalla como recompensa:

- Todos los días
- 1-4 veces a la semana
- 1-3 veces al mes
- En ocasiones aisladas o nunca

7. Cuando les ofrezco tiempo frente a una pantalla, hablo con los niños sobre lo que están viendo y aprendiendo:

- En ocasiones aisladas o nunca
- A veces
- A menudo
- Siempre



Ward D, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzucca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon S, Sommers J, Ball S. (2014). Go NAPS SACC: Autoevaluación sobre Nutrición y Actividad Física de Cuidado Infantil, Edición para Cuidado Infantil Familiar. Centros para la Promoción de la Salud y la Prevención de las Enfermedades y Departamento de Nutrición de la Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill. Disponible en: www.gonapsacc.org.

8. Completo el desarrollo profesional* sobre el tiempo frente a una pantalla:

- Nunca Menos de 1 vez al año 1 vez al año 2 veces al año o más, incluida al menos 1 sesión de capacitación presencial o en línea, si está disponible

* El desarrollo profesional puede incluir sesiones de capacitación presenciales o en línea para obtener horas de contacto o créditos de educación continua. También puede implicar la lectura de panfletos, libros o artículos en línea de organizaciones confiables.

9. He cubierto los siguientes temas como parte de la iniciativa de desarrollo profesional:

Consulte la lista y marque la respuesta a continuación.

- Cantidad recomendada de tiempo frente a una pantalla para niños pequeños
- Tipos de programación apropiada para niños pequeños
- El uso apropiado del tiempo frente a una pantalla cuando se enseña y se cuida a niños pequeños
- Hablar con las familias sobre hábitos saludables de tiempo frente a una pantalla

- Ninguno 1 tema 2-3 temas 4 temas

10. Les ofrezco a las familias información* sobre tiempo frente a una pantalla:

- Nunca Menos de 1 vez al año 1 vez al año 2 veces al año o más

* La información puede ofrecerse a través de panfletos, hojas con recomendaciones, el boletín informativo de su programa, un sitio web o un tablero de anuncios. La información puede ofrecerse informalmente o durante las juntas o sesiones educativas con las familias.

11. La información que ofrezco a las familias sobre el tiempo frente a una pantalla cubre los siguientes temas:

Consulte la lista y marque la respuesta a continuación.

- Cantidad recomendada de tiempo frente a una pantalla para niños pequeños
- Tipos de programación apropiada para niños pequeños
- El uso del tiempo frente a una pantalla y la supervisión apropiada de los cuidadores
- Las políticas de mi programa sobre tiempo frente a una pantalla

- Ninguno 1 tema 2-3 temas 4 temas

Política

12. La política escrita* de mi programa sobre tiempo frente a una pantalla incluye los siguientes temas:

Consulte la lista y marque la respuesta a continuación.

- Cantidad de tiempo permitido frente a una pantalla
- Tipos de programación permitidos
- Mis prácticas sobre tiempo frente a una pantalla
- No utilizar el tiempo frente a una pantalla como recompensa o para manejar comportamientos difíciles
- Mi participación en el desarrollo profesional sobre tiempo frente a una pantalla
- Educación para las familias sobre tiempo frente a una pantalla

- No hay una política escrita, o la política no incluye estos temas 1-2 temas 3-4 temas 5-6 temas

* Una política escrita puede incluir guías escritas sobre las operaciones de su programa o las expectativas de los asistentes, los niños y las familias. Las políticas pueden ser incluidas en los manuales para padres y en otros documentos.

