

## Cómo encontrar cuidado infantil



### IDEA CLAVE

Únicamente deje a su bebé con personas de confianza, aunque solo sea por unos minutos.

### Niñeras

Antes de dejar a su bebé con un nuevo cuidador, ya sea un amigo, un familiar o una niñera, prepárese:

- observe cómo cargan a su bebé y juegan con él
- pregúnteles cómo lidiarían con el bebé cuando lllore o se ponga inquieto
- observe cómo alimentan y le ponen el pañal a su bebé
- explíqueles sus rutinas de sueño seguro (ver [El sueño](#))
- pregúnteles si han tomado un curso de niñera y primeros auxilios
- sea clara sobre lo que se debe y no se debe hacer:
  - ✓ Siempre colocar al bebé boca arriba para dormir.
  - ✓ Revisar al bebé a menudo mientras duerme.
  - ✓ Contactarla si hay algún problema.
- ✗ Nunca golpear o sacudir al bebé.
- ✗ Nunca dejar al bebé solo sobre un vestidor, un sofá, una cama para adultos o un mostrador.
- ✗ Nunca calentar el biberón en el microondas o sobre el quemador; utilice un recipiente de agua tibia del grifo.

Cuando llegue la niñera, muéstrole dónde se guardan las cosas, incluyendo la lista de números de emergencia. Dígale adónde va, cuándo volverá y cómo la pueden ubicar.



### INTÉNELO

Haga una lista de números importantes y téngala cerca del teléfono. Incluya:

Números para emergencias:

- 9-1-1 (bomberos, policía, centros de control de intoxicaciones, ambulancia)

Números para no emergencias:

- su número de celular
- médico
- un vecino de confianza
- pariente más cercano a su casa
- taxi
- HealthLink BC - 8-1-1

Al principio de la lista, anote:

- su nombre completo y el de su bebé
- su número telefónico
- su dirección
- el número de tarjeta de BC Services de su bebé



### HISTORIAS DE FAMILIAS

Después de que Jacob llegó a nuestras vidas, mi pareja y yo nos pasábamos de largo como zombis. Usar una niñera de vez en cuando nos permite reconectarnos como pareja.

### Guarderías autorizadas

Aunque no necesite una guardería autorizada por un tiempo, es buena idea empezar a buscar con anticipación. Esto le dará tiempo para encontrar una opción que funcione para usted y su familia.

Para mayor información, comuníquese con:

- el Centro de Servicios de Atención a la Infancia (Child Care Service Centre) al número gratuito: 1-888-338-6622
- los Centros de Recursos y Derivaciones para el Cuidado de los Niños (Child Care Resource and Referral Centres) en [ccrr.bc.ca](#)
- las oficinas de Service BC (número gratuito 1-800-663-7876)
- las Agencias de Servicios de Asentamiento para Inmigrantes (Immigrant Settlement Service Agencies) en [issbc.org](#)

Vea la sección sobre el Cuidado de los niños en la sección de [Recursos](#).



### CONSEJO FINANCIERO

Si está considerando usar un proveedor de cuidado de niños autorizado, puede obtener ayuda con los costos. Infórmese sobre la ayuda económica para el cuidado de niños (Affordable Child Care Benefit, ACCB), que proporciona hasta \$1.250 por mes para el costo del cuidado de niños. Puede estimar la cantidad de fondos con la calculadora disponible en [myfamilyservices.gov.bc.ca/s/estimator](#). Consulte el sitio web de la ACCB para obtener información sobre cómo solicitar esta prestación.