

National Centers for Learning Excellence



Monthly Newsletter March 2026

A Resource of Information for Your Family

HEAD START CALENDAR...

March

9 - Nutrition Night - With Chef Jack

30-31 - **No Head Start & 4K Classes** - Spring Break

April

1 - 6 - **No Head Start & 4K Classes** - Spring Break

7 - Head Start & 4K Classes Resume

May

TBD - Head Start Last Day

TBD - Head Start Graduation for those Entering 5K

25 - **Memorial Day, No 4K Classes**

CONNECTION CARD

"Try" this connection strategy with your child!

CHOOSE **Play** NOT POWER

Play is your secret weapon.

PLAY:
Turn chores into races, cleanup into music routines into games.

TENSE:
When the mood shifts, respond with play, not pressure.

When things get tense,

HUMOR:
A silly voice or face can unlock stuck energy.

bring in humor, movement, or

imagination instead of clamping down.

IMAGINATION:
Invite cooperation with pretend play or characters.

CLAMPING:
Every time you choose play over power, you protect connection.

HOW FATHER INVOLVEMENT IMPROVES CHILD WELL-BEING

Cognitive, Motor, and Verbal Development

Psychologist Ellen Bing was one of the first scholars to explore how fatherhood impacts child well-being.

In the early 1960s, she found that children who had fathers who read to them regularly were more likely to do much better in many important cognitive skill categories than children who did not have fathers who read to them. Interestingly, one of the strongest benefits was a substantial increase in a daughter's verbal skills

A study nearly ten years later, published in *Developmental Psychology*, found that both well-fathered preschool boys and girls had increased verbal skills compared with kids with absent or overbearing fathers.

Ross Parke's research shows that father involvement in the early months of a child's life contributes to increased intellectual, motor, and physical development.

Henry Biller, noted fatherhood researcher, finds time and again that father-involved children are more confident and successful in solving complex mathematical and logical puzzles. This may be because fathers tend to be more specialized in and have a higher interest in analytical problems.

Norma Radin found that high father involvement contributed to higher mathematical competencies in young daughters.

Michael Yogman found that kids with highly involved fathers had substantially higher cognitive skills than those children who did not have involved fathers.

Michael Lamb found that preschool children who had involved fathers had higher cognitive competencies on standardized intellectual assessments.

MEASLES: WHAT PARENTS NEED TO KNOW

By: Andrew N. Hashikawa, MD, MS, FAAP & Adam Ratner, MD, MPH, FAAP

Measles is one of the most contagious diseases in the world. Measles infection can lead to serious health problems, especially in babies and young children. Fortunately, measles is a vaccine-preventable illness.

How contagious is measles?

Measles is highly contagious. In fact, 9 out of 10 people exposed to measles will catch it, too, if they are unvaccinated, have not had the disease before or have a problem with their immune system.

How long is someone with measles contagious?

People with measles are contagious before they know they are sick. An infected person can spread measles easily to others 4 days before the rash appears, and they are still contagious 4 days after the rash appears.

How does measles spread?

Measles spreads from person to person and through the air from respiratory droplets from a child's cough or sneeze. The virus can live for two hours on surfaces or suspended in the air. Someone who enters a room where someone with measles had been earlier can catch the disease. The virus can also travel along air currents and infect people in another room. Even brief exposure to the virus poses a high risk of infection to anyone who is not up to date on measles vaccine or has not had measles before. People with conditions that weaken the immune system are also at high risk of infection.

What are the symptoms of measles?

Common signs of measles infection include a high fever and rash. The rash usually appears 3 to 5 days after the first symptoms. It starts on the head and spreads down to the rest of the body.

In addition to a fever and rash, other measles symptoms may include:

- Cough, runny nose, and red, watery eyes
- Small spots in the cheek area inside the mouth, called Koplik spots
- Diarrhea
- Ear infection

Can measles cause other health problems?

Measles can also lead to serious complications, such as pneumonia, encephalitis (swelling of the brain), deafness, intellectual disability and even death. Measles infection can also affect the immune system, leading to problems like immune amnesia and subacute sclerosing panencephalitis (SSPE).

How long does it take to get measles after being exposed to it?

Measles symptoms typically begin about 8 to 12 days after your child is exposed to the virus. If your child was exposed to someone with measles, call your pediatrician right away. They can check your child's health records. If needed, your pediatrician can arrange to have your child examined without putting others at risk.

How long should a child with measles stay home from school?

Children with measles should stay home from school or child care until at least 4 full days after the beginning of the rash, when they are no longer contagious.

Should children who have not had a measles vaccine go to school during an outbreak?

During a measles outbreak, keep in mind:

- Children who have not received a measles vaccine (MMR or MMRV vaccine) should be excluded from school.
- Unimmunized children who have not had a known exposure to someone with measles can return to school or child care immediately after they receive a dose of MMR or MMRV vaccine.
- Unimmunized children who have been exposed to someone with measles but receive a dose of MMR or MMRV vaccine within 72 hours of their first exposure can return to school immediately.
- Unimmunized children who have been exposed to someone with measles but receive a dose of MMR or MMRV vaccine more than 72 hours after their first exposure should be excluded from school for 21 days from the time of the last (most recent) exposure.
- Unimmunized children who do not receive MMR or MMRV vaccine during the outbreak, regardless of whether they have a known exposure, should be excluded for 21 days after the onset of rash in the last case of measles in the school or community.

National Centers for Learning Excellence



Carta de Noticias Marzo 2016

Un Recurso Informativo para su Familia

CALENDARIO DE HEAD START...

Marzo

9 - Noche de Nutrición - Con Chef Jack

30-31 - **No Hay Clases en Head Start & 4K**
Vacaciones de Primavera

Abril

1 - 6 - **No Hay Clases en Head Start & 4K**
Vacaciones de Primavera

7 - Regreso a Clases en Head Start & 4K

Mayo

??? - Ultimo Día de Clases en Head Start

??? - Graduación de Head Start

25 - Día de Recordación - No Hay Clases en 4K

TARJETA DE CONEXIÓN

"Trata" esta estrategia de conexión con tu hijo(a)

Elige el **Juego** SIN PODER

JUEGO
Convierte las tareas en carreras, la limpieza en música, las rutinas en juegos

El **juego** es tu arma secreta.

Cuando las cosas se ponen **tensas**,

introduce humor, movimiento o

HUMOR
Una voz o una cara graciosa pueden desbloquear la energía estancada.

imaginación en lugar de **aplaudir**.

IMAGINACION
Invitalo a la cooperación con juegos de simulación o personajes

TENSION
Cuando el humor cambia responde con juego, no con presión..

APLAUDIR
Cada vez que eliges jugar en lugar de el poder, proteges la conexión

CÓMO LA PARTICIPACIÓN DEL PADRE CONTRIBUYE AL BIENESTAR DEL NIÑO

Desarrollo cognitivo, motor y verbal

La psicóloga Ellen Bing fue una de las primeras académicas en explorar cómo la paternidad influye en el bienestar del niño.

A principios de 1960, determinó que los niños que tenían padres que les leían regularmente eran más propensos a desempeñarse mejor en muchas categorías importantes de habilidades cognitivas que los niños a los que los padres no les leían. Curiosamente, uno de los beneficios principales fue un aumento sustancial en las habilidades verbales de las niñas.

Un estudio realizado casi diez años después, publicado en Psicología evolutiva, concluyó que tanto los niños como las niñas en edad preescolar bien atendidos por sus padres tenían más habilidades verbales en comparación con los niños con padres ausentes o dominantes.

La investigación de Ross Parke muestra que la participación del padre en los primeros meses de la vida de un niño contribuye a un mayor desarrollo intelectual, motor y físico.

Henry Biller, renombrado investigador de paternidad, ha concluido una y otra vez que los niños que tienen padres que participan en su educación son más seguros y exitosos en la solución de complejas interrogantes matemáticas y lógicas. Esto puede ser porque los padres tienden a ser más especializados y tener un mayor interés en problemas analíticos.

Norma Radin concluyó que la alta participación del padre contribuye a una mayor competencia matemática en las niñas pequeñas.

Michael Yogman les hizo un seguimiento a estos prematuros a los 3 años de edad, concluyó que los niños de padres que participaban a fondo en su educación tenían habilidades cognitivas notablemente más altas que aquellos niños que no tenían padres que participaban en su educación.

Michael Lamb concluyó que los niños en edad preescolar con padres que participaban en su educación tenían mayores competencias cognitivas en las evaluaciones intelectuales estandarizadas.

SARAMPIÓN: TODO LO QUE LOS PADRES DEBEN SABER

By: Andrew N. Hashikawa, MD, MS, FAAP & Adam Ratner, MD, MPH, FAAP

El sarampión es una de las enfermedades más contagiosas del mundo. La infección puede causar graves problemas de salud, especialmente en bebés y niños pequeños. Afortunadamente, el sarampión es una enfermedad prevenible mediante la vacunación.

¿Qué tan contagioso es el sarampión?

El sarampión es altamente contagioso. De hecho, 9 de cada 10 personas expuestas al sarampión también lo contraerán si no están vacunadas, no han padecido la enfermedad antes o tienen un problema con su sistema inmunitario.

¿Cuánto tiempo es contagiosa una persona con sarampión?

Las personas con sarampión son contagiosas incluso antes de saber que están enfermas. Una persona infectada puede contagiar fácilmente el sarampión a otras personas 4 días antes de la aparición del sarpullido, y sigue siendo contagiosa 4 días después.

¿Cómo se propaga el sarampión?

El sarampión se transmite de persona a persona y a través del aire a través de las gotitas respiratorias que salen de la tos o el estornudo de un niño. El virus puede vivir durante dos horas en superficies o suspendido en el aire. Alguien que entra en una habitación donde antes había estado alguien con sarampión puede contraer la enfermedad. El virus también puede viajar a lo largo de las corrientes de aire e infectar a personas que se encuentran en otra habitación.

Incluso una exposición breve al virus representa un alto riesgo de infección para cualquier persona que no esté al día con la vacuna contra el sarampión o que no haya tenido sarampión antes. Las personas que padecen afecciones que debilitan el sistema inmunológico también corren un alto riesgo de infección.

¿Cuáles son los síntomas del sarampión?

Los signos comunes de infección por sarampión incluyen fiebre alta y sarpullido. La erupción suele aparecer de 3 a 5 días después de los primeros síntomas. Comienza en la cabeza y se extiende al resto del cuerpo.

Además de la fiebre y la erupción, otros síntomas pueden incluir:

- Tos, secreción nasal y ojos rojos y llorosos
- Pequeñas manchas en el área de las mejillas dentro de la boca, llamadas manchas de Koplik
- Diarrea
- Infección de oído

¿Puede el sarampión causar otros problemas de salud?

El sarampión también puede provocar complicaciones graves, como neumonía, encefalitis (inflamación del cerebro), sordera, discapacidad intelectual e incluso la muerte. La infección por sarampión también puede afectar el sistema inmunitario, provocando problemas como amnesia inmunitaria y panencefalitis esclerosante subaguda (PEES).

¿Cuánto tiempo se tarda en contraer sarampión después de haber estado expuesto?

Los síntomas del sarampión generalmente comienzan entre 8 y 12 días después de que su hijo estuvo expuesto al virus. Si su hijo estuvo expuesto a alguien con sarampión, llame a su pediatra de inmediato. Pueden verificar los registros médicos de su hijo. Si es necesario, su pediatra puede hacer arreglos para que examinen a su hijo sin poner en riesgo a otros.

¿Cuánto tiempo debe faltar a la escuela un niño con sarampión?

Los niños que tienen sarampión deben quedarse en casa y no ir a la escuela o a la guardería hasta 4 días después de que comience la erupción, cuando ya no sean contagiosos.

¿Deberían ir a la escuela los niños que no han recibido la vacuna contra el sarampión durante un brote?

Durante un brote de sarampión, tenga en cuenta:

- Los niños que no hayan recibido la vacuna contra el sarampión (MMR o MMRV) deben ser excluidos de la escuela.
- Los niños no vacunados que no hayan tenido una exposición conocida a alguien con sarampión pueden regresar a la escuela o a la guardería inmediatamente después de recibir una dosis de la vacuna MMR o MMRV.
- Los niños no vacunados que hayan estado expuestos a alguien con sarampión pero que reciban una dosis de la vacuna MMR o MMRV dentro de las 72 horas posteriores a su primera exposición pueden regresar a la escuela de inmediato.
- Los niños no vacunados que han estado expuestos a alguien con sarampión pero que reciben una dosis de la vacuna MMR o MMRV más de 72 horas después de su primera exposición deben ser excluidos de la escuela durante 21 días a partir del momento de la última (más reciente) exposición.
- Los niños no vacunados que no reciben la vacuna MMR o MMRV durante el brote, independientemente de si han tenido una exposición conocida, deben ser excluidos durante 21 días después de la aparición de la erupción en el último caso de sarampión en la escuela o comunidad.