

### Nombre de la capacitación:

# Hablemos - Sueño Infantil Seguro Capacitación Comunitaria

**Descripción del curso:** La Capacitación Comunitaria Hablemos - Sueño Infantil Seguro utiliza un formato de “capacitación de formadores” (train-the-trainer, TOT). Este formato proporciona a los educadores comunitarios información para apoyar la implementación de una capacitación TOT sobre sueño infantil seguro en sus comunidades. La capacitación incluye:

- Información sobre principios de aprendizaje para adultos.
- Guía para implementar la capacitación con un enfoque en establecer metas y fomentar la sostenibilidad.
- Instrucciones para utilizar el kit de herramientas en línea y la capacitación comunitaria Hablemos - Sueño Infantil Seguro
- Modelos de conversaciones abiertas y honestas entre el educador comunitario y los padres y cuidadores.

### NOTAS SOBRE ESTA GUÍA

1. La capacitación Hablemos utiliza un “enfoque conversacional” basado en el trabajo del Centro Nacional de Educación en Salud Maternoinfantil (National Center for Education in Maternal Child Health, NCEMCH) y la colaboración del National Action Partnership to Promote Safe Sleep (NAPPSS). Este enfoque permite a las familias y cuidadores compartir las barreras o desafíos que enfrentan al implementar las recomendaciones de sueño seguro. El objetivo de este enfoque, basado en la Teoría del Comportamiento Planeado, es desarrollar un plan centrado en las necesidades, creencias y experiencias vividas de las familias, incorporando metas realistas.
2. La capacitación Hablemos se basa en las lecciones aprendidas de proyectos nacionales previos que promovieron un enfoque conversacional para fomentar la discusión de todas las recomendaciones de sueño seguro establecidas por la Academia Americana de Pediatría. Los recursos del kit de herramientas están diseñados para incentivar el uso de la Teoría Social Cognitiva y los modelos de Continuidad del Cuidado, involucrando

**Audiencia recomendada:** Facilitadores de Capacitación Comunitaria

### Requisitos previos recomendados:

Construyendo campañas a través de conversaciones

a los educadores comunitarios de sueño seguro para garantizar que los mensajes y el apoyo estén alineados dentro del círculo de apoyo de los padres. Hablemos también aborda temas clave adicionales como comportamientos normales del bebé, emergencias y condiciones de salud especiales que pueden influir en la adopción o el mantenimiento de prácticas de sueño seguro.

3. Esta capacitación apoya un cambio en el rol de los educadores comunitarios de sueño infantil seguro, pasando de ser “expertos o autoridades” a “socios” que ayudan a las familias a identificar y superar las barreras señaladas para adoptar las recomendaciones de sueño seguro.
4. Esta capacitación está recomendada para cualquier proveedor de apoyo que interactúe con familias sobre temas de sueño seguro y lactancia materna. El objetivo es alcanzar a la mayor cantidad posible de proveedores dentro del “círculo de apoyo” de las familias para que estas reciban mensajes consistentes (de múltiples fuentes y en varias ocasiones) y recursos que impacten colectivamente sus prácticas de sueño seguro.
5. La capacitación incluye información sobre tres estados o patrones comunes de comportamiento del bebé: alimentación, sueño y llanto. Proporcionar orientación anticipada y normalización de estos comportamientos infantiles debería comenzar idealmente en el período prenatal y continuar después del nacimiento. Esto ayuda a apoyar la lactancia materna exclusiva (una recomendación clave de sueño seguro) y la implementación de prácticas de sueño seguro.

Nombre de la capacitación:

# Hablemos - Sueño Infantil Seguro Capacitación Comunitaria

**Audiencia recomendada:** Facilitadores de Capacitación Comunitaria

**Requisitos previos recomendados:**

Construyendo campañas a través de conversaciones

Plan de capacitación	Evaluación	
<p><b>Sección 1: Introducción</b>  <b>Los participantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se presentarán e interactuarán con al menos otro participante completando la actividad de integración.</li> <li>Identificarán los objetivos y resultados de la capacitación.</li> <li>Reconocerán 3 ejemplos de cómo aprenden mejor los adultos y aumentarán su autoconfianza en el rol de “capacitor” para su comunidad.</li> </ul> <p><b>Temas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Desde el trabajo previo hasta el seguimiento</li> <li>Rompehielos (Hablemos - Juego de Memoria)</li> <li>Objetivos</li> <li>¿Qué vamos a aprender hoy?</li> <li>Educación para adultos</li> </ul> <p><b>Diapositivas:</b> 1-12  <b>Páginas de la guía de implementación:</b> 1-3; 16  <b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Cartas para el Juego de Memoria</li> <li>Prueba previa para participantes</li> <li>Manual para el Juego de Aprendizaje para Adultos</li> <li>Aplicación en Juego en Línea</li> </ul>	<p><b>Métodos</b></p> <p><b>Recolección de datos cualitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Discusión de los participantes y respuestas observadas o reportadas a los facilitadores.</li> <li>(Opcional) Reunión de retroalimentación entre facilitadores después de completar la capacitación.</li> </ul>	<p><b>Medición</b></p> <p>Porcentaje de participantes altamente comprometidos en la actividad de integración.</p> <p>Respuesta de los facilitadores en la reunión de retroalimentación relacionada con el nivel de compromiso en la actividad de integración y el juego de aprendizaje para adultos.</p>
	<p><b>Recolección de datos cuantitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Encuesta de participantes de la capacitación comunitaria una semana después.</li> <li>Participación de los participantes en el pre-test.</li> <li>(Opcional) Número de inicios de sesión/ usuarios en la aplicación de juego en línea.</li> </ul>	<p>Porcentaje de participantes que responden “totalmente de acuerdo” a las preguntas 10, 11, 14 y 15 de la encuesta de participación post-capacitación.</p> <p>Porcentaje de participantes que participan en el pre-test de la capacitación.</p> <p>(Opcional) Porcentaje de participantes que participan en el juego en línea.</p>

**El Círculo de Apoyo de Hablemos** es un sistema de personas, información y recursos relacionados con una persona. Puede incluir diversos tipos de organizaciones y puede cambiar dependiendo de las necesidades de la persona y los recursos disponibles en la comunidad.

Nombre de la capacitación:

# Hablemos - Sueño Infantil Seguro Capacitación Comunitaria

**Audiencia recomendada:** Facilitadores de Capacitación Comunitaria

**Requisitos previos recomendados:**

Construyendo campañas a través de conversaciones

Plan de capacitación	Evaluación	
<p><b>Sección 2: ¿Por qué es importante el sueño seguro?</b></p> <p><b>Los participantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificarán las principales causas de muertes relacionadas con el sueño en la población infantil de Texas, basándose en datos del 2020.</li> <li>Describirán la importancia de abordar las disparidades en las muertes infantiles relacionadas con el sueño en Texas.</li> <li>Reconocerán el enfoque Hablemos como una estrategia para mejorar las prácticas de sueño seguro entre padres y cuidadores.</li> </ul> <p><b>Temas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Definición del problema.</li> <li>¿Qué nos dicen los datos?</li> <li>Una nueva estrategia.</li> <li>Círculo de apoyo.</li> </ul> <p><b>Diapositivas:</b> 13-23</p> <p><b>Páginas de la guía de implementación:</b> 4-7</p> <p><b>Materiales:</b> No aplica.</p>	<p><b>Métodos</b></p> <p><b>Recolección de datos cualitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Discusión de los participantes y respuestas observadas o reportadas a los facilitadores.</li> <li>Actividad del Círculo de Apoyo.</li> </ul>	<p><b>Medición</b></p> <p>Porcentaje de participantes altamente comprometidos en la actividad <b>Hablemos - Círculo de Apoyo</b>.</p>
	<p><b>Recolección de datos cuantitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Encuesta de participantes de la capacitación comunitaria una semana después.</li> <li>Participación de los participantes en el pre-test.</li> </ul>	<p>Porcentaje de participantes que responden “totalmente de acuerdo” a las preguntas 8, 9, 10 y 13 de la encuesta de participación post-capacitación.</p> <p>Porcentaje de participantes que responden correctamente a las preguntas 1 y 2 del post-test.</p>

**El Círculo de Apoyo de Hablemos** es un sistema de personas, información y recursos relacionados con una persona. Puede incluir diversos tipos de organizaciones y puede cambiar dependiendo de las necesidades de la persona y los recursos disponibles en la comunidad.

Nombre de la capacitación:

# Hablemos - Sueño Infantil Seguro Capacitación Comunitaria

**Audiencia recomendada:** Facilitadores de Capacitación Comunitaria

**Requisitos previos recomendados:**

Construyendo campañas a través de conversaciones

Plan de capacitación	Evaluación	
<p><b>Sección 3: ¿Qué sabemos?</b></p> <p><b>Los participantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Clasificarán las prácticas de sueño seguro infantil como mito o realidad.</li> <li>• Describirán recomendaciones que apoyan las prácticas de sueño seguro infantil.</li> <li>• Describirán comportamientos normales de los bebés que pueden influir en la adopción de prácticas de sueño seguro por parte de padres y cuidadores.</li> </ul> <p><b>Temas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comportamientos del bebé.</li> <li>• Recomendaciones.</li> <li>• Mito vs. realidad.</li> </ul> <p><b>Diapositivas:</b> 24-67</p> <p><b>Páginas de la guía de implementación:</b> 15; 18-21</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplo de las guías de discusión Hablemos- Sueño Infantil Seguro.</li> </ul>	<b>Métodos</b>	<b>Medición</b>
	<p><b>Recolección de datos cualitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discusión de los participantes y respuestas observadas o reportadas a los facilitadores.</li> </ul>	<p>Porcentaje de participantes altamente comprometidos en la actividad de integración.</p> <p>Respuesta de los facilitadores en la reunión de retroalimentación relacionada con el nivel de compromiso en la actividad de integración y el juego de aprendizaje para adultos.</p>
	<p><b>Recolección de datos cuantitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta de participantes de la capacitación comunitaria una semana después.</li> <li>• Participación de los participantes en el pre-test.</li> </ul>	<p>Porcentaje de participantes que responden correctamente las preguntas 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 y 10 del pre-test y post-test.</p> <p>Porcentaje de participantes que responden “totalmente de acuerdo” a las preguntas 8 y 9 de la encuesta de participación post-capacitación.</p>

**El Círculo de Apoyo de Hablemos** es un sistema de personas, información y recursos relacionados con una persona. Puede incluir diversos tipos de organizaciones y puede cambiar dependiendo de las necesidades de la persona y los recursos disponibles en la comunidad.

Nombre de la capacitación:

# Hablemos - Sueño Infantil Seguro Capacitación Comunitaria

**Audiencia recomendada:** Facilitadores de Capacitación Comunitaria

**Requisitos previos recomendados:**

Construyendo campañas a través de conversaciones

Plan de capacitación	Evaluación	
<p><b>Sección 4: Ayudando a su comunidad</b>  <b>Los participantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describirán oportunidades para incorporar la autorreflexión en su trabajo con padres y cuidadores.</li> <li>• Identificarán barreras que afectan su apoyo a padres y cuidadores.</li> <li>• Reconocerán la importancia de desarrollar un plan con padres y cuidadores para respaldar prácticas de sueño seguro infantil.</li> <li>• Identificarán personas u organizaciones en el Círculo de Apoyo de su comunidad que puedan tener conversaciones o proporcionar recursos a padres y cuidadores.</li> </ul> <p><b>Temas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta de autorreflexión.</li> <li>• Superar barreras.</li> <li>• Incorporando el enfoque Hablemos</li> <li>• Recursos del kit de herramientas.</li> </ul> <p><b>Diapositivas:</b> 78-87  <b>Páginas de la guía de implementación:</b> 8-23  <b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta de autorreflexión.</li> <li>• Ejemplos de materiales de Hablemos- Sueño Infantil Seguro {Círculo de Apoyo, Infografía, El Tiempo Importa, Plan para padres y cuidadores, Recursos comunitarios}.</li> </ul>	<p><b>Métodos</b></p> <p><b>Recolección de datos cualitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discusión y respuestas de los participantes observadas o reportadas por los facilitadores.</li> </ul>	<p><b>Medición</b></p> <p>Porcentaje de participantes altamente involucrados en las discusiones sobre Auto-reflexión, Superar barreras, Ayudar a padres y cuidadores a planificar un sueño seguro para los bebés y Quiénes pueden tener conversaciones.</p>
	<p><b>Recolección de datos cuantitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta a los participantes de la capacitación comunitaria realizada una semana después.</li> </ul>	<p>Porcentaje de participantes que respondan “totalmente de acuerdo” en las preguntas 10, 11, 12 y 14 de la encuesta de participación posterior a la capacitación.</p>

**El Círculo de Apoyo de Hablemos** es un sistema de personas, información y recursos relacionados con una persona. Puede incluir diversos tipos de organizaciones y puede cambiar dependiendo de las necesidades de la persona y los recursos disponibles en la comunidad.

Nombre de la capacitación:

# Hablemos - Sueño Infantil Seguro Capacitación Comunitaria

**Audiencia recomendada:** Facilitadores de Capacitación Comunitaria

**Requisitos previos recomendados:**

Construyendo campañas a través de conversaciones

Plan de capacitación	Evaluación	
<p><b>Sección 4 (A): Practicando Nuestro Enfoque</b></p> <p><b>Objetivos de los participantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Modelar el enfoque Hablemos con un compañero.</li> <li>• Seleccionar dos materiales del kit de herramientas Hablemos- Sueño Infantil Seguro para usar en su práctica de conversación.</li> <li>• Discutir dos preocupaciones comunes que los padres o cuidadores pueden enfrentar al adoptar prácticas de sueño seguro para los bebés.</li> </ul> <p><b>Temas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso del kit de herramientas Hablemos- Sueño Infantil Seguro Modelando el enfoque</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego de memoria; Guion de ejemplo; Temporizador;</li> <li>• Los participantes también pueden seleccionar herramientas del kit de herramientas Hablemos- Sueño Infantil Seguro si están disponibles.</li> </ul>	<p><b>Métodos</b></p> <p><b>Recolección de datos cualitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discusión de los participantes y respuestas observadas o reportadas a los facilitadores.</li> </ul>	<p><b>Medición</b></p> <p>Porcentaje de participantes altamente comprometidos en la actividad de práctica de conversación Hablemos- Sueño Infantil Seguro y en la discusión.</p>
	<p><b>Recolección de datos cuantitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta de participantes de la capacitación comunitaria una semana después.</li> <li>• Participación de los participantes en el pre-test.</li> </ul>	<p>Porcentaje de participantes que respondan “totalmente de acuerdo” en las preguntas 11 y 15 de la encuesta de participación posterior a la capacitación.</p>

**El Círculo de Apoyo de Hablemos** es un sistema de personas, información y recursos relacionados con una persona. Puede incluir diversos tipos de organizaciones y puede cambiar dependiendo de las necesidades de la persona y los recursos disponibles en la comunidad.

Nombre de la capacitación:

# Hablemos - Sueño Infantil Seguro Capacitación Comunitaria

**Audiencia recomendada:** Facilitadores de Capacitación Comunitaria

**Requisitos previos recomendados:**

Construyendo campañas a través de conversaciones

Plan de capacitación	Evaluación	
<p><b>Sección 6: Entrenando a Su Comunidad</b></p> <p><b>Objetivos de los participantes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar dos herramientas desarrolladas para apoyar la implementación del enfoque <i>Hablemos</i>.</li> </ul> <p><b>Temas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Herramientas para planificar y medir su trabajo.</li> <li>Actividades de seguimiento.</li> </ul> <p><b>Diapositivas:</b> 91-96</p> <p><b>Páginas de la guía de implementación:</b> 25-27</p> <p><b>Materiales:</b> No aplica.</p>	<p><b>Métodos</b></p> <p><b>Recolección de datos cualitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Discusión de los participantes y respuestas a los facilitadores según lo observado o reportado.</li> </ul>	<p><b>Medición</b></p> <p>Porcentaje de participantes altamente comprometidos en la discusión sobre planificación, metas y apoyo.</p>

**El Círculo de Apoyo de Hablemos** es un sistema de personas, información y recursos relacionados con una persona. Puede incluir diversos tipos de organizaciones y puede cambiar dependiendo de las necesidades de la persona y los recursos disponibles en la comunidad.

Nombre de la capacitación:

# Hablemos - Sueño Infantil Seguro Capacitación Comunitaria

**Audiencia recomendada:** Facilitadores de Capacitación Comunitaria

**Requisitos previos recomendados:**

Construyendo campañas a través de conversaciones

Plan de capacitación	Evaluación	
<p><b>Sección 7: Cierre</b>  <b>Los participantes aprenderán a:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir e identificar recursos que apoyen la implementación de la capacitación Comunitario Hablemos – Sueño Infantil Seguro.</li> </ul> <p><b>Temas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Post-Test</li> <li>• Encuesta de Participación Post-Capacitación</li> <li>• Preguntas de Hablemos – Sueño Infantil Seguro</li> <li>• Recursos y Contactos</li> </ul> <p><b>Diapositivas:</b> 97-103</p> <p><b>Páginas de la guía de implementación:</b> 28-30</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta para participantes; post-test para participantes.</li> </ul>	Métodos	Medición
	<p><b>Recolección de datos cualitativos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discusión de los participantes y respuestas a los facilitadores según lo observado o reportado.</li> </ul>	<p>100 % de los participantes completando la Encuesta de Post-Test.</p> <p>Porcentaje de participantes que proporcionaron una respuesta a la actividad opcional de cierre “Lo que aprendí hoy”.</p>

**El Círculo de Apoyo de Hablemos** es un sistema de personas, información y recursos relacionados con una persona. Puede incluir diversos tipos de organizaciones y puede cambiar dependiendo de las necesidades de la persona y los recursos disponibles en la comunidad.