

Desarrollo Sexual y Conducta en los Niños



Información para Padres y Cuidadores

Usted escucha muchas risas y chillidos que vienen desde la habitación de su hija de cinco años mientras ella está jugando con algunos amiguitos.

Cuando usted abre la puerta para averiguar qué está pasando, encuentra a los niños sentados en el piso, sin ropa interior, y señalándose y tocándose mutuamente los genitales.

¿Qué hace usted?

Muchos padres alrededor del mundo se enfrentan a situaciones como esta cada día. El ser tomado de sorpresa cuando los niños empiezan a explorar sus cuerpos y muestran curiosidad sobre las partes del cuerpo y temas sexuales, es una de las realidades más incómodas en la labor de educar a nuestros hijos y puede generar una serie de preguntas preocupantes, como por ejemplo, “¿Es mi niño* normal? ¿Debo preocuparme? ¿Qué le debo decir?”

Aunque hablar con los niños respecto de los cambios corporales y asuntos sexuales pueda parecer extraño o vergonzoso, el proporcionarles información correcta y apropiada según su edad es una de las cosas más importantes que los padres pueden hacer para asegurarse de que los niños crezcan protegidos, saludables y seguros en sus cuerpos.

Principios Básicos Sobre el Desarrollo Sexual y el Comportamiento en Niños Pequeños

Al igual que todas las formas de desarrollo humano, el desarrollo sexual de su niño comienza desde el nacimiento. El desarrollo sexual no sólo incluye los cambios físicos que ocurren cuando los niños crecen, sino también los conocimientos sexuales, las creencias que van aprendiendo y los comportamientos que van demostrando. Todo comportamiento o conocimiento sexual en los niños está fuertemente influenciado por:

- La edad del niño¹⁻³
- Lo que el niño observa (incluyendo los comportamientos sexuales de familiares y amigos)⁴
- Lo que se le enseña al niño (incluyendo creencias culturales y religiosas acerca de la sexualidad y los límites en relación al cuerpo)

“Los jóvenes no despiertan el día que cumplen trece años y se transforman en seres sexuales de la noche a la mañana. Hasta los niños más pequeños en cierta manera son seres sexuales.”⁵

Dra. Heather Coleman, PhD & Grant Charles, PhD
University of Calgary, Alberta, Canada and
The University of British Columbia, Vancouver, B.C.

*Para simplificar la lectura de este documento se ha decidido utilizar la palabra niño (en masculino) para referirse tanto a niños como niñas.

Los niños muy pequeños y los preescolares (menores de cuatro años) son naturalmente poco recatados y pueden exhibir abiertamente – a veces de manera sorprendente – su curiosidad acerca del cuerpo y las funciones corporales de otras personas, como tocar los pechos de las mujeres o querer mirar a los adultos en el baño. Es también muy común que los niños quieran estar desnudos (aunque los demás no lo estén) y quieran mostrar o tocarse las partes privadas en público. Los niños tienen mucha curiosidad acerca de su cuerpo y puede que descubran rápidamente que el tocarse ciertas partes del cuerpo les produce una sensación agradable (para más información acerca de lo que los niños hacen típicamente a esta y otras edades, ver el **Tabla 1**).

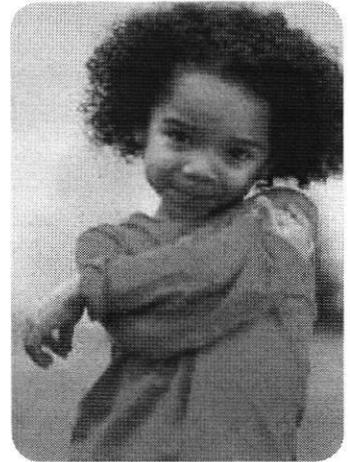
A medida que los niños crecen y se relacionan más con otros niños (aproximadamente entre los 4 y 6 años), empiezan a darse cuenta de las diferencias entre niños y niñas y se vuelven más sociables en su exploración. Además de explorar sus cuerpos mediante tocar o frotar sus partes privadas (masturbación), puede que empiecen a “jugar al doctor” y a imitar comportamientos de los adultos como besarse o tomarse de las manos. A medida en que los niños gradualmente se hacen más conscientes de las reglas sociales que regulan el comportamiento sexual y el lenguaje (como por ejemplo, la importancia del recato o de qué palabras se consideran “malas”), puede que intenten poner a prueba estas reglas al usar malas palabras. Es posible también que hagan más preguntas acerca de temas sexuales, como por ejemplo acerca de dónde vienen los niños y de por qué los niños y las niñas son diferentes físicamente. (Para mayor información ver la **Tabla 1**)

Tabla 1: Comportamientos Sexuales Comunes en la Infancia^{1,3,6}

<p>Niños Preescolares (menores de 4 años)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Explorar y tocarse las partes privadas, en público y en privado. ■ Frotarse las partes privadas (con la mano o contra objetos) ■ Mostrar las partes privadas a otras personas ■ Tratar de tocar los pechos de la madre u otras mujeres ■ Quitarse la ropa y querer estar desnudo ■ Tratar de mirar cuando otras personas están desnudas o desvestiéndose (por ejemplo cuando están en el baño) ■ Hacer preguntas acerca de su cuerpo (y el cuerpo de otras personas) y las funciones corporales ■ Hablar con otros niños de la misma edad acerca de funciones corporales como “popó” y “pipí”.
<p>Niños Pequeños (aproximadamente entre 4 y 6 años)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Tocarse las partes privadas a propósito (masturbación), ocasionalmente en la presencia de otros ■ Tratar de mirar a otras personas cuando están desnudas o desvestiéndose ■ Imitar comportamientos de pareja (como besarse o tomarse de las manos) ■ Hablar de las partes privadas y utilizar “malas” palabras, aunque no comprendan su significado ■ Explorar las partes privadas con otros niños de la misma edad (por ejemplo “jugar al doctor”, “te enseñe el mío si me enseñas el tuyo”, etc.)
<p>Niños en Edad Escolar (aproximadamente 7-12 años)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Tocarse las partes privadas a propósito (masturbación), usualmente en privado ■ Jugar con niños de la misma edad a juegos que involucran comportamiento sexual (como “verdad o consecuencia”, “jugar a la familia”, o al “novio/novia”) ■ Tratar de mirar a otras personas cuando están desnudas o desvestiéndose ■ Mirar fotos de personas desnudas o semidesnudas ■ Ver/escuchar material de contenido sexual a través de los medios de comunicación (televisión, películas, juegos, Internet, música, etc.) ■ Querer más privacidad (por ejemplo rehusar a desvestirse delante de otras personas) y resistirse a hablar con los adultos acerca de temas sexuales ■ Empezar a sentir atracción sexual e interés hacia otros niños o niñas de su edad.



Una vez que los niños ingresan en la escuela primaria (aproximadamente a los 7 -12 años), su consciencia de las reglas sociales aumenta; se vuelven más recatados y quieren más privacidad, particularmente alrededor de los adultos. Aunque el tocarse (masturbación) y el juego sexual continúan, los niños de esta edad generalmente ocultan estas actividades de los adultos. La curiosidad acerca del comportamiento sexual adulto aumenta -particularmente con la aproximación de la pubertad- y los niños pueden empezar a buscar contenido sexual en la televisión, películas y revistas o libros. Es común que cuenten bromas o historias "sucias" (de contenido sexual). Además, es común que los niños que se acercan a la pubertad empiecen a demostrar interés sexual y romántico en niños o niñas de su edad (Para más información ver **Tabla 1**)



Aunque los padres se preocupan a menudo cuando un niño muestra comportamientos sexuales como el tocar las partes privadas de otro niño, estos comportamientos pueden ser comunes durante el desarrollo de los niños. Casi todos los juegos sexuales son una expresión de la curiosidad natural de los niños y no debe ser una causa de preocupación o alarma. En general, la exploración y juego sexual "típica" de la niñez puede:

- Ocurrir entre niños que por lo regular juegan juntos y que se conocen bien
- Ocurrir entre niños de la misma edad y tamaño
- Ser espontáneo y no planificado
- No ocurrir con frecuencia
- Ser voluntario (los niños accedieron al comportamiento, ninguno de los niños involucrados parece sentirse incómodo o perturbado)
- Ser fácil de re-dirigir cuando los padres les piden a los niños que paren el comportamiento y les explican las reglas de privacidad.

Algunos comportamientos sexuales infantiles indican más que simple curiosidad, y se consideran problemas del comportamiento sexual. Los problemas de comportamiento sexual pueden poner en riesgo la seguridad y bienestar de su niño y de otros niños. (Para mayor información sobre este tema, consulte la hoja de información de la Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil titulada: **"Cómo entender y manejar los problemas de comportamiento sexual en los niños"**)

Los problemas del comportamiento sexual incluyen todo acto que:

- Está claramente más allá del nivel de desarrollo del niño (por ejemplo, un niño de tres años que trata de besar los genitales de un adulto)
- Incluye amenazas, forcejeo o agresión
- Incluye a niños con una gran variedad de edades o habilidades (por ejemplo: un niño de doce años "jugando al doctor" con un niño de cuatro).
- Produce fuertes reacciones emocionales en el niño, tal como rabia (coraje, ira) o ansiedad.



Cómo Responder a los Comportamientos Sexuales en los Niños

Situaciones como la descrita al comienzo de este folleto pueden ser inquietantes para los padres. Sin embargo, estas situaciones pueden también ofrecer excelentes oportunidades para evaluar que tanto entienden los niños de temas sexuales y para darles información importante acerca del sexo.

El primer paso es tratar de entender qué pasó realmente. Para esto, es importante que mantenga la calma. Estar calmado le permitirá a usted tomar decisiones claras respecto a qué decir o hacer antes de reaccionar con emociones intensas.



Para mantener la calma, trate de respirar larga y profundamente, cuente hasta diez o incluso, cierre la puerta y antes de decir nada, aléjese por unos minutos. En el caso descrito arriba, el padre o madre puede decirles calmadamente a los niños que es hora de vestirse y pedirle cada niño que vaya a una habitación diferente en la casa. Después de tomarse unos breves momentos para organizar sus pensamientos- y consultar con el/la esposo(a) o pareja si se está sintiendo muy agitado(a)- el padre o la madre puede entonces hablar individualmente con cada niño.

Al hablar con los niños acerca de temas sexuales es importante mantener un tono de voz tranquilo y constante y en lo posible hacer preguntas abiertas, que le puedan ayudar a su hijo a tener la confianza para conversar con usted sobre este tema. Así los niños podrán contarle lo que pasó, con sus propias palabras, en lugar de contestar solamente sí o no. En este caso, el padre o la madre podrían preguntar a cada niño:

- ¿Qué estabas haciendo?
- ¿De dónde sacaste la idea?
- ¿Cómo aprendiste esto?
- ¿Cómo te sentiste al hacerlo?

En la situación citada al comienzo de este folleto todos los niños involucrados tenían la misma edad, habían sido compañeros de juego por algún tiempo, y parecían estar disfrutando del juego. Entonces es probable que estos niños solo hayan tenido curiosidad, estaban jugando y ninguno estaba afectado o sintiéndose mal por lo que pasó. Si usted encuentra una situación donde los niños se sienten un poquito avergonzados, pero no perturbados o afectados de otra manera, esta puede ser una oportunidad ideal para hablar con ellos acerca de límites saludables y reglas sobre el comportamiento sexual.

Mito: El hablar de sexo con mis hijos tan solo los animará a que se vuelvan activos sexualmente.

Realidad: En una encuesta reciente de adolescentes norteamericanos, 9 de 10 reportaron que sería más fácil para ellos el demorar tener actividad sexual y prevenir embarazos no deseados si ellos pudieran tener "conversaciones más abiertas y honestas" con sus padres sobre estos temas.⁷ Cuando usted conversa honestamente con sus hijos acerca de temas sexuales, usted puede darles el conocimiento y las habilidades necesarias para poder mantenerse seguros y tomar buenas decisiones acerca de relaciones interpersonales e intimidad.

Educando a los Niños Sobre Temas Sexuales

El hecho de que un comportamiento sea típico no significa que deba ser ignorado. A menudo, cuando los niños participan en comportamientos sexuales, esto indica que necesitan aprender algo. Enséñele al niño lo que necesita saber considerando la situación en particular. En este caso, por ejemplo, el padre o la madre pueden enseñarles a los niños que está bien el tener curiosidad acerca del cuerpo de otras personas, pero que las partes privadas deben mantenerse privadas, aun con los amigos.

Pese a que los niños generalmente responden bien cuando los padres se dan el tiempo para darles información correcta y contestar sus preguntas, es importante proporcionarles información apropiada para su edad y nivel de desarrollo. En la **Tabla 2**, usted encontrará una descripción general de la información y mensajes más importantes para mantener seguros a los niños de diferentes edades. Tenga en cuenta que usted no necesita bombardear al niño con toda la información al mismo tiempo. Deje que la situación – y las preguntas de los niños- guíen las lecciones que usted va a compartir. Lo importante es que los niños sepan que usted está listo para escuchar y responder a cualquier pregunta que ellos puedan tener.

Frecuentemente, los niños obtienen la mayor parte de su educación sexual de otros niños y de los medios de comunicación tales como programas de televisión, canciones, películas y video juegos. Esta información a menudo no solamente es incorrecta sino que puede tener muy poca relación con los valores que los padres quieren transmitir a sus hijos. A veces, durante el "horario familiar" de la televisión se presentan actividades sexuales adultas explícitas en los programas de televisión, los anuncios publicitarios y en las caricaturas o canales de televisión para niños. Y éstos pueden influenciar el comportamiento de los niños.

Una parte importante de enseñar a los niños acerca de temas sexuales, es el controlar que no estén tan expuestos a los medios de comunicación y ofrecerles alternativas apropiadas. Infórmese sobre el sistema de censura de videojuegos, películas y programas de televisión y utilice los programas de control parental disponibles a través de muchos de los proveedores de Internet, cable y televisión.



Sin embargo, no asuma que todo está resuelto tan sólo con activar esos controles. Es muy importante que usted esté atento de lo que sus niños están viendo en la televisión e Internet, y dese el tiempo para ver la televisión e internet con ellos. Cuando sea apropiado, usted puede usar esta oportunidad para hablar de temas sexuales o de relaciones íntimas, y ayudar a que sus hijos desarrollen las habilidades necesarias para poder tomar decisiones saludables acerca de sus relaciones emocionales y comportamiento sexual.

Tabla 2: Qué y Cuando Enseñar

Niños preescolares (menores de 4 años)

Información Básica

- Los niños y las niñas son diferentes
- Nombres correctos para las partes del cuerpo de los niños y niñas.
- Los bebés vienen de las mamás
- Reglas acerca de los límites personales (por ejemplo el mantener las partes privadas cubiertas, no tocar las partes privadas de otros niños)
- Dar respuestas simples a todas las preguntas acerca del cuerpo y las funciones corporales



Información Para Mantener La Seguridad

- La diferencia entre caricias "apropiadas/ que están bien" (caricias que son reconfortantes, agradables y bienvenidas) y caricias "no apropiadas/ que no están bien" (que son invasivas, incómodas, no deseadas, o dolorosas)
- Tu cuerpo es tuyo, te pertenece
- Todos tenemos derecho a decir que "no" a ser tocados o acariciados, aun por los adultos
- Nadie: niño o adulto, tiene derecho a tocar tus partes privadas
- Está bien decir que "no" cuando los adultos te piden que hagas cosas que están mal, como tocarte las partes privadas o guardar secretos de mamá o papá.
- Existe diferencia entre una "sorpresa"-que es algo que será revelado pronto, como un regalo- y un "secreto", que es algo que supuestamente nunca debes decir. Enfátice que nunca está bien el mantener secretos de mamá y papá
- A qué personas puedes contarles si alguien te hizo algo que "no es apropiado/no está bien" o te pidieron hicieras algo que no está bien.

Niños Pequeños (aproximadamente entre 4-6 años)

Información Básica

- Los cuerpos de los niños y niñas cambian cuando pasan los años
- Explicaciones simples acerca de cómo crecen los bebés dentro del vientre de las madres y acerca del proceso de nacimiento
- Reglas acerca de los límites personales (como, el mantener las partes privadas cubiertas, no tocar las partes privadas de otros niños)
- Dar respuestas simples a todas las preguntas acerca del cuerpo y las funciones corporales
- Puede que sientas una sensación agradable cuando te tocas las partes privadas pero es algo que debes hacer en privado.

Información Para Mantener La Seguridad

- Abuso sexual es cuando alguien te toca en las partes privadas o te pide que lo toques en sus partes privadas
- Es abuso sexual aunque se trate de alguien que tú conoces.
- El abuso sexual NUNCA es culpa del niño.
- Si una persona desconocida trata de que te vayas con él o ella, corre y cuéntale lo que pasó a uno de tus padres, a tu maestro, vecino, a un oficial de policía, o a otro persona adulta en quien confíes
- A qué personas puedes contarles si alguien te hizo algo que "no es apropiado/no está bien" o alguien te pidió que se lo hicieras a él o a ella.

Niños en Edad Escolar (Aproximadamente entre 7-12 años)

Información Básica

- Qué esperar y cómo enfrentarse a los cambios de la pubertad (incluyendo la menstruación y los sueños mojados)
- Información básica sobre la reproducción, el embarazo y el parto
- Riesgos asociados con la actividad sexual (embarazo, enfermedades transmitidas sexualmente)
- Información básica sobre métodos anticonceptivos
- La masturbación es común y no está asociada con problemas a largo plazo pero debe hacerse en privado.

Información Para Mantener La Seguridad

- El abuso sexual puede o no puede incluir tocamientos (caricias, manoseo, etc.)
- Cómo mantener la seguridad y los límites personales al chatear con o conocer a personas por internet
- Cómo reconocer y evitar riesgos en situaciones sociales
- Reglas cuando tienen novia o novio o cuando salen en citas.

Si usted no está seguro de cómo hablar con su niño de temas sexuales, no tenga temor de informarse y hacer un poco de investigación. Además de hablar con su pediatra o doctor, usted puede encontrar recursos en Internet, como el Consejo de Información y Educación de la Sexualidad de los Estados Unidos (Sexuality Information and Education Council of the United States) (SIECUS), el sitio de red de Las Familias Están Hablando (Families Are Talking) (listadas abajo). Existen también muchos libros excelentes acerca de cómo conversar con los niños acerca de temas sexuales, además de libros que usted y su niño pueden leer juntos. (Para una lista parcial ver la **Tabla 3**)

Tabla 3: Recursos Adicionales en Inglés que le pueden ayudar a comunicarse con su niño acerca de temas sexuales.

Los recursos descritos a continuación son en inglés. Si necesita materiales en español, por favor comuníquese con nosotros enviándonos un correo electrónico a: info@nctsn.org

Para Usted

Libros en Inglés

Haffner, Debra W. (2008). *From diapers to dating: A parent's guide to raising sexually healthy children- from infancy to middle school, 2nd edition*. New York: Newmarket Press.

La autora Debra Haffner provee consejos y guías prácticas para ayudarle a hablar con niños y adolescentes acerca de la sexualidad. Incluye estrategias para que usted examine sus propios valores sexuales de manera que usted pueda compartir estos mensajes con sus hijos.

Hickling, Meg. (2005). *The new speaking of sex: What your children need to know and when they need to know it*. Kelowna, BC, Canada: Wood Lake Publishing, Inc.

Esta actualización del bestselling *More Speaking of Sex* está llena de información práctica, precisa, y ligeramente graciosa acerca de la sexualidad y la salud sexual. La autora Meg Hickling disipa ideas erróneas y creencias no saludables acerca del sexo, provee guías de cómo hablar con niños en diferentes etapas del desarrollo, y ofrece ejemplos de cómo responder preguntas difíciles.

Roffman, Deborah M. (2002). *But how'd I get in there in the first place? Talking to your young child about sex*. New York: Perseus Publishing.

La educadora sobre sexualidad y vida en familia Deborah Roffman provee guías claras y sensibles acerca de cómo hablar con confianza con los niños pequeños acerca de temas sexuales, incluyendo cómo responder a preguntas acerca de la sexualidad, el embarazo y el nacimiento.

Roffman, Deborah M. (2001). *Sex and sensibility: The thinking parent's guide to talking sense about sex*. New York: Perseus Publishing.

Este libro está diseñado para inspirar una comunicación honesta entre padres e hijos acerca de la sexualidad. Se focaliza en las destrezas fundamentales que los padres necesitan para responder e interpretar prácticamente cualquier pregunta o situación, con el objetivo de empoderar a los niños a través del conocimiento.

Recursos En Internet en inglés

El Committee for Children ofrece sugerencias de cómo enseñar a los niños acerca del contacto físico/caricias/tocar seguro (<http://www.cfchildren.org/issues/abuse/touchsaferules/>) como también información sobre cómo hablar con su niño acerca de temas de abuso sexual (<http://www.cfchildren.org/issues/abuse/touchsafety/>).

El sitio de red Sexuality Information and Education Council of the United States (SIECUS) Families Are Talking websites contiene una gran cantidad de información y recursos para ayudarlo a hablar con los niños acerca de sexualidad y temas relacionados con esta (<http://www.familiesaretalking.org> and <http://www.lafamiliahabla.org>).

Para Sus Niños

Libros en Inglés

Bell, Ruth. (1998). *Changing bodies, changing lives: Expanded 3rd edition: A book for teens on sex and relationships*. New York: TimesBooks.

Para niños de 9 años y mayores. Diseñado para ayudar a que la gente joven pueda tomar decisiones informadas acerca de su vida. *Changing bodies, changing lives* provee respuestas a preguntas difíciles acerca de cómo el cuerpo funciona, acerca del sexo, amor y las relaciones. Está lleno de ilustraciones, listas y recursos. Como también de historias, poemas y caricaturas de cientos de adolescentes.

Brown, Laurie Krasny. (2000). *What's the big secret? Talking about sex with girls and boys*. New York: Little, Brown Books for Young Readers.

Para niños entre 4-8 años. Este colorido y entretenido libro utiliza ilustraciones, caricaturas, y un texto muy simple para explicar los principios básicos de anatomía, reproducción, embarazo, y nacimiento. Discute también el tema de la privacidad y las caricias/el tocar.

Hansen, Diane. (2007). *Those are MY private parts*. Redondo Beach, CA: Empowerment Productions.

Para niños de 4 a 8 años. Este libro corto y de fácil lectura utiliza ilustraciones coloridas y rimas divertidas para enseñar a los niños que nadie -familiar, amigo, vecino- tiene derecho a tocarlos de manera que os haga sentir incómodos.



Para Sus Niños (continuado)

Libros en Inglés

Harris, Robie H. (2006) *It's NOT the stork: Un libro acerca de niños, niñas, cuerpos, familias y amigos*. Somerville, MA: Candlewick Press.

Para niños de 4 años y mayores: Este libro entretenido y cautivador usa dos personajes de historieta -un pájaro curioso y una abeja escrupulosa- para dar voz a las muchas emociones y reacciones que los niños experimentan mientras aprenden acerca de sus cuerpos. La información proporcionada es actualizada, apropiada para la edad, y científicamente correcta. Está diseñada para ayudar a que los niños se sientan orgullosos, bien informados, y cómodos con sus cuerpos y con cómo nacieron.

Harris, Robie H. (2004) *It's perfectly normal: Changing bodies, growing up, sex, and sexual health*. Somerville, MA: Candlewick Press.

Para niños de 10 años y mayores. Proporciona respuestas precisas y objetivas a casi cualquier pregunta imaginable, desde la concepción y pubertad, hasta los métodos anticonceptivos y el SIDA. *It's perfectly normal* provee a la gente joven con la información que necesitan para poder tomar decisiones informadas y permanecer saludables.

Harris, Robie H. (2004) *It's so amazing!: A book about eggs, sperm, birth, babies, and families*. Somerville, MA: Candlewick Press.

Para niños de 4 años y mayores. *It's so amazing!* Provee respuestas a las preguntas de los niños acerca de la reproducción, el sexo, y la sexualidad. Las ilustraciones en estilo de historieta y el texto vívido y claro reflejan los intereses típicos de los niños en la escuela elemental acerca de ciencias y de cómo los objetos funcionan. A lo largo del libro un pájaro curioso y una abeja escrupulosa ayudan a contar la historia de cómo se hace un bebé - desde el momento en el que el óvulo y espermatozoide se juntan, hasta el embarazo y parto. *It's so amazing!* también aborda temas sobre el amor, sexo, género, familias, heterosexualidad, homosexualidad, abuso sexual, VIH y SIDA. Provee información tranquilizante y apropiada para la edad mientras ofrece a los niños una comprensión saludable acerca de sus cuerpos.

Madaras, Lynda. (2007). *The "What's happening to my body?" book for girls, revised 3rd edition*. New York: Newmarket Press.

Para niños de 10 años y mayores. Estos libros—parte de la aclamada serie de libros "*What's Happening To My Body?*" por la misma autora, provee información sensible y directa acerca de los cuerpos en proceso de cambio en los niños, nutrición y ejercicio, sentimientos románticos y sexuales, la pubertad y el sexo opuesto. Incluyen además información acerca de temas difíciles como desórdenes de alimentación, enfermedades transmitidas sexualmente, uso de esteroides, y métodos anticonceptivos.

Mayle, Peter. (2000). *"What's happening to me?" An illustrated guide to puberty*. New York: Kensington Publishing.

For ages 9–12. Por más de 20 años "*What's happening to me?*" ha ayudado a los jóvenes -y a sus padres- a navegar el período entre la infancia y la adolescencia.

Mayle, Peter. (2000). *Where did I come from? The facts of life without any nonsense and with illustrations*. New York: Kensington Publishing.

Para niños de 4 años y mayores. Dedicated to "red-faced parents everywhere," *Where did I come from?* Cubre la información básica de la sexualidad desde la fisiología de hacer el amor, el orgasmo, la concepción, el crecimiento del bebé en el útero, y el parto. Las ilustraciones son claras y realistas, y el texto da explicaciones excelentes de manera apropiada para la edad.

Schaefer, Valorie. (1998) *The care & keeping of you: The body book for girls*. Middleton, WI: Pleasant Company Publications.

Para niñas de 7-12 años: Esta guía de "pies a cabeza" aborda la variedad de cambios que ocurren durante la pubertad, y responde a muchas de las preguntas que las niñas tienen, desde arreglarse y cuidarse el pelo (cabello) hasta nutrición sana, mal aliento a brassieres (sostenes), períodos (menstruaciones) a espinillas, y todo lo que pasa en el intermedio.

Los padres juegan un papel fundamental en ayudar a sus hijos a desarrollar actitudes y comportamientos sanos hacia la sexualidad. Aunque el hablar de sexo con sus niños pueda ser algo que lo haga sentir incómodo, existen muchos recursos disponibles para ayudarlo a comenzar y continuar conversaciones sobre sexualidad con ellos. En la medida que los niños progresan a través de las etapas de la infancia es crucial el proveer supervisión cercana, al igual que mensajes claros y positivos acerca del recato y los límites. Usted puede fomentar el desarrollo y crecimiento saludable de sus niños al hablar abiertamente con ellos acerca de las relaciones, la intimidad, y la sexualidad.



Referencias

1. Friedrich, W. N., Fisher, J., Broughton, D., Houston, M., & Shafran, C. R. (1998). Normative sexual behavior in children: a contemporary sample. *Pediatrics*, 101 (4), E9.
2. Hornor, G. (2004). Sexual behavior in children: normal or not? *Journal of Pediatric Health Care*, 18 (2), 57-64.
3. Hagan, J. F., Shaw, J. S., & Duncan, P. (Eds.). (2008). Theme 8: Promoting healthy sexual development and sexuality. In *Bright futures: Guidelines for health supervision of infants, children, and adolescents (3rd ed.)* (pp. 169-176). Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.
4. Friedrich, W. N., Grambsch, P., Broughton, D., Kuiper, J., & Beilke, R. L. (1991). Normative sexual behavior in children. *Pediatrics*, 88 (3), 456-464.
5. Coleman, H., & Charles, G. (2001). Adolescent sexuality: A matter of condom sense. *Journal of Child and Youth Care*, 14 (4), 17-18.
6. American Academy of Pediatrics (2005). *Sexual Behaviors in Children*. Elk Grove, IL: American Academy of Pediatrics. Retrieved February 15, 2009 from <http://www.aap.org/pubserv/PSVpreview/pages/behaviorchart.html>
7. Albert, B. (2004). *With one voice: America's adults and teens sound off about teen pregnancy*. Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. Retrieved March 1, 2009, from http://www.thenationalcampaign.org/resources/pdf/pubs/WOV_2004.pdf
8. National Guidelines Task Force. (2004). *Guidelines for comprehensive sexuality education: Kindergarten-12th grade, 3rd edition*. New York, NY: Sexuality Information and Education Council of the United States. Retrieved March 1, 2009, from http://www.siecus.org/_data/global/images/guidelines.pdf

Este producto fue desarrollado por el Comité del Abuso Sexual Infantil, así como la traducción y adaptación del material al español estuvo a cargo del Comité de Revisión de Traducciones (Translations Review Committee) que es parte del consorcio cultural (Culture Consortium). Ambos comités y el consorcio forman parte de la Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil (NCTSN; National Child Traumatic Stress Network). La Red está formada por profesionales en las áreas legal, de salud, de salud mental y de medicina, que son expertos en el campo del abuso sexual infantil.

Este proyecto fue patrocinado por la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA; Substance Abuse and Mental Health Services Administration) y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU (HHS: US Department of Health and Human Services). Los puntos de vista, opiniones y contenido son los de los autores y no necesariamente reflejan los de SAMHSA o HHS.

Nombre: _____

Fecha: _____

2 Horas de Entrenamiento

Desarrollo Sexual y Comportamiento en Niños

1. Nombra los tres determinantes o influencias en como niños desarrolla conocimiento sexual y comportamiento.
 - a.
 - b.
 - c.

2. Nombra un comportamiento sexual común para los siguientes niños:
 - a. Nino preescolar (menos de 4 años)-
 - b. Nino joven (4 a 6 años)-
 - c. Nino de edad escolar (7 a 12 años)-

3. Enlista tres criterios de porque el juego "típico" sexual de niñez y exploración no es una causa para preocupación o alarma:
 - a.
 - b.
 - c.

4. Cuando respondiendo a un niño de en cuanto el típico comportamiento sexual, ¿cuáles son las tres preguntas de final abierto que se puede preguntar?
 - a.
 - b.
 - c.

5. ¿Por qué es el mito de hablar con niños de sexo puede causar que ellos se hacen activos sexualmente?

Nombre: _____

Fecha: _____

2 Horas de Entrenamiento

6. ¿De dónde los niños consiguen la mayoría de su educación de sexo? Y, porque es lo mas importante que los niños reciban esta información de padres y/o de cuidadores?

7. ¿Nombra dos puntos importantes de información de seguridad que un debería compartir con un niño de edad preescolar?

8. ¿Para un niño joven, cuales son dos ejemplos de información básica para compartir?
 - a.

 - b.

9. Para niños de edad escolar, cuales son los limites de seguridad que se tiene que discutir?

Nombre: _____

Fecha: _____

2 Horas de Entrenamiento

Desarrollo Sexual y Comportamiento en Niños

1. Nombra los tres determinantes o influencias en como niños desarrolla conocimiento sexual y comportamiento.
 - a.
 - b.
 - c.

2. Nombra un comportamiento sexual común para los siguientes niños:
 - a. Nino preescolar (menos de 4 años)-
 - b. Nino joven (4 a 6 años)-
 - c. Nino de edad escolar (7 a 12 años)-

3. Enlista tres criterios de porque el juego "típico" sexual de niñez y exploración no es una causa para preocupación o alarma:
 - a.
 - b.
 - c.

4. Cuando respondiendo a un niño de en cuanto el típico comportamiento sexual, ¿cuáles son las tres preguntas de final abierto que se puede preguntar?
 - a.
 - b.
 - c.

5. ¿Por qué es el mito de hablar con niños de sexo puede causar que ellos se hacen activos sexualmente?

Nombre: _____

Fecha: _____

2 Horas de Entrenamiento

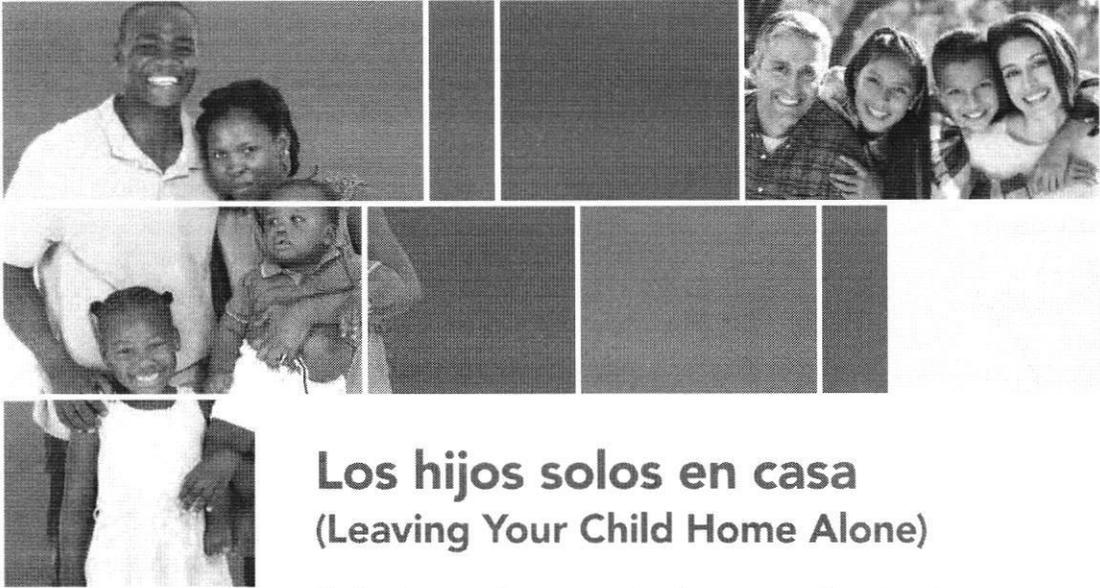
6. ¿De dónde los niños consiguen la mayoría de su educación de sexo? Y, porque es lo mas importante que los niños reciban esta información de padres y/o de cuidadores?

7. ¿Nombra dos puntos importantes de información de seguridad que un debería compartir con un niño de edad preescolar?

8. ¿Para un niño joven, cuales son dos ejemplos de información básica para compartir?
 - a.

 - b.

9. Para niños de edad escolar, cuales son los limites de seguridad que se tiene que discutir?



**HOJA INFORMATIVA
PARA LAS FAMILIAS**

Junio de 2019

Available in English
<https://www.childwelfare.gov/pubs/factsheets/homealone/>

Los hijos solos en casa (Leaving Your Child Home Alone)

Todos los padres eventualmente enfrentan la decisión de dejar a su hijo solo en casa por primera vez. Ya sea que solo corran a la tienda por unos minutos o trabajen durante el horario extraescolar, los padres deben asegurarse de que su hijo tenga las habilidades y la madurez para manejar la situación de manera segura. Sentir la confianza de sus padres cuando lo dejan solo en casa puede ser una experiencia positiva para un niño maduro y bien preparado. También puede aumentar la confianza del niño en sí mismo y promover su independencia y responsabilidad. Sin embargo, los niños enfrentan riesgos reales cuando se les deja sin supervisión. Esos riesgos deben ser considerados, así como el nivel de comodidad del niño y su capacidad para enfrentar los desafíos. Esta hoja informativa ofrece algunos consejos para ayudar a los padres y proveedores de cuidado a tomar esta importante decisión.

SECCIONES INCLUIDAS:

Qué tomar en consideración antes de dejar a su hijo solo en casa

Consejos para los padres

Recursos

Qué tomar en consideración antes de dejar a su hijo solo en casa

Cuando este decidiendo si dejar a un niño solo en casa, tendrá que considerar el bienestar físico, mental, de desarrollo y emocional de su hijo; su voluntad de quedarse solo en casa; y las leyes y políticas en su Estado con respecto a este tema. Hay muchos recursos que puede consultar para orientación. (Vea el final de esta hoja informativa para algunos de ellos). Estos recursos generalmente abordan las siguientes consideraciones.

Dependiendo de las leyes y las políticas de protección de menores en su área, dejar a un niño joven sin supervisión puede considerarse negligencia, especialmente si hacerlo pone al niño en peligro.

Si le preocupa dejar a su hijo solo en casa y que se lo perciba como abuso y negligencia, consulte *Definitions of Child Abuse and Neglect* [Definiciones de abuso y negligencia de menores] en <https://www.childwelfare.gov/topics/systemwide/laws-policies/statutes/define> (en inglés). Si le preocupa un niño que parece ser descuidado o supervisado inadecuadamente, comuníquese con la agencia local de servicios de protección de menores (a veces conocido en inglés por las siglas "CPS"). Si necesita ayuda para comunicarse con su agencia local de CPS, llame a la línea directa nacional de Childhelp® National Child Abuse Hotline al 800.4.A.CHILD (800.422.4453). (Hay intérpretes disponibles si necesita ayuda con el idioma). Encuentre más información en su sitio web: <http://www.childhelp.org/> (en inglés)

Algunos padres buscan ayuda en la ley para decidir cuándo es apropiado dejar a un niño solo en casa. Solo tres Estados actualmente tienen leyes con respecto a la edad mínima para dejar a un niño solo en casa: Illinois, 14 años; Maryland, 8 años; y Oregón, 10 años.

Las leyes de protección de menores de muchos Estados clasifican "la falta de supervisión adecuada de un niño" como negligencia de menores, pero la mayoría de estos Estados no dan ningún detalle sobre lo que se considera "supervisión adecuada". En algunos Estados, dejar a un niño sin supervisión a una edad inadecuada o en circunstancias inapropiadas puede considerarse negligencia después de considerar factores que pueden poner al niño en riesgo de daño, como la edad, la capacidad mental y la condición física del niño; la duración de la ausencia de los padres; y el ambiente del hogar.

En cambio, muchos Estados ofrecen pautas no obligatorias para los padres que pueden ayudarlos a determinar cuándo es apropiado dejar a su hijo solo en casa. Para obtener información sobre las leyes y pautas en su Estado, comuníquese con su agencia local de CPS. Child Welfare Information Gateway tiene una lista de organizaciones relacionadas que incluye información de contacto para las agencias de bienestar de menores locales y de condado, disponible en https://www.childwelfare.gov/organizations/?CWIGFunctionsaction=rols:main.dspList&rolType=Custom&RS_ID=56&rList=ROL (en inglés).

Edad y madurez

No hay un consenso universal sobre la edad en la cual un niño puede quedarse solo en casa de forma segura. Los niños maduran a ritmos diferentes, por lo cual no debe basar su decisión solo en la edad.

Es posible que quiera evaluar la madurez de su hijo y cómo ha demostrado un comportamiento responsable en el pasado. Las siguientes preguntas pueden ayudar:

- ¿Es su hijo física y mentalmente capaz de cuidarse a sí mismo?
- ¿Su hijo obedece las reglas y toma buenas decisiones?
- ¿Cómo responde su hijo a situaciones desconocidas o estresantes?
- ¿Su hijo se siente cómodo o temeroso de estar solo en casa?

Para los niños con discapacidades de desarrollo o intelectuales que no pueden quedarse solos en casa, los padres pueden organizar opciones supervisadas que apoyan la independencia mientras mantienen la seguridad y el bienestar.

Circunstancias

Cuándo y cómo se deja a un niño solo en casa puede marcar la diferencia en su seguridad y éxito. Puede considerar las siguientes preguntas:

- ¿Por cuánto tiempo dejará a su hijo solo en casa? ¿Será durante el día, la tarde o la noche? ¿El niño necesitará preparar una comida? Si es así, ¿hay alimentos que pueda prepararse sin usar una estufa para minimizar el riesgo de incendios o quemaduras?
- ¿Con qué frecuencia se espera que el niño cuide de sí mismo?
- ¿Cuántos niños se dejarán solos en casa? Los niños que parecen estar listos para quedarse solos en casa pueden no estar necesariamente preparados para cuidar a sus hermanos menores.
- ¿Es su hogar seguro y libre de peligros? Los peligros pueden incluir alarmas de humo que no funcionan; productos químicos de limpieza, armas de fuego y medicamentos almacenados incorrectamente; muebles altos no fijos, piscinas destapadas, gabinetes de alcohol abiertos, etc.

- ¿Qué tan seguro es su vecindario? ¿Existe una alta incidencia de delitos?
- ¿Su hijo sabe cómo cerrar o asegurar las puertas? ¿Tiene su hijo una llave de su casa o un plan si se queda afuera de casa sin llave?
- ¿Su hijo sabe qué hacer si un visitante llega a la puerta?
- ¿Hay otros adultos cerca de la casa (por ejemplo, un amigo, familiar o vecino) en los que confíe y que puedan ofrecer ayuda inmediata en caso de una emergencia o si su hijo se asusta?
- ¿Puede usted o un adulto cercano y de confianza ser contactado fácilmente por el niño?

Habilidades de seguridad

Además de la edad y la madurez, su hijo deberá dominar algunas habilidades específicas antes de poder quedarse solo en casa de forma segura. En particular, su hijo necesita saber qué hacer y con quién comunicarse en una situación de emergencia. Esta información debe escribirse de manera que el niño pueda entenderla y ser guardada en un lugar de fácil acceso. También es útil que su niño conozca los primeros auxilios básicos; por ejemplo, cómo verificar la respiración, ayudar con la asfixia y tratar las quemaduras. Puede considerar inscribir a su hijo en un curso de seguridad como el que ofrece la Cruz Roja Americana (American Red Cross)¹. Asegúrese de que haya un fácil acceso a los suministros de primeros auxilios en el hogar en caso de que sean necesarios. Las siguientes preguntas también pueden ayudar:

- ¿Tiene su familia un plan de seguridad para emergencias? ¿Puede su hijo seguir este plan?
- ¿Su hijo se sabe su nombre completo, dirección y número de teléfono?
- ¿Sabe su hijo dónde se encuentra usted y cómo comunicarse con usted en todo momento?
- ¿Su hijo se sabe los nombres completos y la información de contacto de otros adultos de confianza y sabe llamar al 9-1-1 en caso de emergencia?

¹ Para obtener información sobre los cursos ofrecidos por la Cruz Roja, visite <https://www.redcross.org/cruz-roja/asistencia-en-salud-y-seguridad.html> (en español) o <http://www.redcross.org/take-a-class/Learn-About-Our-Programs> (en inglés).

Incluso si su hijo demuestra que se sabe toda esta información, es buena idea tenerla escrita en un lugar de fácil acceso. La Cruz Roja ha creado una guía de referencia de primeros auxilios pediátricos y una hoja de consejos de seguridad que describe pasos que los padres y los niños pueden tomar para que los niños estén más seguros cuando estén solos en casa. Acceda a estos recursos en https://www.redcross.org/images/MEDIA_CustomProductCatalog/m4240175_Pediatric_ready_reference.pdf (en inglés) y <https://www.redcross.org/about-us/news-and-events/news/Red-Cross-Offers-Safety-Tips-For-When-the-Kids-Are-Home-Alone.html> (en inglés).

El American Academy of Pediatrics (Academia Americana de Pediatría) también ofrece los siguientes recursos y consejos, en español:

- Guía de primeros auxilios para padres y encargados del cuidado de los niños: <https://www.healthychildren.org/Spanish/safety-prevention/at-home/Paginas/first-aid-guide.aspx> (español)
- Seguridad en el hogar cuando los niños están solos: información para los padres: <https://www.healthychildren.org/Spanish/safety-prevention/at-home/Paginas/Safe-at-Home-Alone.aspx> (español)

Jóvenes cuidando a otros niños

En hogares con más de un niño, uno de los desafíos puede ser decidir cuándo el niño mayor, quien puede estar listo para quedarse solo en casa, puede supervisar a su(s) hermano(s) menor(es). Si bien no hay una respuesta clara, considere preguntarle a su hijo las mismas preguntas para quedarse solo en casa, además de lo siguiente:

- ¿Te sientes cómodo estando a cargo de tus hermanos sin abusar de esta responsabilidad?
- ¿Puedes manejar con calma cualquier emergencia u otro problema que surja?
- ¿Estás dispuesto a ser responsable de la seguridad de tu(s) hermano(s)?

Otras cosas a considerar son la edad de los hermanos menores, la dinámica de los hermanos y si los hermanos

menores tienen necesidades especiales. Considere que su hijo se prepare con un curso a través de su Cruz Roja local, YMCA u otro centro comunitario local. La Cruz Roja ofrece materiales de recursos y cursos de cuidado de niños en línea y en persona para mayores de 11 años. Estos cursos de 4 horas cubren el cuidado de niños básico, qué hacer en emergencias y más. También ofrecen cursos de primeros auxilios y RCP (en inglés conocido por las siglas CPR). Obtenga más información en <https://www.redcross.org/take-a-class/babysitting-child-care> (en inglés), o para solicitar información en español, vea <https://www.redcross.org/cruz-roja/asistencia-en-salud-y-seguridad.html> (en español).

Comunicación

A medida que los teléfonos celulares son más utilizados como el método principal de contacto, los teléfonos fijos se están volviendo cada vez más raros. Si su casa no tiene un teléfono fijo y su hijo no tiene su propio teléfono celular, los padres deben considerar cómo se podrá comunicar su hijo en caso de una emergencia.

Si tiene acceso a Internet confiable en su hogar, un iPod, iPad, otra tableta o computadora son opciones adicionales que debe considerar como medio de comunicación. Estos a menudo tienen funciones como FaceTime, Messaging, Skype, WhatsApp o aplicaciones similares y pueden permitirle comunicarse con su hijo. Sin embargo, estas aplicaciones no pueden hacer llamadas de emergencia al 9-1-1. Otra opción es conseguirle a su hijo un teléfono móvil económico para usar mientras está solo. Muchos puntos de venta ofrecen teléfonos de bajo costo con funciones limitadas que podrían ser una buena opción para este propósito. Su decisión dependerá de sus circunstancias, pero lo más importante es que usted y su hijo tengan formas de comunicación confiables.

Al decidir qué formas de comunicación usar, considere estas preguntas:

- ¿Sabe su hijo cómo usar una computadora o tableta?
- ¿Sabe su hijo cómo usar un teléfono (celular o fijo)?
- Si hay una emergencia, ¿sabe su hijo con quién comunicarse y cómo hacerlo (por ejemplo, llamar al 9-1-1)?

Además, los padres deben establecer pautas claras para sus hijos con respecto al uso de la tecnología, como las redes sociales e Internet. Los padres deben enseñarles a sus hijos comportamientos seguros en Internet, que incluyen no dar información personal, y que hablar con personas en una sala de chat o en las redes sociales es lo mismo que hablar con extraños. Para obtener más información sobre los jóvenes y las redes sociales, consulte nuestra publicación, *Social Media: Tips for Foster Parents and Caregivers* [Redes sociales: consejos para padres de crianza y proveedores de cuidado, próximamente publicado en español] en <https://www.childwelfare.gov/pubs/smtips-parent/> (en inglés).

Consejos para los padres

Una vez que haya determinado que su hijo está listo para quedarse solo en casa, las siguientes sugerencias pueden ayudarlo a preparar a su hijo y sentirse más cómodo al dejarlo solo en casa:

- **Tenga un período de prueba.** Deje al niño solo en casa por un corto tiempo mientras esté cerca de su hogar. Esta es una buena manera de ver cómo él o ella maneja la situación.
- **Juego de rol.** Represente situaciones posibles para ayudar a su hijo a aprender qué hacer. Por ejemplo, exploren qué hacer si llegan visitantes a la puerta o cómo responder a las llamadas telefónicas de una manera que no revela que un padre no está en casa.
- **Establezca reglas.** Asegúrese de que su hijo sepa lo que está (y no está) permitido cuando usted no está en casa. Establezca límites claros sobre el uso de la televisión, las computadoras y otros dispositivos electrónicos, e Internet². Algunos expertos sugieren hacer una lista de quehaceres u otras tareas para mantener a los niños ocupados mientras usted no está.
- **Hablen acerca de las emergencias.** ¿Qué considera el niño una emergencia? ¿Qué considera el padre una emergencia? Fijen una palabra clave que el padre y el niño puedan usar en caso de cualquier emergencia.

² Para obtener orientación sobre cómo configurar los controles parentales en la televisión por cable y el contenido de Internet, comuníquese con su proveedor de servicios.

- **Manténgase en contacto.** Llame a su hijo mientras usted está ausente para ver cómo le está yendo, o hágale saber que un vecino o amigo de confianza estará en contacto con él o ella.
- **Conversen al respecto.** Anime a su hijo a compartir sus sentimientos con usted acerca de quedarse solo en casa. Tenga esta conversación antes de dejar a su hijo y luego, cuando regrese, hable con su hijo acerca de sus experiencias y sentimientos mientras usted estuvo fuera. Esto es particularmente importante cuando su hijo comienza a quedarse solo en casa, pero siempre es bueno hablar con él o ella sobre el tema después de estar fuera.
- **No se sobrepase.** Incluso un niño maduro y responsable no debería estar solo en casa demasiado tiempo. Considere otras opciones, como programas ofrecidos por escuelas, centros comunitarios, organizaciones juveniles u organizaciones religiosas para ayudar a mantener a su hijo conectado e involucrado.
- **Hable con su hijo cuando regrese a casa.** Después de dejar a un niño solo en casa, hable con él/ella sobre su experiencia. ¿Cómo se sintió él o ella al respecto? ¿Se sintió nervioso? ¿Pasó algo inesperado? Si el niño estaba cuidando a un hermano menor, pregúntele cómo se sintió al hacerlo.

Dejar a su hijo solo en casa durante la noche

En general, se recomienda que los padres no permitan que su hijo se quede en casa solo durante la noche hasta los últimos años de su adolescencia, pero esa decisión puede depender de la madurez del niño. Las siguientes preguntas pueden ser útiles para ayudar con su decisión:

- ¿Puede su adolescente resistir la presión de grupo ("peer pressure" en inglés)?
- ¿Es probable que su adolescente tenga miedo?
- ¿Qué tan bien sigue su adolescente las reglas?

Recursos

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry

- “Los niños que se quedan solos en la casa” (“Home Alone Children”) (*Información para la familia*, No. 46)
https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/Facts_for_Families_Pages/Spanish/Los_Ninos_que_se_Quedan_Solos_en_la_Casa_46.aspx (español)
https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Home-Along-Children-046.aspx (inglés)
- “Los niños y el Internet” (“Internet Use in Children”) (*Información para la familia*, No. 59)
https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/Facts_for_Families_Pages/Spanish/Los_Ninos_y_el_Internet_59.aspx (español)
https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Children-Online-059.aspx (inglés)

HealthyChildren.org (American Academy of Pediatrics)

¿Está preparado su hijo para quedarse solo en casa? (Is Your Child Ready to Stay Home Alone?)

<https://www.healthychildren.org/spanish/safety-prevention/at-home/paginas/is-your-child-ready-to-stay-home-alone.aspx> (español)

<https://www.healthychildren.org/english/safety-prevention/at-home/pages/is-your-child-ready-to-stay-home-alone.aspx> (inglés)

KidsHealth (The Nemours Foundation’s Center for Children’s Health Media)

- *Leaving Your Child Home Alone* [Dejar a su hijo solo en casa]
http://kidshealth.org/parent/firstaid_safe/home/home_alone.html (inglés)
- *Cuando estás sólo después de la escuela* (When It’s Just You After School)
<https://kidshealth.org/es/kids/homealone-esp.html?ref=search> (español)
<https://kidshealth.org/en/kids/homealone.html?WT.ac=pairedLink> (inglés)

Fresno Council on Child Abuse Prevention

Staying Home Alone [Quedarse solo en casa]

<http://dig.abclocal.go.com/kfsn/PDF/Self-Care-Readiness.pdf> (en inglés)

Prevent Child Abuse America

“Home Alone” Child Tips [Consejos para niños solos en casa]

<http://www.preventchildabuse.org/images/docs/homealonechildtips.pdf> (en inglés)

Cita sugerida:

Child Welfare Information Gateway. (2019). *Los hijos solos en casa*. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, Children’s Bureau.



U.S. Department of Health and Human Services
Administration for Children and Families
Administration on Children, Youth and Families
Children’s Bureau



Nombre: _____

Fecha: _____

2 Horas de Entrenamiento

a.

b.

7. Cuando ya determinas que no hay riesgo de seguridad para poder permitir que el niño este solo en la casa/hogar, nombra síes consejos que puede proveer un nivel alto de comodidad para usted y el niño.

a.

b.

c.

d.

e.

f.

Nombre: _____

Fecha: _____

2 Horas de Entrenamiento

a.

b.

7. Cuando ya determinas que no hay riesgo de seguridad para poder permitir que el niño este solo en la casa/hogar, nombra síes consejos que puede proveer un nivel alto de comodidad para usted y el niño.

a.

b.

c.

d.

e.

f.



HOJA INFORMATIVA PARA LAS FAMILIAS

Noviembre de 2016

Available in English
<https://www.childwelfare.gov/pubs/factsheets/child-trauma/>

La crianza de un niño que ha experimentado trauma

(Parenting a Child Who Has Experienced Trauma)

Los niños que han experimentado eventos traumáticos necesitan sentirse seguros y amados. Todos los padres desean brindar este tipo de hogar seguro y enriquecedor para sus niños. Sin embargo, cuando los padres no entienden los efectos del trauma, es posible que malinterpreten el comportamiento de su hijo y sientan frustración o resentimiento. Sus intentos de lidiar con un comportamiento problemático pueden no ser efectivos y, en algunos casos, hasta pueden causar daño.

Esta hoja informativa analiza la naturaleza del trauma, sus efectos en niños y jóvenes y las maneras de ayudar a su hijo. Al aumentar su comprensión sobre el trauma, usted puede apoyar mejor la sanación de su hijo, de la relación entre ambos, y de su familia como un todo.

SECCIONES INCLUIDAS

¿Qué es el trauma?

Las consecuencias del trauma no tratado

Entendiendo el comportamiento de su hijo

Ayudando a su hijo

Conclusión

Recursos

¿Qué es el trauma?

El trauma es una respuesta emocional a un evento intenso que representa una amenaza o que causa daño. El daño puede ser físico o emocional, real o percibido, y puede representar una amenaza para el niño o para una persona cercana a él. El trauma puede ser el resultado de un evento aislado o puede ser consecuencia de una serie de eventos a través del tiempo.

Los eventos potencialmente traumáticos pueden incluir:

- Abuso (físico, sexual o emocional)
- Negligencia
- Consecuencias de un estado de pobreza (por ejemplo, no tener dónde vivir o qué comer)
- Separación de los seres queridos
- Acoso (conocido en inglés como “bullying”)
- Presenciar daños causados a un ser querido o a una mascota (por ejemplo, violencia doméstica o en la comunidad)
- Desastres naturales o accidentes
- Comportamiento impredecible de los padres debido a adicción o una enfermedad mental

Para muchos niños, entrar en el sistema de bienestar de menores es otro evento traumático, y es importante notar que un niño puede experimentar trauma durante su primera separación de su hogar y su familia, como también cuando debe dejar cualquier hogar de crianza adicional.

Las consecuencias del trauma no tratado

Los niños son resilientes (tienen una fuerte capacidad de recuperación). Cierta nivel de estrés en sus vidas (por ejemplo, separarse de sus proveedores de cuidado para asistir a la escuela, montar en bicicleta por vez primera, sentirse nervioso antes de un partido o una presentación) ayuda a que su cerebro crezca y a que se desarrollen habilidades nuevas. Sin embargo, por definición, el trauma ocurre cuando una experiencia estresante (como el sufrir abuso, negligencia o acoso) mina la capacidad innata del niño para sobrellevar una situación traumática. Estos eventos generan una respuesta de “lucha, huida

o parálisis”, lo que produce cambios en el cuerpo— por ejemplo, latidos más rápidos y una presión arterial elevada— así como también cambios en la manera en que el cerebro percibe y reacciona ante el mundo.

En muchos casos, el cuerpo y el cerebro de un niño se recuperan rápidamente de una experiencia potencialmente traumática sin sufrir daños permanentes. Sin embargo, para otros niños, el trauma interfiere con el desarrollo normal y puede causar daños a largo plazo.

Tabla 1. Efectos del trauma en los niños

El trauma puede afectar al niño...	De las maneras siguientes
En su cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> • Incapacidad para controlar las respuestas físicas ante el estrés • Enfermedades crónicas, incluso en la adultez (por ejemplo, la enfermedad cardíaca y la obesidad)
En su cerebro (pensamientos)	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para pensar, aprender y concentrarse • Problemas de memoria • Dificultad para cambiar de una actividad o pensamiento a otro
En sus emociones (sentimientos)	<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima baja • Sensación de inseguridad • Incapacidad para regular sus emociones • Dificultad para establecer una relación de apego con los proveedores de cuidado • Problemas con amistades • Problemas para confiar en los demás • Depresión, ansiedad
En su comportamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Falta de control de impulsos • Peleas, agresividad y huida del hogar • Abuso de sustancias • Suicidio

Entre los factores que determinan el impacto de los eventos traumáticos se incluyen los siguientes:

- **Edad.** Los niños más jóvenes son más vulnerables. Incluso los bebés y niños de hasta 2 años que no pueden hablar sobre lo sucedido retienen “recuerdos sensoriales” de eventos traumáticos que pueden afectar su bienestar en la adultez.
- **Frecuencia.** Experimentar el mismo tipo de evento traumático en varias ocasiones, o varios tipos de eventos, causará más daño que un evento aislado.
- **Relaciones.** Los niños con relaciones positivas con proveedores de cuidado saludables tienen una probabilidad mayor de recuperación.
- **Habilidades para sobrellevar una situación.** La inteligencia, salud física y autoestima ayudan al niño a sobrellevar una situación traumática.
- **Percepción.** Un factor significativo es en cuánto peligro el niño piensa que se encuentra, o cuánto miedo el niño siente en el momento.
- **Sensibilidad.** Cada niño es diferente—unos son más sensibles por naturaleza que otros.

Los efectos del trauma varían según el niño y el tipo de evento traumático experimentado. La tabla 1 muestra algunas de las maneras en las que el trauma puede afectar a los niños.

Esta lista de consecuencias potenciales demuestra porqué es tan importante que los padres tengan un mayor entendimiento sobre el trauma. El tipo apropiado de ayuda puede minimizar o incluso eliminar muchas de estas consecuencias negativas.

Entendiendo el comportamiento de su hijo

Cuando los niños han experimentado un trauma, particularmente varios eventos traumáticos durante un período extenso de tiempo, sus cuerpos, cerebros y sistemas nerviosos se adaptan con el fin de protegerlos. Esto puede generar comportamientos caracterizados por agresividad incrementada, desconfianza y desobediencia hacia los adultos, e incluso disociación (el sentimiento de estar desconectado de la realidad). Cuando los niños se encuentran el peligro, estos comportamientos pueden

ayudarles a sobrevivir. Sin embargo, una vez que los niños se encuentran en un entorno seguro, es posible que sus cerebros y cuerpos no reconozcan que el peligro ha pasado. Estos comportamientos protectores, o hábitos, se fortalecen a medida que se repiten (de la misma manera que un músculo crece y se fortalece si se ejercita con regularidad). Toma tiempo y reentrenamiento para que los “músculos de supervivencia” aprendan que no son necesarios en este entorno nuevo (su hogar) y que pueden relajarse.

Podría ser de ayuda recordar que el comportamiento problemático de su hijo puede ser una respuesta aprendida hacia el estrés, y que incluso puede ser lo que mantuvo a su hijo con vida en medio de una situación sumamente insegura. Tomará tiempo y paciencia para que el cuerpo y el cerebro de su hijo aprendan a responder de maneras más apropiadas a su entorno actual y seguro.

La crianza de un niño traumatizado puede requerir cambiar de ver a un “niño malo” a un niño al que algo malo le ha pasado.

Detonantes del trauma

Cuando su hijo se comporta de una manera inesperada y que parece irracional o extrema, él o ella puede estar ante un detonante del trauma. Un detonante es algún aspecto de un evento traumático que ocurre en una situación completamente diferente pero que le recuerda al niño el evento original. Algunos ejemplos incluyen sonidos, aromas, sensaciones, lugares, posturas, tonos de voz e incluso emociones.

Es posible que los jóvenes que han experimentado eventos traumáticos recreen patrones anteriores cuando no se sientan a salvo o estén en presencia de un detonante. Dependiendo si el niño tiene una reacción de "lucha," "huida" o "parálisis", parecerá que el niño está haciendo un berrinche, ignorándole o desafiándole. Sin embargo, las reacciones ante un detonante son un reflejo, no son deliberadas o planeadas. Cuando el cuerpo y el cerebro del niño están abrumados por un recuerdo traumático, el niño no es capaz de evaluar las consecuencias de su comportamiento o el impacto que tienen en otros.

Síntomas de acuerdo a la edad

La tabla 2 muestra los síntomas y comportamientos que los niños que han experimentado un evento traumático podrían exhibir en cada etapa del desarrollo. El rango de edad es simplemente una guía. En muchos casos, los niños que han sufrido un trauma experimentan un retraso en su desarrollo con respecto a su edad cronológica. Puede ser normal que su hijo exhiba comportamientos propios de un niño menor que él.

Tabla 2. Señales de trauma en niños de edades diferentes¹

Niños jóvenes (entre 0 y 5 años)	Niños en edad escolar (entre 6 y 12 años)	Adolescentes (entre 13 y 18 años)
<ul style="list-style-type: none"> • Es irritable, "quisquilloso" • Se asusta con facilidad o le resulta difícil calmarse • Hace berrinches con frecuencia • Se aferra a personas o cosas, se muestra reacio a explorar el mundo • Tiene niveles de actividad mucho más altos o bajos que otros niños de su edad • Revive los eventos traumáticos una y otra vez en dramatizaciones o en conversaciones • Tiene retrasos para alcanzar hitos en el desarrollo físico, del lenguaje y en otras áreas 	<ul style="list-style-type: none"> • Le es difícil prestar atención • Es quieto o retraído • Llora o se entristece con facilidad • Habla con frecuencia acerca de sentimientos e ideas alarmantes • Tiene dificultad para cambiar de una actividad a otra • Pelea con niños de su edad o con adultos • Hay cambios en su desempeño académico • Quiere que lo dejen solo • Come mucho más o mucho menos que otros niños de su edad • Se mete en problemas en la escuela o en el hogar • Tiene dolores de cabeza o estomacales frecuentes sin causa aparente • Exhibe comportamientos propios de un niño de menor edad (se chupa el dedo, moja la cama, le teme a la oscuridad) 	<ul style="list-style-type: none"> • Habla constantemente sobre el evento traumático o niega que haya sucedido • Se rehúsa a obedecer las reglas o es insolente con frecuencia • Se siente cansado todo el tiempo, duerme mucho más (o menos) que otros adolescentes de su edad, tiene pesadillas • Exhibe comportamientos arriesgados • Peleas • No quiere pasar tiempo con sus amigos • Usa drogas o alcohol, huye del hogar o se mete en problemas con la ley

¹ El contenido de la tabla es una adaptación del Safe Start Center (s/f). *Tips for Staff and Advocates Working With Children: Polyvictimization* [Consejos para el personal y los defensores que trabajan con niños: Polivictimización]. Washington, DC: Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention, disponible en http://ojjdp.gov/programs/safestart/TipSheetFor_Polyvictimization.pdf.

Estas señales por sí mismas no necesariamente indican que su hijo haya experimentado trauma. Sin embargo, si los síntomas son más severos o se manifiestan durante más tiempo de lo normal para un niño de su edad, o si interfieren con la capacidad de su hijo para tener éxito en el hogar o en la escuela, es importante que busque ayuda. (Vea la sección titulada Ayudando a su hijo, más abajo).

El trauma y la salud mental

Los síntomas más graves de trauma o que alteren seriamente la capacidad de su hijo para desempeñarse en el hogar o en la escuela pueden coincidir con un diagnóstico de una enfermedad mental específica. Esta puede ser la razón por la que casi 80 por ciento de los niños que salen de cuidados de crianza por mayoría de edad son diagnosticados con una enfermedad mental.² Por ejemplo:³

- Los niños que tengan problemas para concentrarse pueden ser diagnosticados con trastorno por déficit de la atención e hiperactividad (attention deficit hyperactivity disorder, ADHD).
- Los niños que parezcan ansiosos o se sientan fácilmente abrumados por las emociones pueden ser diagnosticados con ansiedad o depresión.
- Los niños que tengan problemas para lidiar con eventos inesperados pueden responder tratando de controlar cada situación o reaccionando de manera extrema ante un cambio. En algunos casos, estos comportamientos pueden ser confundidos con un trastorno negativista desafiante (oppositional defiant disorder, ODD) o un trastorno explosivo intermitente (intermittent explosive disorder, IED).

² American Academy of Pediatrics (AAP). (2013). *Cómo ayudar a familias con hijos adoptivos y en acogida a sobrellevar traumas (Helping Foster and Adoptive Families Cope With Trauma)*. Elk Grove Village, IL: AAP y Dave Thomas Foundation for Adoption. Vea en español (https://www.aap.org/en-us/Documents/hfca_foster_trauma_guide_spanish.pdf) o en inglés (<http://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/healthy-foster-care-america/Documents/Guide.pdf>).

³ Ejemplos adaptados del AAP. (2013). *Crianza de niños que han sufrido trauma: entendimiento de las necesidades de su hijo. Una guía para padres sustitutos y adoptivos (Parenting After Trauma: Understanding Your Child's Needs. A Guide for Foster and Adoptive Parents)*. Elk Grove Village, IL: AAP y Dave Thomas Foundation for Adoption. Vea en español (<https://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/healthy-foster-care-america/Documents/FamilyHandoutSpanish.pdf>) o en inglés (<http://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/healthy-foster-care-america/Documents/FamilyHandout.pdf>).

- La disociación como respuesta ante un detonante del trauma puede ser vista como un desafío a la autoridad, o puede ser diagnosticada como depresión, ADHD (de tipo inatento) e incluso como un retraso en el desarrollo.

Puede ser necesario tratar estas condiciones con métodos tradicionalmente usados para tratar enfermedades mentales (lo que puede incluir el uso de medicamentos) a corto plazo. Sin embargo, encarar el evento traumático vivido por el niño para así tratar la causa subyacente será mucho más efectivo a largo plazo.

El trastorno por estrés postraumático

Cerca de uno de cada cuatro niños y jóvenes en cuidados de crianza experimentará un serie específica de síntomas conocidos como trastorno por estrés postraumático (posttraumatic stress disorder, PTSD).⁴ Incluye cuatro tipos de síntomas:⁵

- Experimentar de nuevo/recordar (flashbacks o pesadillas)
- Evasión (recordatorios y recuerdos inquietantes del evento)
- Ideas y estados de ánimo negativos (sensación de aislamiento, creencias negativas persistentes)
- Cambios en la estimulación (conducta temeraria, alteraciones persistentes del sueño)

Es importante tener en cuenta que si su hijo no exhibe todos los síntomas del PTSD, no significa que no haya sido afectado por el trauma.

⁴ AAP, *Cómo ayudar a familias con hijos adoptivos y en acogida a sobrellevar traumas (Helping Foster and Adoptive Families Cope With Trauma)*. Vea en español (https://www.aap.org/en-us/Documents/hfca_foster_trauma_guide_spanish.pdf) o en inglés (<http://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/healthy-foster-care-america/Documents/Guide.pdf>).

⁵ American Psychiatric Association, *Posttraumatic Stress Disorder [Trastorno por estrés postraumático]*. (2013). Extraído de <http://www.dsm5.org/Documents/PTSD%20Fact%20Sheet.pdf>

Ayudando a su hijo

Aunque el trauma durante la niñez puede tener efectos graves y duraderos, siempre hay esperanza. Con la ayuda de adultos comprensivos y cariñosos, los niños *pueden obtener y logran* la recuperación. Considere los consejos a continuación:

- **Identifique los detonantes del trauma.** Algo que usted dice o hace, o un elemento inofensivo en su hogar, puede estar causando reacciones en su hijo sin que ninguno de los dos se dé cuenta. Es importante fijarse en los patrones de comportamiento y en las reacciones que no parecen “ajustarse” a la situación. ¿Qué le causa distracción a su hijo, lo pone ansioso u ocasiona un berrinche o estallido emocional? Ayude a su hijo a evitar situaciones que detonen recuerdos traumáticos, al menos hasta que el niño haya sanado más.
- **Esté física y emocionalmente disponible.** Algunos niños traumatizados mantienen distanciados a los adultos (sea a propósito o sin querer). Busque la manera de ofrecerle atención, consuelo y apoyo a su hijo sin incomodarlo. Es posible que los niños más pequeños deseen que los abracen o los sostengan en brazos; los jóvenes podrían solo desear pasar más tiempo en familia. Siga la iniciativa de su hijo y sea paciente si parece necesitado.
- **Responda, no reaccione.** Sus reacciones pueden desencadenar ciertas reacciones en un niño o un joven que ya se siente abrumado. (Algunos niños se sienten incómodos incluso cuando alguien se les queda mirando durante largo tiempo). Cuando su hijo se sienta molesto, haga lo que pueda para mantenerse calmado: Baje la voz, reconozca los sentimientos de su hijo, y trate de consolarlo y de ser honesto.
- **Evite el castigo físico.** Esto puede empeorar el estrés o la sensación de pánico de un niño que ha sido víctima de abuso. Los padres necesitan establecer límites y expectativas razonables y consistentes, y deben elogiar el comportamiento deseable.
- **No se tome el comportamiento de su hijo a pecho.** Permita que el niño experimente sus sentimientos sin juzgarlo. Ayúdelo a encontrar palabras adecuadas y maneras aceptables de expresar sus sentimientos, y elógielo cada vez que las use.
- **Escuche.** No evite los temas difíciles o las conversaciones incómodas. (Pero no obligue al niño a hablar sobre algo si no está listo para hacerlo). Déjele saber al niño que experimentar muchos sentimientos después de una experiencia traumática es completamente normal. Tome sus reacciones seriamente, corrija cualquier idea errónea relacionada con el evento traumático y asegúrele que lo sucedido no fue su culpa.
- **Ayude a su hijo a aprender a relajarse.** Anime al niño a practicar la respiración lenta, a escuchar música relajante o a decir cosas positivas (“Ahora estoy a salvo”).
- **Sea consistente y predecible.** Desarrolle una rutina diaria para las comidas, horas de juego y la hora para ir a la cama. Prepare a su hijo con antelación para un cambio o una experiencia nueva.
- **Sea paciente.** Cada persona se recupera del trauma de manera diferente, y la confianza en los demás no nace de la noche a la mañana. Es importante que se respete el ritmo de recuperación de cada niño.
- **Permita que el niño tenga cierto control.** Las elecciones razonables y apropiadas para su edad animan al niño o joven a sentir que tiene control sobre su propia vida.
- **Fomente la autoestima.** Las experiencias positivas pueden ayudar a los niños a recuperarse del trauma y aumentar su resiliencia. Ejemplos de esto incluyen adquirir una habilidad nueva; sentirse parte de una comunidad, grupo o causa; establecer y alcanzar objetivos; ser de utilidad a otras personas.

Buscando tratamiento

Si su hijo exhibe estos síntomas durante más de unas pocas semanas, o si los mismos empeoran en vez de mejorar, es tiempo de buscar ayuda. La orientación o terapia de salud mental por parte de un profesional entrenado para reconocer y tratar el trauma en los niños puede ayudar a atender las causas raíz del comportamiento de su hijo y a promover su recuperación. Es posible que un terapeuta o especialista conductual pueda ayudarle a entender a su hijo y a responder de manera más efectiva. A veces, es posible que sea necesario usar medicamentos para controlar los síntomas y mejorar la capacidad de su hijo para aprender nuevas habilidades.

Comience por preguntarle a su trabajador o agencia del caso si han evaluado a su hijo para detectar trauma. Si usted sabe con certeza que su hijo ha sufrido un evento traumático, pregunte si su salud mental ha sido evaluada formalmente por un profesional que conozca los efectos del trauma. Idealmente, se debe repetir esta evaluación regularmente, incluyendo fortalezas y necesidades, para ayudarle a usted y a su terapeuta a monitorear el progreso de su hijo.

Una vez que se realice la evaluación y se determine qué tratamiento debe seguir el niño, pregunte si existen otras opciones de tratamiento. Se han desarrollado varios tipos de tratamiento efectivos.⁶ Sin embargo, no todos están disponibles en todas las comunidades. Pregunte al trabajador del caso de su hijo acerca de la disponibilidad de tratamientos centrados en el trauma en su comunidad.

Con el tiempo, las intervenciones mentales y conductuales efectivas pueden ayudar de las maneras siguientes:

- Aumentan la sensación de seguridad de su hijo
- Le enseñan a su hijo cómo manejar sus emociones, especialmente en presencia de detonantes del trauma
- Ayudan a su hijo a desarrollar una imagen positiva de sí mismo

- Le dan a su hijo una sensación mayor de control sobre su vida
- Mejoran las relaciones de su hijo con los miembros de la familia y otras personas

Es importante buscar un proveedor que entienda y tenga capacitación específica en trauma (vea el cuadro). La mayoría de los proveedores estarán de acuerdo en realizar una entrevista breve en su oficina o por teléfono, para determinar si se ajustan a sus necesidades.

Preguntas que debe hacerle al proveedor de servicios de salud mental antes de comenzar el tratamiento:

- ¿Está familiarizado con las investigaciones acerca de los efectos del trauma en los niños?
- ¿Puede hablarme sobre su experiencia trabajando con niños y jóvenes que hayan experimentado trauma?
- ¿Cómo determina si los síntomas del niño son consecuencia o no de un trauma?
- ¿De qué manera el trauma experimentado por un niño influye en su enfoque terapéutico?

⁶ Por ejemplo, vea la lista (en inglés) del National Child Traumatic Stress Network, Empirically Supported Treatments and Promising Practices [Tratamientos con apoyo empírico y prácticas prometedoras] en <http://www.nctsn.org/resources/topics/treatments-that-work/promising-practices>.

Ayúdese y ayude a su familia

Criar un niño o un joven que haya experimentado trauma puede ser difícil. Es posible que las familias se sientan aisladas, como si nadie pudiese entender por lo que están pasando. Esto puede deteriorar su relación con su hijo, pero también con otros miembros de la familia (incluso la relación con su cónyuge o pareja).

Aprender acerca de la experiencia traumática de su hijo puede incluso ser un factor detonante para usted, si usted tiene su propio historial de trauma que no ha sanado totalmente. Verse afectado por el trauma de otra persona algunas veces recibe el nombre de "trauma secundario". La tabla 3 incluye una lista de señales que indican que puede estar experimentando trauma secundario.

Tabla 3. Señales de trauma secundario

Síntomas físicos	<ul style="list-style-type: none"> • Dolores de cabeza • Problemas estomacales • Problemas de sueño • Ganancia o pérdida de peso • Falta de energía
Síntomas conductuales	<ul style="list-style-type: none"> • Aumento en la frecuencia con la que bebe o fuma • Procrastinación/dilación • Necesidad inevitable de criticar • Aislamiento de otras personas
Síntomas emocionales	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Llanto frecuente • Irritabilidad • Soledad • Depresión
Síntomas cognitivos	<ul style="list-style-type: none"> • Incapacidad para concentrarse • Mala memoria • Pérdida del sentido del humor/deja de divertirse • Incapacidad para tomar decisiones

La mejor cura para el trauma secundario es la prevención. Para cuidar bien de su hijo, debe cuidar bien de usted. Algunas cosas que puede hacer son:

- **Sea honesto acerca de sus expectativas hacia su hijo y su relación.** Tener expectativas realistas en cuanto a la crianza de un niño que ha sufrido un trauma aumenta las posibilidades de una relación saludable.
- **Celebre las victorias pequeñas.** Tome nota de las mejoras que su hijo ha hecho.
- **No se tome las dificultades de su hijo a pecho.** Las dificultades que su hijo afronta son el resultado del evento traumático experimentado; no son una señal de su fracaso como padre o madre.
- **Cúidese a usted mismo.** Dedíquese tiempo a las actividades que le producen placer y que lo nutren física, emocional y espiritualmente.
- **Concéntrese en su propia recuperación.** Si usted ha experimentado trauma, es importante para usted que comience su propio proceso de recuperación, independiente al de su hijo.
- **Busque apoyo.** Su círculo de apoyo puede incluir a amigos, familiares y apoyo profesional, en caso de necesitarlo. No tenga miedo de hacer preguntas sobre los recursos que el sistema de bienestar de menores pone a su disposición, como un trabajador de caso o grupos de apoyo.

Para cuidar bien de su hijo, debe cuidar bien de sí mismo.

Conclusión

El trauma puede afectar el comportamiento de un niño de maneras que pueden causar confusión o alarma en los proveedores de cuidado. Puede tener un impacto a largo plazo sobre la salud y el bienestar del niño y de los miembros de su familia. Sin embargo, con entendimiento, cariño y el tratamiento adecuado (en caso de ser necesario), todos los miembros de la familia pueden sanar y prosperar después de un evento traumático.

Recursos

- American Academy of Pediatrics. (2013). *Crianza de niños que han sufrido trauma: entendimiento de las necesidades de su hijo. Una guía para padres sustitutos y adoptivos (Parenting after trauma: Understanding your child's needs. A guide for foster and adoptive parents)*. Elk Grove Village, IL: AAP y Dave Thomas Foundation for Adoption. Extraído de <http://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/healthy-foster-care-america/Documents/FamilyHandout.pdf> (inglés). Para español, vea <https://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/healthy-foster-care-america/Documents/FamilyHandoutSpanish.pdf>.
- Child Welfare Information Gateway. Resources on Trauma for Caregivers and Families [Recursos sobre el trauma para proveedores de cuidado y familias] [página web, en inglés]: <https://www.childwelfare.gov/topics/responding/trauma/caregivers/>
- Children's Bureau. (2012). *Tomando decisiones saludables: una guía sobre medicamentos psicotrópicos para jóvenes en cuidado de crianza (Making healthy choices: A guide on psychotropic medications for youth in foster care)*. Extraído de <https://www.childwelfare.gov/pubs/makinghealthychoices.pdf> (inglés). Para español, vea <https://www.childwelfare.gov/pubs/makinghealthychoices-sp/>.
- Children's Bureau. (2015). *Apoyando a jóvenes en cuidado de crianza: tomando decisiones saludables. Una guía para proveedores de cuidados y trabajadores de caso sobre el trauma, su tratamiento y el uso de medicamentos psicotrópicos (Supporting Youth in Foster Care in Making Healthy Choices: A Guide for Caregivers and Caseworkers on Trauma, Treatment, and Psychotropic Medications)*. Extraído de <https://www.childwelfare.gov/pubs/mhc-caregivers/> (inglés). Para español, vea <https://www.childwelfare.gov/pubs/mhc-caregivers-sp/>.
- National Child Traumatic Stress Network. Recursos para padres y proveedores de cuidado (Resources for Parents and Caregivers) [página web]:
En español: <http://www.nctsn.org/resources/audiencias/Informaci%C3%B3n-en-Espa%C3%B1ol>
En inglés: <http://www.nctsn.org/resources/audiencias/parents-caregivers>
- National Child Traumatic Stress Network. (2014). *Complex trauma: Facts for caregivers* [Trauma complejo: información para proveedores de cuidado]. Extraído de http://www.nctsn.org/sites/default/files/assets/pdfs/complex_trauma_caregivers_final.pdf (inglés)
- National Technical Assistance Center for Children's Mental Health. (2014). *Trauma-informed care: Perspectives and resources* [Atención basada en información sobre el trauma: perspectivas y recursos] [herramienta en línea]. Extraído de <http://gucchdtacenter.georgetown.edu/TraumaInformedCare/index.html> (inglés)
- Schooler, J., Smalley, B. K., y Callahan, T. (2010). *Wounded children, healing homes: How traumatized children impact adoptive and foster families* [Niños lastimados, hogares curativos: cómo los niños traumatizados impactan las familias de crianza y adoptivas]. Carol Stream, IL: NavPress.

Reconocimientos:

Child Welfare Information Gateway ha desarrollado esta hoja informativa basado en entrevistas con beneficiarios del Children's Bureau a través de las siguientes subvenciones: **Integrating Trauma-Informed and Trauma-Focused Practice in Child Protective Service Delivery (HHS-2011-ACFACYF-CO-0169), Initiative to Improve Access to Needs-Driven, Evidence-Based/ Evidence-Informed Mental and Behavioral Health Services in Child Welfare (HHS-2012-ACF-ACYF-CO-0279), y Promoting Well-Being and Adoption After Trauma (HHS-2013-ACF-ACYF-CO-0637)**. Child Welfare Information Gateway desea agradecer a Becci Akin, Chad Anderson, Linda Bass, Sharri Black, James Caringi, Marilyn Cloud, Pamela Cornwell, James Henry, Kevin Kelley, Alice Lieberman, Patricia Long, Susana Mariscal, Kelly McCauley, Vickie McArthur, Kathyne O'Grady, Sherry Peters, Jeanne Preisler, Cheryl Rathbun y Jim Wotring por su valiosa contribución. Las conclusiones aquí presentes son la responsabilidad de los autores y no representan el punto de vista oficial o las políticas del organismo de financiación.

Cita sugerida:

Child Welfare Information Gateway. (2016). *La crianza de un niño que ha experimentado trauma*. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, Children's Bureau.



U.S. Department of Health and Human Services
Administration for Children and Families
Administration on Children, Youth and Families
Children's Bureau



Nombre: _____

Fecha: _____

3 Horas de Entrenamiento

La Crianza de un Niño que ha Experimentado Trauma

1. El trauma puede afectar al niño _____, _____,
_____, y/o _____.

2. Para cada de las cuatro maneras afectadas que el trauma impacta al niño, de un ejemplo de cada una:
 - a.

 - b.

 - c.

 - d.

3. Nombra seis factores que pueden determinar el nivel de impacto que el evento traumático tiene en un niño:
 - a.

 - b.

 - c.

 - d.

 - e.

 - f.

4. La crianza de un niño traumatizado puede requerir cambiar de ver a _____ a ver al niño que _____.

5. Cual es el motivo de trauma y provee dos ejemplos.

6. Nombra los cuatro síntomas del desorden de estrés postraumático.
 - a.

 - b.

 - c.

 - d.

Nombre: _____

Fecha: _____

3 Horas de Entrenamiento

7. Adultos cariñosos pueden proveer apoyo y asistir al recobro de un niño traumatizado. Provee cinco consejos que puede asistir al proceso de recuperación.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.

8. Tratamiento enfocado para el trauma mental y de comportamiento puede ayudar al niño. Nombra tres maneras potenciales que pueda asistir.
 - a.
 - b.
 - c.

9. Como cuidador para un individuo que ha experimentado trauma, usted también puede ser impactado por lo que se llama trauma secundario. Provee cuatro síntomas y ejemplos por cada uno que usted podrá experimentar.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.

10. El trauma secundario puede prevenir a través de cuidado propio. Nombra cuatro sugerencias y métodos que pueda asistir con el cuidado propio.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.

Nombre: _____

Fecha: _____

3 Horas de Entrenamiento

La Crianza de un Niño que ha Experimentado Trauma

1. El trauma puede afectar al niño _____, _____,
_____, y/o _____.

2. Para cada de las cuatro maneras afectadas que el trauma impacta al niño, de un ejemplo de cada una:
 - a.

 - b.

 - c.

 - d.

3. Nombra seis factores que pueden determinar el nivel de impacto que el evento traumático tiene en un niño:
 - a.

 - b.

 - c.

 - d.

 - e.

 - f.

4. La crianza de un niño traumatizado puede requerir cambiar de ver a _____ a ver al niño que _____.

5. Cual es el motivo de trauma y provee dos ejemplos.

6. Nombra los cuatro síntomas del desorden de estrés postraumático.
 - a.

 - b.

 - c.

 - d.

Nombre: _____

Fecha: _____

3 Horas de Entrenamiento

7. Adultos cariñosos pueden proveer apoyo y asistir al recobro de un niño traumatizado. Provee cinco consejos que puede asistir al proceso de recuperación.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.

8. Tratamiento enfocado para el trauma mental y de comportamiento puede ayudar al niño. Nombra tres maneras potenciales que pueda asistir.
 - a.
 - b.
 - c.

9. Como cuidador para un individuo que ha experimentado trauma, usted también puede ser impactado por lo que se llama trauma secundario. Provee cuatro síntomas y ejemplos por cada uno que usted podrá experimentar.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.

10. El trauma secundario puede prevenir a través de cuidado propio. Nombra cuatro sugerencias y métodos que pueda asistir con el cuidado propio.
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.



HOJA INFORMATIVA PARA LAS FAMILIAS
AGOSTO DE 2022

El cuidado por parientes y el sistema de bienestar de menores (Kinship Care and the Child Welfare System)

A veces, los abuelos, otros parientes o amigos de la familia se encargan del cuidado de los niños cuando sus padres no pueden cuidarlos. Este arreglo, conocido como cuidado por parientes, puede ocurrir con o sin la participación de una agencia de bienestar de menores, según la situación.

Esta hoja informativa está diseñada para ayudar a las personas que asumen el cuidado de los niños de sus parientes o allegados (incluidos abuelos, tíos, hermanos, otros parientes y amigos de la familia) a colaborar de manera efectiva con el sistema de bienestar de menores. También incluye recursos, como enlaces a información más detallada o lugares para encontrar apoyo, para ayudarlo a conocer y navegar el sistema de bienestar de menores.

WHAT'S INSIDE

El cuidado por parientes y el sistema de bienestar de menores

Los beneficios de la colocación con familiares o parientes

Diferentes tipos de cuidado por parientes

Qué esperar del sistema de bienestar de menores

Servicios y cómo acceder a ellos

Participación en los tribunales

Familias permanentes para los niños

Conclusión

Recursos adicionales



TÉRMINOS CLAVE

Español	Inglés	Definición
cuidado de crianza (temporal)	foster care	Cuidado sustituto para niños colocados aparte de sus padres o tutores legales en el que el niño es colocado por una agencia Estatal para vivir en un hogar temporal con parientes o padres de cuidado de crianza.
cuidado por parientes	kinship care	Un arreglo, formal o informal, en el cual abuelos u otros parientes o allegados cuidan a niños cuyos padres no están en capacidad de cuidarlos
proveedor de cuidado por parientes	kin caregiver	La(s) persona(s) que cuidan a los niños de sus parientes o allegados en arreglos formales o informales de cuidado por parientes
trabajador del caso	caseworker	La persona en la agencia de bienestar de menores que ayudará a una familia a administrar su caso y trabajar en su plan de caso
sistema de bienestar de menores	child welfare system	Una serie de servicios diseñados para proteger a los niños, fortalecer a las familias para que cuiden de sus hijos y promover la permanencia cuando los niños no pueden quedarse o regresar con sus familias

Para conocer más términos importantes del bienestar de menores, vea el [glosario inglés-español](#) completo de Child Welfare Information Gateway. Para ver definiciones en inglés de términos de bienestar de menores, vea [Glossary \(en inglés\)](#).

EL CUIDADO POR PARIENTES Y EL SISTEMA DE BIENESTAR DE MENORES

Los sistemas de bienestar de menores varían de un Estado a otro, pero generalmente son coordinados por agencias públicas, como los departamentos de servicios sociales o los departamentos de servicios para la familia y los niños. La ley exige que los **trabajadores de casos ("caseworkers")** de estas agencias garanticen la seguridad, el bienestar y los arreglos de vivienda permanentes de los niños. Sus responsabilidades incluyen investigar informes de abuso y negligencia de menores y organizar servicios para niños y familias.

Las agencias de bienestar de menores se esfuerzan por mantener a los niños en sus hogares con sus familias siempre que sea posible al proporcionar servicios y recursos. Las agencias Estatales y del condado a menudo trabajan con agencias privadas de bienestar de menores para proporcionar estos servicios y recursos. Los servicios pueden incluir educación o terapia para los padres, y los recursos pueden incluir ayuda con el cuidado de los niños o la vivienda. Los trabajadores de casos ayudan a los padres a desarrollar [factores de protección](#) (como la resiliencia parental, conocimiento sobre la crianza de los hijos y conexiones sociales) para ayudar a garantizar la seguridad de sus hijos mientras viven en casa.

Cuando los niños no pueden permanecer de manera segura con sus padres, se prefiere la colocación con parientes sobre la colocación en **cuidado de crianza ("foster care")** con personas no relacionadas. La colocación con parientes, o **cuidado por parientes ("kinship care")**, puede proporcionar permanencia a los niños y ayudarlos a mantener las conexiones familiares. Al hablar del cuidado por parientes, el término "pariente" abarca tanto a las personas relacionadas por sangre o matrimonio como a las personas allegadas a la familia —es decir, personas que no están relacionadas, pero tienen una relación emocional tan cercana que se consideran como familiares para los niños.

Decidir si convertirse en el proveedor de cuidado de un pariente

Es posible que un familiar le haya pedido que cuide de sus hijos, o que un trabajador de caso (a veces conocido también como trabajador social) lo haya contactado a través de un proceso de búsqueda de familia, llamado "family finding" (en inglés), que las agencias de bienestar de menores utilizan para identificar posibles conexiones familiares. De cualquier manera, decidir si convertirse en el proveedor de cuidado de un pariente es una decisión importante. Considere hacerse las siguientes preguntas:

- ¿Estoy dispuesto y soy capaz de cuidar a niños que no son míos?
- ¿Puedo proporcionar un entorno de vida seguro para los niños?
- ¿Mi salud física o mental afectará negativamente mi capacidad para cuidar a los niños?
- ¿Estoy dispuesto a ayudar a los niños a encontrar un hogar permanente, ya sea que eso signifique quedarse conmigo, reunirse con sus padres o buscar otra opción?
- ¿Estoy dispuesto a participar en o alentar actividades para los niños que contribuyan a su desarrollo social y físico saludable?
- ¿Cómo se verán afectados los demás miembros de mi hogar o familia extendida si me convierto en proveedor de cuidado de mi pariente?
- ¿Qué apoyos o servicios podría necesitar para cuidar a los niños (y a mí mismo)?

La participación del sistema de bienestar de menores en el cuidado por parientes varía de un Estado a otro, ya que cada Estado tiene sus propias leyes y prácticas. Las agencias de bienestar de menores pueden considerar el cuidado por parientes por una variedad de razones, incluso si un niño no puede permanecer seguro en el hogar debido a una denuncia de abuso o negligencia de menores, el arresto o encarcelamiento del padre o la madre, la muerte de los padres o una enfermedad grave de los padres. Las agencias de bienestar de menores también pueden involucrarse con la familia si los padres dejan a los niños con parientes que luego se comunican con el sistema de bienestar de menores porque ya no pueden cuidar a los niños.

LOS BENEFICIOS DE LA COLOCACIÓN CON FAMILIARES O PARIENTES

Hay [muchos beneficios \(enlace en inglés\)](#) de colocar a los niños en cuidado por parientes, lo que incluye lo siguiente:

- **Minimiza el trauma.** Muchos niños y jóvenes que viven en arreglos de cuidado por parientes han pasado por eventos traumáticos, como ser abusados o descuidados. Ser removidos de sus hogares a menudo también es una experiencia traumática, y los niños pueden sufrir la pérdida de sus padres, amigos, vecindarios y escuelas. Cuando los niños viven con parientes, a menudo pueden mantener conexiones y apoyos familiares, lo que puede reducir el trauma de la separación y ayudar a los niños a recuperarse de traumas pasados.
- **Preserva la identidad cultural.** Tener una fuerte [identidad cultural \(enlace en inglés\)](#) puede conducir a una mayor autoestima, niveles de educación más altos, mejores habilidades de afrontamiento o de lidiar con las dificultades y niveles más bajos de soledad y depresión. Vivir con parientes ayuda a los niños a preservar y fortalecer sus identidades culturales al mantener conexiones con sus comunidades y cultura, incluido el idioma, la comida, las fiestas culturales y religiosas, la ropa y más. Históricamente, el cuidado informal por parientes (arreglos de cuidado por parientes que no involucran al sistema de bienestar de menores) ha sido una tradición en muchas culturas, especialmente en las comunidades latinas y otras comunidades de color. Esta larga tradición de trabajar juntos como comunidad para criar y apoyar a los hijos de los demás continúa prevaleciendo en estas comunidades. Para ver más información y recursos sobre este tema, visite la página web de Information Gateway [Kinship Care for Diverse Populations \(en inglés\)](#) [Cuidado por parientes para poblaciones diversas].
- **Aumenta la estabilidad de la colocación.** Los niños en cuidado por parientes tienen [menos probabilidad \(enlace en inglés\)](#) de tener tantas colocaciones en varios hogares de cuidado de crianza como los niños en cuidado de crianza tradicional.
- **Mejora los resultados de comportamiento.** Los niños en cuidado por parientes [muestran menos problemas de comportamiento \(enlace en inglés\)](#) que los que están en cuidado de crianza tradicional.
- **Promueve los lazos entre hermanos.** El cuidado por parientes aumenta la probabilidad de que los hermanos vivan juntos o se mantengan conectados. Las relaciones que los niños tienen con sus hermanos y hermanas a menudo son las relaciones más duraderas de sus vidas. Estas relaciones pueden adquirir aún más importancia para los niños separados de sus padres. Si no es posible que un proveedor de cuidado proporcione un hogar para todos los hermanos de una familia, es especialmente importante que ayude a los hermanos a mantenerse en contacto. Estos lazos pueden ofrecer cierta estabilidad y permanencia para los niños.

DIFERENTES TIPOS DE CUIDADO POR PARIENTES

Los arreglos de cuidado por parientes se dividen aproximadamente en tres categorías: (1) **cuidado informal por parientes**, (2) **cuidado voluntario por parientes** y (3) **cuidado formal por parientes**¹. También hay otras relaciones legales que los proveedores de cuidado pueden seguir. Es importante que comprenda las diversas formas de arreglos de cuidado por parientes y sus beneficios para ayudar a decidir qué opción es la mejor para usted y el niño.

CUIDADO INFORMAL POR PARIENTES

El cuidado informal por parientes se refiere a **los arreglos hechos por los padres y otros miembros de la familia sin la participación de una agencia de bienestar de menores o un tribunal**. En este tipo de acuerdo, la custodia legal de los niños permanece con los padres, y los padres pueden recuperar legalmente a sus hijos en cualquier momento. En estas circunstancias, los proveedores de cuidado por parientes pueden tener dificultades para inscribir a los niños en la escuela, obtener seguro médico, autorizar la atención médica y acceder a otros beneficios porque no tienen la custodia legal de los niños. Sin embargo, la mayoría de los Estados tienen leyes de poder que permiten a los padres otorgar a los proveedores de cuidado algún poder temporal para tomar decisiones con respecto a los niños.

Para situaciones en las que no se puede encontrar a los padres, muchos Estados tienen formularios de autorización o consentimiento educativo y de atención médica (en inglés) que no requieran la firma de los padres. En general, el único tipo de asistencia financiera disponible para los proveedores de cuidado por parientes en este tipo de arreglo es el beneficio de Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (Temporary Assistance for Needy Families; TANF, sigla en inglés) solo para niños. (Consulte la sección "Servicios y cómo acceder a ellos" de esta publicación para obtener más información).

Custodia física y custodia legal

Custodia física se refiere al lugar donde viven los niños. Si sus nietos o sobrinos viven con usted, usted tiene la custodia física de ellos. Puede alimentarlos y vestirlos, ayudarlos con sus tareas y cuidarlos cuando estén enfermos.

Custodia legal se refiere al derecho legal de tomar decisiones sobre los niños, como dónde viven. Los padres tienen la custodia legal de sus hijos a menos que voluntariamente le den esa custodia a otra persona o que un tribunal se la quite y se la dé a otra persona. Por ejemplo, un tribunal puede otorgar la custodia legal a un pariente o a una agencia de bienestar de menores. Quien tenga la custodia legal puede inscribir a los niños en la escuela, dar permiso para que reciban atención médica y dar otros consentimientos legales.

La misma persona no necesariamente tiene la custodia física y legal. Por ejemplo, como abuelo o abuela, es posible que tenga la custodia física de sus nietos porque viven con usted, pero los padres de los niños o la agencia Estatal pueden tener la custodia legal.

¹ Algunas organizaciones se están alejando de usar estos términos porque pueden ser ofensivos o confusos. Por ejemplo, estos términos pueden parecer indicar que un acuerdo formal es más importante o estable que un acuerdo informal o que los acuerdos formales e informales no son voluntarios. En su lugar, se pueden usar términos como "proveedores de cuidado por parientes que tienen una relación legal" o "proveedores de cuidado por parientes que no tienen una relación legal".

CUIDADO VOLUNTARIO POR PARIENTES

El cuidado voluntario por parientes se refiere a situaciones en las que **los niños viven con parientes, la agencia de bienestar de menores está involucrada y el Estado no toma la custodia legal**. En algunos casos, los niños han sido colocados con parientes por un tribunal, y en otros casos, la agencia de bienestar de menores hace un arreglo sin la participación del tribunal. Los padres pueden aceptar la colocación voluntaria de sus hijos con parientes para evitar que la agencia de bienestar de menores acuda a los tribunales para buscar colocaciones involuntarias.

CUIDADO FORMAL POR PARIENTES

El cuidado formal por parientes es más parecido al cuidado de crianza tradicional por personas que no son parientes de los niños. En el cuidado formal por parientes, **un juez pone a los niños bajo la custodia legal del Estado, y la agencia de bienestar de menores coloca a los niños con parientes**. En estas situaciones, la agencia de bienestar de menores, que actúa en nombre del Estado, tiene la custodia legal de los niños y los parientes tienen la custodia física. La agencia de bienestar de menores también es responsable de garantizar que los niños reciban atención médica y asistan a la escuela. Si el tribunal ha aprobado visitas con los padres o hermanos, la agencia de bienestar de menores es responsable de asegurar que se realicen estas visitas.

En el cuidado formal por parientes, los proveedores de cuidado de los niños a menudo no tienen licencia, certificación o aprobación completas según las leyes y políticas del Estado. En consecuencia, es posible que estas familias no tengan acceso a pagos mensuales de manutención de cuidado de crianza u otros apoyos.

Si usted es un proveedor de cuidado formal por parientes con licencia completa, generalmente es elegible para recibir más asistencia financiera que otros tipos de proveedores de cuidado por parientes. Al obtener la licencia, se vuelve elegible para ciertos programas de financiamiento Estatales y Federales, como el Title IV-E Guardianship Assistance Program [Programa de Asistencia de Tutela del Título IV-E; GAP, sigla en inglés] que se describe en detalle en la sección "Servicios y cómo acceder a ellos" de esta publicación. Muchos Estados han implementado esfuerzos para otorgar licencias completas a más proveedores de cuidado por parientes para que más de ellos califiquen para recibir asistencia financiera, lo que permite que más niños y jóvenes permanezcan conectados con sus familias y comunidades.

OTRAS RELACIONES LEGALES

Dependiendo del Estado, hay muchas relaciones legales que los proveedores de cuidado pueden perseguir de forma privada o con la ayuda de una agencia. Estas incluyen, pero no se limitan a, tutela temporal ("temporary guardianship"), tutela limitada ("limited guardianship"), tutela de reserva ("standby guardianship"), tutela permanente ("permanent guardianship"), tutela por tribunal de sucesiones ("guardianship by probate court") y custodia de facto. Las definiciones y resúmenes de cada una de estas relaciones están disponibles en [Care & Custody - Summary & Analysis \(en inglés\)](#) [Cuidado y custodia - resumen y análisis] en el sitio web de Grandfamilies.org.

Estos arreglos legales permiten que los derechos legales relacionados con el cuidado de los niños, como el derecho a tomar decisiones médicas, se transfieran de los padres a los proveedores de cuidado en un tribunal. Aunque las leyes varían de un Estado a otro, la transferencia de derechos legales a menudo requiere que un abogado redacte documentos que se presentan en la corte para la aprobación de un juez. Una vez que se otorga alguna forma de relación legal, los parientes a menudo pueden tomar decisiones, como decisiones médicas y educativas, para el bienestar de los niños.

La tutela ("guardianship") es a menudo un objetivo de permanencia por el que los proveedores de cuidado pueden trabajar, ya sea con o sin el apoyo de los padres, si la agencia y los tribunales deciden que es lo mejor para el niño. Puede encontrar más información sobre la tutela legal en la sección "Familias permanentes para los niños" de esta publicación.

QUÉ ESPERAR DEL SISTEMA DE BIENESTAR DE MENORES

Después de que los niños son colocados en su hogar, es posible que se pregunte qué puede esperar en sus interacciones futuras con el sistema de bienestar de menores. Esto a menudo dependerá de la naturaleza del acuerdo de cuidado por parientes. Esta sección describe dos situaciones comunes: ser proveedor de cuidado voluntario y ser proveedor de cuidado formal.

COMO PROVEEDOR DE CUIDADO VOLUNTARIO

En los Estados donde los arreglos voluntarios de cuidado por parientes son aceptados y promovidos por el sistema de bienestar de menores, los trabajadores de casos a menudo participan de las siguientes maneras:

- **Garantizar la seguridad.** Su trabajador de caso puede asegurarse de que usted y su hogar cumplan con los requisitos mínimos para la seguridad de los niños. Por ejemplo, la mayoría de los Estados requieren que los trabajadores de casos realicen verificaciones de antecedentes penales y verificaciones de registro de abuso y negligencia de los miembros del hogar.
- **Realizar visitas.** En algunos Estados, los trabajadores de casos pueden hacer visitas periódicas para garantizar que los niños permanezcan en un ambiente seguro. Los trabajadores de casos también pueden brindar apoyo a los proveedores de cuidado durante las visitas.
- **Ofrecer servicios.** Algunos Estados tienen servicios disponibles para niños y familias en cuidado voluntario por parientes. Estos pueden incluir referencias a terapia para niños o grupos de apoyo para miembros de la familia. (Hay más información en la sección "Servicios y cómo acceder a ellos" de esta publicación).
- **Ayudar a cambiar el estado de custodia.** Si los niños permanecen bajo la custodia legal de sus padres, pero los padres no están cumpliendo con los requisitos de su plan de servicio o están poniendo a los niños en situaciones peligrosas, los trabajadores de casos pueden ayudar a los proveedores de cuidado a solicitar al tribunal la custodia legal temporal de los niños. Los trabajadores de casos también pueden acudir a los tribunales y solicitar que los niños sean puestos bajo la custodia legal del Estado.

Algunos casos de cuidado voluntario por parientes implican un contacto muy limitado con la agencia de bienestar de menores. Una vez que el trabajador del caso haya completado la verificación de antecedentes de los miembros del hogar, es posible que el trabajador del caso esté satisfecho de que los niños se encuentran en un entorno seguro y que no se comunique más con usted. En estas situaciones, si necesita ayuda o servicios, es posible que deba comunicarse con su trabajador de caso o localizar los servicios comunitarios por su cuenta.

COMO PROVEEDOR DE CUIDADO FORMAL

Los arreglos formales de cuidado por parientes a menudo tienen la mayor participación con el sistema de bienestar de menores. Al igual que el cuidado de crianza, el Estado tiene la custodia legal de los niños en arreglos formales de cuidado por parientes.

En comparación con la colocación en cuidado voluntario por parientes, los proveedores de cuidado en colocaciones formales de cuidado por parientes tienen una participación más estructurada con la agencia de bienestar de menores. Esto puede proporcionar a las familias más apoyo y servicios, pero también pueden tener menos flexibilidad para tomar decisiones independientes sobre los niños, ya que el Estado mantiene la custodia legal. Las siguientes son algunas de las formas en que la agencia de bienestar de menores puede participar en el cuidado formal por parientes:

- **Garantizar los estándares de seguridad o de concesión de licencias.** Los trabajadores de casos realizan verificaciones de antecedentes penales y verificaciones del registro de abuso de menores de todas las personas adultas que vivan en el hogar con los proveedores de cuidado por parientes. Además, podrían considerar el tamaño y el estado de la casa, los ingresos de los proveedores de cuidado, otras personas que viven en el hogar y el transporte disponible. Si bien los Estados tienen la opción de renunciar a los estándares de licencia que no son de seguridad, la mayoría de los Estados requieren que los hogares de cuidado de crianza por parientes cumplan con todos los requisitos para obtener la licencia de hogar de cuidado de crianza.

Los Estados generalmente les dan a los proveedores de cuidado por parientes cierta flexibilidad en la cantidad de tiempo que tienen para cumplir con los requisitos porque la colocación de un niño a menudo es inesperada, y algunos Estados renunciarán a los requisitos si no afectan la salud o la seguridad de los niños. A los proveedores de cuidado por parientes se les puede ofrecer capacitación para padres de cuidado de crianza, que en muchos Estados se adapta a los padres de crianza temporal por parientes. Los proveedores de cuidado deben preguntar a sus trabajadores de caso sobre [pros y contras \(enlace en inglés\)](#) de convertirse en padre o madre de cuidado de crianza con licencia, incluidos los apoyos financieros y otros tipos de apoyo a los que pueden acceder.

- **Supervisión y apoyo.** El trabajador del caso apoyará a los miembros de la familia para ayudar a garantizar que los niños estén seguros y bien. Esto incluye hacer llamadas telefónicas y visitas periódicas al hogar. El trabajador del caso también puede proporcionar referencias para servicios, como consejería o terapia. En la mayoría de las situaciones, los proveedores de cuidado llevarán a los niños a las citas de atención médica y se comunicarán con las escuelas de los niños. En algunas situaciones, sin embargo, los trabajadores de casos tienen más responsabilidad por estos servicios.
- **Organizar visitas con padres y hermanos.** En muchas situaciones, el tribunal ordenará visitas con los padres y hermanos, y los trabajadores de casos trabajarán con los padres y los proveedores de cuidado por parientes para organizar estas visitas. En algunos casos, los proveedores de cuidado pueden ser responsables de proporcionar transporte a los niños o de supervisar las visitas en su propio hogar. Para obtener más información sobre cómo los proveedores de cuidado pueden apoyar las conexiones familiares, vea la publicación *Colaborando con parientes para promover la reunificación* de Information Gateway.

Toma de decisiones en grupos familiares, conferencias en grupos familiares y reuniones de equipos familiares

El sistema de bienestar de menores valora la participación de la familia en la toma de decisiones. Una de las formas en que los trabajadores de casos involucran a las familias es organizando discusiones grupales conocidas como toma de decisiones en grupos familiares, conferencias en grupos familiares o reuniones de equipos familiares (enlace en inglés).

Estos términos se usan para describir una reunión o serie de reuniones organizadas por una agencia de bienestar de menores y a las que asisten familiares, amigos, maestros y otros adultos que son importantes en la vida de los niños. A veces, los niños también asisten, especialmente los jóvenes mayores. El trabajador del caso generalmente organiza y facilita estas reuniones. Los temas discutidos en estas reuniones pueden incluir arreglos de vivienda para los niños, metas para los niños y metas para los padres, entre otras cosas. Las reuniones también se pueden utilizar para ayudar a desarrollar factores de protección y apoyos sociales para la familia.

Como proveedor de cuidado por parientes, usted debe ser incluido en este tipo de reuniones. Si el trabajador del caso de los niños no ha organizado estas reuniones, puede preguntar sobre ellas.

- **Planificación de servicios.** La agencia de bienestar de menores desarrollará un **plan de servicios** (a veces llamado **plan de caso** o **plan de permanencia**) para cada niño involucrado en el sistema de bienestar de menores. El plan de servicio cubre dos cuestiones principales:
 - **Una meta de permanencia para cada niño.** Esta es la meta sobre dónde vivirá ese niño. En la mayoría de las situaciones, la meta de permanencia para un niño es regresar con uno de sus padres (lo que se llama reunificación familiar). Muchos Estados requieren una planificación concurrente,

lo que significa que la agencia de bienestar de menores debe crear un plan primario y un plan de respaldo. A menudo, el plan u objetivo principal será devolver al niño a su madre o padre (reunificación). Si esto no es posible, el plan de respaldo puede ser que el proveedor de cuidado por parientes se convierta en la madre o el padre adoptivo o tutor legal del niño.

- **Acciones que los padres y la agencia de bienestar de menores deben tomar** para que los niños puedan regresar con sus padres o para que se pueda lograr otra meta de permanencia. Por ejemplo, el plan de servicios para padres que tienen trastornos por consumo de sustancias puede indicar que los padres deben completar con éxito el tratamiento para ese trastorno.

Los proveedores de cuidado por parientes deben participar en la planificación del caso y deben recibir copias del plan final. Los trabajadores de casos deben revisar los planes de servicio con todos los involucrados al menos cada 6 meses para medir el progreso hacia las metas y decidir si es necesario cambiar el plan.

Preguntas para hacerle a su trabajador de caso sobre asumir la responsabilidad de los niños

Convertirse en el proveedor de cuidado de un pariente puede ser abrumador y confuso. Puede ser útil hacerle las siguientes preguntas a su trabajador de caso:

- ¿Quién tiene la custodia legal de los niños?
- ¿Qué derechos y responsabilidades otorga la custodia legal en este Estado? ¿La custodia física?
- ¿Puedo participar en el desarrollo del plan de servicio y recibir una copia del plan?
- ¿Los niños o yo tendremos que ir a la corte?
- ¿Quién es responsable de inscribir a los niños en la escuela, obtener un seguro médico, otorgar permiso para la atención médica y obtener atención médica, firmar los formularios de permiso escolar, entre otras cosas?
- ¿Hay restricciones sobre el contacto con los padres u otros miembros de la familia?
- ¿Con qué frecuencia puedo esperar que alguien de los servicios de bienestar de menores visite mi hogar?
- ¿Cuáles son los requisitos para mí y mi hogar si quiero que los niños vivan conmigo?
- ¿Los requisitos son diferentes si los niños están conmigo solo temporalmente?
- ¿Qué servicios están disponibles para mí y para los niños, y cómo puedo acceder a ellos?
- ¿Hay restricciones en la disciplina que puedo usar (como las nalgadas) con los niños?
- ¿Qué subsidios o asistencia financiera están disponibles? ¿Qué debo hacer para solicitar la asistencia?
- ¿Cómo puedo convertirme en un padre o madre de cuidado de crianza con licencia y recibir un subsidio mensual de cuidado de crianza para ayudar a satisfacer las necesidades de los niños?
- ¿La agencia de bienestar de menores o los servicios sociales proporcionarán apoyo para el cuidado infantil?
- ¿Recibiré ayuda de transporte para llevar a los niños a las citas médicas?

SERVICIOS Y CÓMO ACCEDER A ELLOS

Las agencias de bienestar de menores a menudo brindan servicios para los proveedores de cuidado por parientes y los niños a su cuidado. También pueden referir a las familias a otras organizaciones que brindan servicios. Es más probable que los servicios y las referencias estén disponibles para los niños que reciben cuidado formal por parientes que para los que reciben cuidado informal por parientes. Cuando los niños están bajo la custodia legal del Estado, es responsabilidad de la agencia de bienestar de menores garantizar que los niños reciban evaluaciones y servicios apropiados.

Al referir a su familia para recibir servicios, su trabajador de caso debe asegurarse de que el servicio y el proveedor sean apropiados para los orígenes culturales de su familia. El proveedor de servicios debe comprender las diferencias culturales, reconocer los posibles sesgos y brindar servicios culturalmente apropiados para garantizar que usted y los niños reciban el apoyo que necesitan. Para más información, visite la página de Information Gateway [Cultural Responsiveness in Services \(en inglés\)](#) [Receptividad cultural en los servicios].

TERAPIA Y CONSEJERÍA

Los niños que han sido separados de sus padres pueden beneficiarse de la consejería para abordar una variedad de problemas, incluido cualquier abuso o negligencia que hayan sufrido, otros traumas y problemas o afecciones adicionales. La identificación y el tratamiento tempranos del trauma y otros problemas pueden disminuir los efectos a corto y largo plazo, por lo que puede ser beneficioso hablar con un consejero temprano sobre si la terapia podría ayudar.

Para obtener más información sobre los signos y el tratamiento del trauma, visite la página web de Information Gateway [Resources on Trauma for Caregivers and Families \(en inglés\)](#) [Recursos sobre el trauma para proveedores de cuidado y familias]. También puede encontrar recursos en español en la [Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil](#).

Los proveedores de cuidado deben seguir el progreso de la terapia y consejería de los niños. Incluso, se les puede pedir que participen en sesiones de terapia o que utilicen estrategias específicas de crianza con los niños en el hogar.

APOYO FINANCIERO

Los proveedores de cuidado por parientes pueden tener dificultades con los costos de mantener a los niños a su cuidado. Dependiendo de una serie de factores, que incluyen la edad, los ingresos, el estado de discapacidad del niño y el estado legal del acuerdo de cuidado (es decir, cuidado voluntario o cuidado de crianza), puede haber apoyos financieros disponibles. Los siguientes son algunos de los programas que pueden estar disponibles para usted:

- El programa **Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (Temporary Assistance to Needy Families; TANF, sigla en inglés)** está diseñado para brindar asistencia financiera a familias de bajos ingresos y al mismo tiempo ayudarlas a ser autosuficientes. Hay dos tipos de subvenciones bajo

TANF para las que los proveedores de cuidado por parientes pueden ser elegibles: subvenciones solo para niños y subvenciones para familias. Sin embargo, la mayoría de los Estados no permiten que los niños que están bajo el cuidado de personas allegadas o amigos de la familia accedan a las subvenciones familiares o solo para niños de TANF. Para ver si los allegados o amigos familiares están incluidos en la definición de "pariente" de su Estado bajo TANF, revise el recurso de Grandfamilies.org "[TANF Fictive Kin Chart](#)" (en inglés) [Gráfico de personas allegadas].

En la mayoría de los Estados, las subvenciones solo para niños están diseñadas para considerar las necesidades y los ingresos de solo los niños. Dado que la mayoría de los niños no tienen ingresos, casi todos los niños bajo el cuidado de un pariente son elegibles para subvenciones solo para niños. Para las subvenciones familiares de TANF, el Estado considera los ingresos del pariente encargado del cuidado del niño. Dado que estas subvenciones están diseñadas para atender las necesidades tanto de los niños como de sus proveedores de cuidado, generalmente son más grandes que las subvenciones solo para niños.

- **Pagos por cuidado de crianza** (a veces también conocido como "custodia adoptiva temporal") a menudo están disponibles para los proveedores de cuidado en arreglos formales de cuidado por parientes si se convierten en padres de cuidado de crianza con licencia completa. Los requisitos para recibir estos pagos varían de un Estado a otro.
- **El Programa de Asistencia de Tutela del Título IV-E (GAP, sigla en inglés)** es un programa Federal diseñado para promover la permanencia de los niños en cuidado de crianza. En los Estados que han optado por operar el programa GAP, los padres de cuidado de crianza por parientes con licencia que se convierten en tutores permanentes pueden ser elegibles para recibir asistencia mensual continua para los niños a su cuidado. GAP proporciona una alternativa culturalmente receptiva a la adopción para algunos parientes que no desean alterar las relaciones familiares y les permite continuar recibiendo apoyo financiero similar al que recibieron como proveedores de cuidado formal por parientes.

A junio de 2021, 40 Estados, el Distrito de Columbia, Puerto Rico, las Islas Vírgenes y 10 Tribus tenían programas GAP aprobados ([enlace en inglés](#)). Para aprender más sobre la elegibilidad para GAP, consulte el recurso de Information Gateway [Kinship Guardianship as a Permanency Option \(en inglés\)](#) [La tutela por parientes como opción de permanencia].

- **El Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (Supplemental Nutrition Assistance Program; SNAP, sigla en inglés)** se refiere al programa Federal de Cupones de Alimentos. SNAP está disponible para familias con ingresos por debajo de cierto nivel. En este caso, se consideran los ingresos de todas las personas en el hogar, y los niños de los parientes se pueden incluir en el tamaño de la familia para determinar el monto del beneficio. Para aprender más sobre elegibilidad y cómo presentar una solicitud, visite el sitio web del [U.S. Food and Nutrition Service \(en inglés\)](#) [Servicio de Alimentos y Nutrición de los Estados Unidos].
- **El programa de Seguridad de Ingreso Suplementario (Supplemental Security Income; SSI, sigla en inglés)** puede estar disponible para niños o proveedores de cuidado con discapacidades. También está disponible para personas de 65 años o más. Lea más información sobre los beneficios de SSI en el sitio web de la [Administración del Seguro Social \(Social Security Administration\)](#).

Para obtener más información sobre la asistencia financiera, vea la página de [Information Gateway Resources for Relative and Kinship Caregivers: Legal and Financial Information \(en inglés\)](#) [Recursos para proveedores de cuidado por parientes: información legal y financiera]. Para ver qué beneficios del gobierno puede ser elegible para recibir, incluidos los que no están relacionados con el cuidado por parientes, visite la página en español de [Benefits.gov](#).

Cómo navegar la dinámica familiar cambiante

Cuando se convierte en proveedor de cuidado de un pariente, puede tener sentimientos de enojo, tristeza, pérdida, culpa o una variedad de otras emociones. Además de estos sentimientos, tiene que adaptarse a las dinámicas familiares cambiantes.

Cuando se convierte en el cuidador principal, puede ser difícil hacer la transición del papel de “abuela que mimaba a sus nietos” o “hermano mayor divertido” a la figura parental que establece las reglas del hogar y toma decisiones. También puede ser difícil tener conversaciones con los niños para explicarles por qué no pueden quedarse con sus padres.

Otro cambio de relación que puede ser difícil de navegar es su relación con los padres de nacimiento del niño. Usted se hace responsable de tomar decisiones diarias sobre la vida de los niños, lo que puede ser incómodo para los padres que solían tomar esas decisiones. Es importante que usted y los padres mantengan paciencia el uno con el otro y trabajen juntos en el mejor interés de los niños.

Information Gateway proporciona un [lista de recursos \(en inglés\)](#) para ayudar a los proveedores de cuidado por parientes con estos cambios familiares. El Wisconsin Foster Care and Adoption Resource Center [Centro de Recursos de Adopción y Cuidado de Crianza de Wisconsin] también ofrece un [hoja de consejos \(en inglés\)](#) con recomendaciones para navegar las relaciones con los niños, los padres de los niños, la familia extendida y su pareja.

SEGURO DE SALUD

Muchos niños criados por parientes son elegibles para seguro médico a través de Medicaid o el Programa de Seguro Médico para Niños (Children's Health Insurance Program; CHIP, sigla en inglés). Medicaid proporciona cobertura para muchos costos relacionados con el cuidado médico para adultos con bajos ingresos y niños de familias de bajos ingresos, incluido las visitas al médico, chequeos, exámenes de detección, prescripciones y hospitalizaciones. Los programas CHIP Estatales cubren muchos de estos costos para niños que no son elegibles para Medicaid, aunque cada Estado tiene reglas de elegibilidad y cobertura diferentes.

En la mayoría de los casos, solo se usan los ingresos del niño para determinar la elegibilidad para Medicaid o CHIP, y no los ingresos del pariente que asume el cuidado del niño. Su trabajador de caso puede ayudarle a identificar la agencia apropiada con la cual se debe comunicar para solicitar cobertura de seguro de salud a través de estos programas. Todos los Estados permiten que los proveedores de cuidado por parientes soliciten Medicaid o CHIP de parte de los niños a los cuales cuidan. Medicaid y CHIP no tienen períodos de inscripción abierta, por lo que puede presentar su solicitud en cualquier momento del año. Aprenda más en el sitio web CuidadoDeSalud.gov.

CUIDADO DE RELEVO

Los proveedores de cuidado por parientes que buscan un descanso temporal del cuidado a tiempo completo de los niños pueden encontrar alivio a través del [cuidado de relevo \(enlace en inglés\)](#) (también conocido como cuidado de respiro). Cuidado de relevo se refiere a programas que les dan un descanso a los proveedores de cuidado al cuidar a los niños por periodos cortos de tiempo. Por ejemplo, el cuidado de relevo podría ser en un horario regular o cuando los cuidadores necesitan viajar, ir al hospital o estar fuera por unos días. En algunos programas de relevo, los proveedores de cuidado de relevo van al hogar para cuidar a los niños. En otros casos, los niños asisten a un campamento o programa fuera del hogar.

La disponibilidad de cuidado de relevo puede ser limitada y puede depender de sus necesidades y de las necesidades de los niños a su cuidado. Puede pedirle a su agencia de bienestar de menores más información sobre cómo acceder a estos programas. Para leer más sobre el cuidado de relevo, vea las siguientes hojas informativas del centro [ARCH National Respite Network and Resource Center](#):

- [9 pasos para el cuidado de respiro para cuidadores familiares de niños y adultos con discapacidades intelectuales y del desarrollo](#)
- [9 pasos para el relevo de descanso para abuelos y familia extendida](#)

GRUPOS DE APOYO

Las agencias de bienestar de menores pueden conectarlo con un grupo de apoyo local para personas que asumen el cuidado de un pariente. También puede encontrar listados de grupos de apoyo en el [National Foster Care and Adoption Directory \(en inglés\)](#) [Directorio Nacional de Cuidado de Crianza y Adopción]. Compartir sus experiencias con otras personas que tienen experiencias similares puede ser de ayuda y aliviar el aislamiento que a menudo sienten los proveedores de cuidado. También puede encontrar grupos de apoyo en línea, incluso en sitios de redes sociales.

NAVEGADORES DE PARENTESCO

Los programas de navegadores de parentesco, conocidos en inglés como "kinship navigator programs", están disponibles en algunas áreas para ayudar a los proveedores de cuidado por parientes a identificar y acceder a los servicios y otra ayuda que necesitan para criar a los niños. Los navegadores pueden proporcionar información sobre cómo obtener atención médica, apoyo financiero, asistencia legal y servicios de emergencia; cómo colaborar con los sistemas de bienestar de menores y judiciales; y mucho más.

El navegador también puede conectar a los proveedores de cuidado con grupos de apoyo, consejería o terapia y otros servicios comunitarios. En algunos casos, estos navegadores son personas que tienen experiencia de primera mano como proveedores de cuidado por parientes.

Para averiguar si hay un programa de navegador de parentesco en su área, comuníquese con su agencia local de bienestar de menores o revise la lista de Information Gateway de [contactos y programas Estatales de cuidado por parientes \(en inglés\)](#).

PARTICIPACIÓN EN LOS TRIBUNALES

Es probable que los proveedores de cuidado por parientes que forman parte del sistema de cuidado de crianza tengan alguna medida de participación en los tribunales. En la mayoría de los Estados, esto ocurre en un tribunal de familia o de dependencia. Siempre que sea posible, debe hacer arreglos para asistir a las audiencias judiciales. Incluso se le puede pedir que testifique en ellas. Es importante que comparta su punto de vista sobre la situación y que comprenda completamente las decisiones del tribunal. También es importante estar allí para abogar por los niños y apoyarlos si comparecen ante el juez.

Puede encontrar más información sobre la participación en el sistema judicial en la publicación de Information Gateway [Understanding Child Welfare and the Courts \(en inglés; pronto disponible en español\)](#) [Comprender el sistema de bienestar de menores y los tribunales].

Preguntas para hacerle a su trabajador de caso sobre las audiencias judiciales

Considere hacerle a su trabajador de caso las siguientes preguntas sobre las audiencias judiciales:

- ¿Cuándo y dónde es la audiencia?
- ¿Qué tipo de audiencia es esta?
- ¿Qué se decidirá en la audiencia?
- ¿Quiénes estarán presentes?
- ¿Quién tendrá un abogado?
- ¿Necesito un abogado? Si es así, ¿quién puede ayudarme a encontrar uno?
- ¿Quién representará al niño o los niños? ¿Puedo hablar con esa persona?
- ¿Puedo hablar en la audiencia?
- ¿Cuál es el calendario de futuras audiencias?
- ¿Pueden los niños hablar en la audiencia? ¿Cómo puedo apoyarlos mejor?

FAMILIAS PERMANENTES PARA LOS NIÑOS

Permanencia es un término usado por los trabajadores de casos para referirse a una familia duradera y enriquecedora para un niño. La planificación de la permanencia para cada niño implica establecer una meta para la permanencia, establecer las tareas necesarias para lograr la meta y determinar los roles y responsabilidades de todos los involucrados, incluidos los padres, parientes, el trabajador del caso, niños y otras partes interesadas.

Metas comunes de permanencia son la reunificación con los padres, la tutela legal y la adopción. Al establecer un plan de permanencia, es importante asegurarse de que los niños o jóvenes estén involucrados, conozcan sus opciones y tengan la oportunidad de expresar sus opiniones, según sea posible y apropiado.

REUNIFICACIÓN

[Reunir a los niños con sus padres \(enlace en inglés\)](#) es la primera opción de las agencias de bienestar de menores cuando esta opción garantizará la seguridad y el bienestar de los niños y les proporcionará una familia permanente. Cada Estado tiene leyes diferentes, pero por lo general, la reunificación de los niños con sus padres puede ocurrir cuando el juez acuerda que los padres han cumplido con las metas establecidas en su plan de servicio (por ejemplo, la finalización del tratamiento por uso de sustancias). El juez decide si los niños pueden reunirse de manera segura con sus padres basándose en la información de los padres, los profesionales del bienestar de menores, otros adultos importantes (como los proveedores de cuidado por parientes) y, a menudo, los niños.

TUTELA

[La tutela \(enlace en inglés\)](#) es otra opción legal para la permanencia que puede ser especialmente apropiada en el cuidado por parientes. La ley Federal alienta a los Estados a considerar a un pariente en lugar de una persona no relacionada cuando buscan un tutor legal para niños que no pueden regresar a casa.

Cuando un pariente se convierte en el tutor legal del niño, la custodia legal es transferida del Estado al pariente por un tribunal. En la mayoría de las circunstancias, no hay más participación de la agencia de bienestar de menores. En los acuerdos de tutela, los derechos parentales de los padres no se rescinden (es decir, los padres retienen algunos derechos parentales). Los parientes que se convierten en tutores legales del niño obtienen la custodia legal y física y los derechos y responsabilidades para tomar decisiones sobre los niños, mientras que los padres de nacimiento a menudo conservan algunos derechos de visita u otros derechos.

La tutela puede ser apropiada para las familias que no desean alterar las relaciones legales de la familia a través de la adopción, pero necesitan establecer un acuerdo legal permanente con relación a los niños para poder tomar decisiones educativas, de atención médica y de otro tipo para los niños.

Existen algunos programas de tutela subsidiados, como el Title IV-E Guardianship Assistance Program [Programa de Asistencia de Tutela del Título IV-E] que se describe en la sección "Servicios y cómo acceder a ellos" de esta hoja informativa, así como programas financiados por el Estado, que permiten a los tutores continuar recibiendo pagos (subsidios) similares a los que recibieron a través del cuidado formal por parientes como padres de cuidado de crianza. Esto permite que los niños tengan relaciones familiares permanentes sin hacer que los tutores pierdan los subsidios mensuales necesarios. En la tutela subsidiada, existe cierta participación continua de la agencia de bienestar de menores, aunque es mucho menor que en el cuidado de crianza. Por ejemplo, se les puede pedir a los proveedores de cuidado que completen formularios anuales.

Permanencia relacional

Obtener la permanencia legal no siempre es una posibilidad para algunos niños y jóvenes, y algunos jóvenes pueden no querer lograr la permanencia legal. En estos casos, los parientes aún pueden apoyar a los niños al proporcionar permanencia relacional. La permanencia relacional se logra a través de las relaciones o conexiones que una persona joven tiene con adultos que se preocupan por ella y la apoyan en su vida, como familiares, vecinos o maestros.

La permanencia implica que la relación durará y que el adulto continuará brindando apoyo de por vida al joven. Esto podría significar que el adulto proporciona un hogar donde el joven pueda visitar o quedarse durante las vacaciones, sirve como una persona con quien hablar y discutir problemas, o celebra los logros y los hitos en la vida del joven.

Establecer y mantener la permanencia relacional puede contribuir a una mejor salud mental, resiliencia, resultados educativos, autoestima y transiciones a la edad adulta. Lea más sobre la permanencia relacional en la publicación de Information Gateway *Promoting Permanency for Older Youth in Out-of-Home Care (en inglés)* [Promover la permanencia para los jóvenes mayores en cuidado fuera del hogar].

ADOPCIÓN

Algunos proveedores de cuidado por parientes optan por adoptar a los niños a su cuidado. Dado que la adopción es a menudo el plan de permanencia preferido de la agencia para los niños que no regresan con sus padres, los parientes pueden adoptar para que los niños puedan seguir viviendo con familiares. La asistencia para la adopción (pagos) puede estar disponible para las familias de parientes que adoptan, pero ya no serían elegibles para las subvenciones de asistencia temporal solo para niños.

Al igual que con el cuidado de crianza y la tutela, la agencia de bienestar de menores debe garantizar que el hogar y los padres adoptivos potenciales cumplan con ciertos estándares de seguridad y bienestar exigidos por el Estado. En algunos Estados, los estándares para la adopción pueden ser más difíciles de lograr que los del cuidado de crianza. Estos requisitos y estándares se aplicarán incluso a los parientes que han estado cuidando a los niños bajo un acuerdo de cuidado de crianza.

Los niños pueden ser adoptados solo después de que el tribunal haya rescindido todos los derechos legales de los padres o los padres hayan renunciado voluntariamente a todos sus derechos parentales de forma permanente. Un tribunal debe finalizar la adopción. Dependiendo de su edad y de la ley Estatal, los tribunales a menudo les preguntarán a los niños si están de acuerdo con la adopción.

Una vez que se finaliza la adopción, los parientes se convierten en los padres legales de los niños. Generalmente, no hay más participación de la agencia de bienestar de menores después de esa finalización. Asistencia para la adopción, o subsidios para los proveedores de cuidado de un niño adoptado con "necesidades especiales", pueden estar disponibles. (En el campo del bienestar de menores, "necesidades especiales" puede referirse a condiciones o circunstancias que pueden hacer más difícil encontrar un hogar adoptivo para un niño sin asistencia financiera, incluida la pertenencia a un grupo minoritario; tener una afección médica; ser parte de un grupo de hermanos que no debe separarse; o tener una discapacidad física, emocional o mental).

La familia también puede ser elegible para recibir servicios de apoyo después de la adopción y para la permanencia, como servicios educativos, servicios clínicos, asistencia financiera o de salud y redes de apoyo. Para obtener más información sobre los servicios posteriores a la adopción, incluido un directorio de búsqueda de grupos y servicios de apoyo, visite la página de Information Gateway Postadoption Services and Support (en inglés) [Servicios y apoyo después de la adopción].

Preguntas para hacerle a su trabajador de caso sobre los arreglos a largo plazo

Puede querer hacerle a su trabajador de caso las siguientes preguntas sobre los arreglos a largo plazo para los niños:

- ¿Cuál es la meta actual de permanencia para cada niño? (Es posible que los hermanos no tengan la misma meta).
- ¿Cuáles son las opciones para los niños si nunca pueden regresar con sus padres?
- ¿Cuáles son mis opciones si los niños no pueden regresar con sus padres?
- ¿Bajo qué circunstancias puedo recibir un subsidio para ayudar a pagar el cuidado de los niños?
- ¿Se verá afectado el acuerdo legal cuando los niños cumplan 18 años?
- ¿Cómo continuará la agencia de bienestar de menores involucrada con mi familia?
- ¿Cómo afectarán las diversas opciones de permanencia a los servicios disponibles para los niños (por ejemplo, asistencia para los costos de matrícula y educativos, seguro médico, servicios de vida independiente)?

CONCLUSIÓN

El cuidado por parientes es una excelente opción para los niños y jóvenes que no pueden permanecer de manera segura con sus padres. Los proveedores de cuidado por parientes a veces pueden sentirse confundidos o frustrados al participar con un sistema desconocido como el sistema de bienestar de menores. La información en esta hoja informativa puede ayudar a los proveedores de cuidado a comprender y trabajar con el sistema de bienestar de menores para proporcionar los mejores resultados, incluida una familia permanente, para sus parientes jóvenes.

RECURSOS ADICIONALES

INFORMACIÓN SOBRE EL SISTEMA DE BIENESTAR DE MENORES

- [*Cómo funciona el sistema de bienestar de menores*](#) (Child Welfare Information Gateway)
- [*State Child Welfare Agency Websites \(en inglés\)*](#) [Sitios web de agencias de bienestar de menores] (Child Welfare Information Gateway)

INFORMACIÓN SOBRE EL CUIDADO POR PARIENTES

En español:

- [*Colaborando con parientes para promover la reunificación*](#) (Child Welfare Information Gateway)
- [*Hojas informativas Estatales para abuelos y otros parientes que crían niños*](#) (Generations United, The Brookdale Foundation Group, American Association of Retired Persons, ABA Center on Children and the Law, Casey Family Programs, ChildFocus, Children's Defense Fund y Dave Thomas Foundation for Adoption)
- [*Abuelos que crían a sus nietos: Información básica que debes saber si tienes niños bajo tu cuidado*](#) (AARP)
- [*Ayuda para las familias de crianza y adoptivas*](#) (AdoptUSKids)

En inglés:

- [*State Kinship Care Contacts and Programs \(en inglés\)*](#) [Contactos y programas Estatales de cuidado por parientes] (Child Welfare Information Gateway)
- [*Resources for Relative and Kinship Caregivers \(en inglés\)*](#) [Recursos para proveedores de cuidado por parientes] (Child Welfare Information Gateway)
- [*Generations United \(en inglés\)*](#)
- [*Grandfamilies State Law and Policy Resource Center \(en inglés\)*](#) [Centro de recursos sobre leyes y políticas Estatales] (Casey Family Programs, American Bar Association Center on Children and the Law, Generations United)
- [*Grandparents Raising Grandchildren \(en inglés\)*](#) [Serie de hojas informativas para abuelos criando nietos] (University of Georgia College of Family and Consumer Sciences)

CITA SUGERIDA:

Child Welfare Information Gateway. (2022). *El cuidado por parientes y el sistema de bienestar de menores*. U.S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families, Children's Bureau. <https://www.childwelfare.gov/pubs/cuidadoresfam/>



U.S. Department of Health and Human Services
Administration for Children and Families
Administration on Children, Youth and Families
Children's Bureau



Esta publicación forma parte del dominio público y puede ser descargada, reproducida y distribuida sin autorización. Al hacerlo, por favor dé crédito a Child Welfare Information Gateway. Disponible en línea en <https://www.childwelfare.gov/pubs/cuidadoresfam/>.

Nombre: _____

Fecha: _____

3 hours de Entrenamiento

8. ¿Cuáles son las cuatro maneras que quizás un trabajador social se envuelve con cuidadores parentescos?
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.

9. Cuidadores de parentesco formal pueden tener mas involucrimiento estructurado con la agencia de servicios sociales y tener mas acceso a servicios. ¿Porque esto puede ser algo ayudante?

10. ¿Cuál es el propósito o meta de reuniones de conferencia de grupo familiar?

11. El plan típico de permanencia para un niño es reunificación con su familia. ¿Qué es un plan concurrente?

12. ¿Cuáles son los típicos cuatro apoyos financieros que puede ser disponible para los proveedores de parentesco?

13. ¿Qué es cuidado de relevo y porque es importante para los cuidadores de parentescos?

14. ¿Cuándo ocurre la reunificación con los padres?

15. ¿Qué es guardián subsidiada?

16. ¿Cuándo es posible para que ocurra adopción para los niños en cuidado?

Nombre: _____

Fecha: _____

3 hours de Entrenamiento

8. ¿Cuáles son las cuatro maneras que quizás un trabajador social se envuelve con cuidadores parentescos?
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.

9. Cuidadores de parentesco formal pueden tener mas involucrimiento estructurado con la agencia de servicios sociales y tener mas acceso a servicios. ¿Porque esto puede ser algo ayudante?

10. ¿Cuál es el propósito o meta de reuniones de conferencia de grupo familiar?

11. El plan típico de permanencia para un niño es reunificación con su familia. ¿Qué es un plan concurrente?

12. ¿Cuáles son los típicos cuatro apoyos financieros que puede ser disponible para los proveedores de parentesco?

13. ¿Qué es cuidado de relevo y porque es importante para los cuidadores de parentescos?

14. ¿Cuándo ocurre la reunificación con los padres?

15. ¿Qué es guardián subsidiada?

16. ¿Cuándo es posible para que ocurra adopción para los niños en cuidado?



HOJA INFORMATIVA PARA LAS FAMILIAS
MAYO DE 2021

Factores de protección para una familia fuerte (Protective Factors for a Strong Family)

Ser madre o padre es una experiencia que puede traer mucha alegría y satisfacción. ¡Pero no es fácil! Todos los padres y proveedores de cuidado enfrentan desafíos en la crianza de sus hijos que a veces pueden parecer abrumadores. Cuando la vida se pone difícil, hay ciertas fortalezas, llamadas factores de protección, que pueden ayudar a los padres a superar los desafíos y unir a su familia. Esta hoja informativa explica qué son los factores de protección y da ejemplos de cómo pueden identificarse en situaciones de la vida real. También ofrece consejos y recursos para ayudarle a fortalecer y aplicar cada factor en su propia vida para ayudar a su familia a salir adelante.

SECCIONES INCLUIDAS

¿Qué son los factores de protección?

Crianza afectiva y apego

Conocimientos sobre la crianza y el desarrollo de los niños

Resiliencia de los padres

Conexiones sociales

Apoyo concreto para las familias

Capacidad social y emocional de los niños

Recursos de Child Welfare Information Gateway

Conclusión

¿QUÉ SON LOS FACTORES DE PROTECCIÓN?

A veces, puede parecer que el estrés de la vida está cayendo como lluvia sobre usted y su familia. Estas dificultades (también conocidas como **factores de riesgo**) pueden incluir cosas como la pérdida de un trabajo, experiencias traumáticas, consumo indebido de sustancias (como drogas o alcohol), berrinches de sus hijos o dificultades de sus hijos en la escuela. Pueden ser desde grandes eventos de la vida hasta los pequeños desafíos cotidianos. Los factores de riesgo pueden hacer difícil que las familias se mantengan seguras, saludables y unidas. También pueden poner a los niños en mayor riesgo de problemas de salud y otros resultados negativos, o incluso de sufrir abuso o negligencia.

Los factores de protección son las fortalezas y los recursos en los que usted y su familia se pueden apoyar cuando la vida se pone estresante. Al igual que un paraguas, los factores de protección pueden ayudarle a proteger a su familia de los factores de riesgo durante los momentos difíciles. Los padres que desarrollan y aplican los factores de protección en su vida cotidiana pueden acceder más fácilmente a recursos, apoyos o estrategias de adaptación para ayudarlos a criar a sus hijos de manera efectiva, incluso bajo estrés. Usted ya tiene algunos de estos factores de protección dentro de sí. Pero también puede necesitar algún apoyo de su familia o comunidad, porque todos necesitamos un respaldo a veces.

Hay una variedad de enfoques de factores de protección usados por organizaciones y agencias para ayudar a fortalecer a las familias. Esta hoja informativa se enfoca en **seis factores de protección clave** que pueden proporcionar apoyo y estabilidad cuando las familias más lo necesitan:

- Crianza afectiva y apego
- Conocimientos sobre la crianza y el desarrollo de los niños
- Resiliencia de los padres
- Conexiones sociales
- Apoyo concreto para las familias
- Capacidad social y emocional de los niños

Las siguientes secciones entran en más detalle sobre cada factor de protección e incluyen consejos y recursos para ayudarle a fortalecer y aplicar cada factor en su vida cotidiana.



CRIANZA AFECTIVA Y APEGO

Los padres que tienen relaciones cálidas y amorosas con sus hijos están en mejores condiciones de apoyar el desarrollo físico, emocional y social de los niños, desde la infancia hasta la adultez temprana. Los padres de un(a) niño(a) son sus primeros maestros en la vida. Desde el momento en que nacen, los niños comienzan a aprender de sus padres formas de relacionarse con ellos mismos, con sus padres y con el mundo que los rodea.

Los niños de todas las edades se benefician de una base sólida de amor y confianza sobre la cual pueden crecer. ¡El cerebro de los bebés se desarrolla rápida y constantemente! Y lo hacen mejor cuando tienen padres o proveedores de cuidado consistentes y amorosos que trabajarán para comprenderlos y satisfacer sus necesidades de afecto y estimulación. Es importante que los bebés desarrollen vínculos seguros con los adultos que los cuidan desde el principio. Estos lazos son fundamentales para su desarrollo social y emocional, particularmente antes de los 3 años, y pueden afectar la capacidad de los niños para formar relaciones de confianza en el futuro.

A medida que pasan de ser niños pequeños a adolescentes, las formas de expresar y recibir amor y afecto de los niños cambiarán. Los niños pequeños pueden desear el tiempo y la atención de sus padres, pero los niños mayores y los adolescentes pueden poner a prueba su independencia y parecer más distantes o desconectados. Independientemente de su edad, ¡todos los niños necesitan amor y apoyo! Tómese el tiempo para hablar con y escuchar a sus hijos. Manténgase al día sobre sus intereses y quiénes son sus amigos, y participe en sus actividades escolares o extracurriculares. Cuando los padres están ocupados o estresados, puede ser difícil encontrar el tiempo y la energía para dar más de sí mismos. Pero es importante brindar constantemente a los niños el amor y el afecto que necesitan todos los días. Las pequeñas demostraciones de afecto (un abrazo de buenos días, una llamada rápida después de la escuela, una palabra de estímulo) pueden marcar la diferencia para un(a) niño(a) en crecimiento. **Las siguientes secciones incluyen consejos y recursos para desarrollar una conexión amorosa con sus niños.**

CONSEJOS

Involucre a su bebé durante los momentos cotidianos. Hable y cántele a su bebé mientras realiza tareas como cocinar, hacer mandados o al cambiarle el pañal. Abraze y toque a su bebé tanto como sea posible. Involucre a los bebés mayores en juegos simples como taparse la cara y decir "¿Dónde está el bebé?".

Cree un hábito especial para pasar un poco de tiempo con sus hijos todos los días; por ejemplo, compartir un desayuno rápido antes de la escuela o el trabajo, leer juntos por la noche, compartir las tareas de lavar platos (usted lava mientras su hijo(a) seca los platos).

Organicen una noche de juegos en familia o salgan a caminar juntos.

Si siente que tiene problemas para crear un vínculo con su bebé, ¡no espere para buscar ayuda! Hable con su médico o con el pediatra de su bebé lo antes posible.

Recuerde que los adolescentes todavía necesitan saber que son amados y apoyados, ¡incluso cuando están afirmando su independencia!

Ernesto acaba de comenzar un nuevo trabajo y ha estado trabajando muchas horas mientras aprende sus nuevas funciones. Su pareja, Ana, llega más temprano a casa y durante las tardes está a cargo de sus dos hijos, Sara de 5 años y Andrés de 10. A Ernesto le preocupa que no está compartiendo mucho tiempo con sus hijos y sabe que lo extrañan. Ana y Ernesto hablan sobre las formas en que puede pasar más tiempo de calidad con los niños. Deciden reservar un par de noches a la semana, las noches en las que Ernesto puede llegar más temprano a casa, para tener "noche de cuentos con papá".

En estas noches, Ernesto se encarga de ayudar a los niños con sus rutinas antes de dormir. Acuesta a Sara con un cuento para dormir que inventan juntos. ¡A veces, Andrés incluso se une para inventar partes de la historia! Ernesto se toma un poco más de tiempo con Andrés para preguntarle sobre su día. Andrés a veces parece callado y distraído, y Ernesto sospecha que puede estar teniendo problemas con otros niños en la escuela. Incluso si Andrés no tiene ganas de hablar mucho en el momento, Ernesto se asegura de decirle que le importa lo que siente y que lo ama.

Hay noches en las que Ernesto tiene que quedarse tarde en el trabajo y no logra llegar a casa a tiempo para "noche de cuentos con papá". En esas ocasiones, Ernesto se asegura de tomar por lo menos unos minutos para llamar por teléfono o videollamada a sus hijos y decirles "buenas noches" y "los amo" para que sepan que está pensando en ellos. Luego, hace planes para pasar más tiempo en persona con sus hijos en otro día de la semana.

RECURSOS

- [Consejos de crianza positiva](#), Centros Para el Control y la Prevención de Enfermedades
- [El poder de la crianza positiva. 4 estrategias para comenzar](#), del sitio web [BuenosConsejosParaPadres.com](#) del Departamento de Servicios Para la Familia y de Protección de Texas
- [Vinculación con su bebé y Depresión posparto](#), de KidsHealth
- [Infografía de crianza positiva y La influencia de los adultos en el desarrollo infantil](#), de ZERO to THREE
- [Strengthening Families](#) (página en inglés con recursos en español) para recursos de fortalecimiento familiar y [Youth Thrive](#) (en inglés) para recursos sobre factores de promoción y protección para adolescentes, del Centro Para el Estudio de Políticas Sociales (Center for the Study of Social Policy)

CONOCIMIENTOS SOBRE LA CRIANZA Y EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS

Ser un buen padre o una buena madre es en parte natural y en parte aprendido. Como mamá o papá, usted tiene una perspectiva y un conocimiento únicos de su hijo(a) y sus deseos y necesidades. Aprender a escuchar y confiar en su "intuición natural de mamá o papá" es una parte importante de ser buen padre o buena madre.

Sin embargo, es importante recordar que ningún padre o madre puede saber todo lo que hay que saber sobre la crianza de los hijos. La crianza es un proceso de aprendizaje continuo: cada niño(a) tiene sus propias necesidades y cada día puede ser un poco diferente. Las necesidades de los niños también cambian con el tiempo. Es importante que los padres adapten su estilo de crianza de acuerdo con las necesidades de cada niño(a) en cada etapa particular de su desarrollo.

Es más probable que los padres que comprenden cómo se desarrollan los niños normalmente puedan brindarles el apoyo que necesitan a medida que crecen. Comprender lo que los niños pueden y no pueden hacer a edades específicas puede ayudar a los padres a sentirse menos frustrados y a manejar el comportamiento de sus hijos de manera más eficaz. También puede ayudar a los padres a reconocer si su hijo(a) puede beneficiarse de un apoyo adicional. Hay muchas formas en que los padres pueden aprender sobre sus hijos y cómo ser los mejores padres que pueden ser. **Las siguientes secciones incluyen consejos y recursos para aprender sobre la crianza y el desarrollo de los niños.**

CONSEJOS

Busque información y recursos acerca de qué esperar durante las diferentes etapas de desarrollo de los niños. Puede buscar por internet en sitios web de buena reputación (como los que se encuentran en la sección de recursos a continuación) o en libros u otros materiales gratuitos sobre la crianza en su biblioteca local.

Observe a su hijo(a). Tome nota de lo que puede y no puede hacer y de cómo reacciona y se comporta.

Hable con el médico de su hijo(a) sobre lo que podría estar viendo durante las etapas de desarrollo. Comuníquese cualquier pregunta o inquietud que pueda tener.

Comuníquese con el maestro de su hijo(a) sobre cómo le está yendo en la escuela, tanto académica como socialmente.

Hable con otras personas en las que confíe sobre la crianza de los hijos (por ejemplo, otros padres, familiares o amigos).

Piense en la forma en que usted fue criado y en como usted está criando a sus hijos. ¿Qué le gusta de esos métodos y qué no le gusta? ¿Qué está funcionando bien para sus hijos y qué no funciona?

Tome una clase de crianza en un centro comunitario local. Estas a menudo están disponibles gratuitamente o a bajo costo.

Catalina, de 21 años, es madre primeriza con un hijo de 3 meses, Miguel. Siendo madre primeriza, Catalina está muy nerviosa por cuidar de su hijo. Miguel a veces se vuelve inquieto, y a Catalina le cuesta entender lo que necesita y cómo calmarlo. Laura, una visitadora domiciliaria del programa Early Head Start, habló con Catalina sobre el masaje infantil durante su visita semanal al hogar. Laura explicó que el masaje infantil podría ser beneficioso para la unión de Catalina y Miguel y puede ayudar a Catalina a consolar y calmar a Miguel.

Laura le demostró a Catalina como hacerlo colocando una manta en el suelo y usando un muñeco para representar a Miguel. Catalina acercó a Miguel hacia la manta y lo colocó como lo había hecho Laura con el muñeco. Laura explicó que Catalina puede confiar en Miguel para hacerle saber cómo se siente con respecto al masaje. Si Miguel disfruta del masaje, ella puede continuar, pero si él demuestra que ya no quiere masaje o tiene otra necesidad (como un pañal sucio, hambre, sueño o si necesita de un abrazo), ella debe escuchar sus señales y detener el masaje. Mientras Catalina acariciaba a Miguel, él sonrió y la miró. Catalina sonrió y dijo: "Creo que le gusta".

RECURSOS

- Edades y etapas, del sitio web healthychildren.org del American Academy of Pediatrics (Academia Estadounidense de Pediatría)
- Guía para padres sobre hitos del desarrollo, de Child Mind Institute
- Early Head Start, parte de la Oficina Nacional de Head Start, Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., ofrece servicios centrados en la familia para familias de bajos ingresos
- Consejos para padres, en el sitio web Ayuda para padres. Esperanza para niños, del Departamento de Servicios Para la Familia y de Protección de Texas
- Las herramientas de Plaza Sésamo, para consejos, estrategias, videos y actividades sobre temas como lo que podrían ver durante las edades y etapas de los niños y cómo se desarrolla el cerebro de los niños
- Hablar es enseñar, para recursos que promueven el desarrollo cerebral temprano y las habilidades del lenguaje de los niños a través de acciones cotidianas
- Pequeños y valiosos, una variedad de herramientas para los padres que promueven la importancia del desarrollo temprano del cerebro y del lenguaje
- ¡Colorín colorado! de WETA apoya a familias con niños en edad escolar que están aprendiendo inglés y ofrece recursos para ayudar a los niños a aprender a leer, hablar un nuevo idioma y tener éxito en la escuela

El idioma en el hogar

Según la Oficina de Head Start, criar a sus hijos para que sean bilingües puede ofrecerles muchos beneficios, como un mejor autocontrol y habilidades para resolver problemas, más facilidad para aprender idiomas adicionales y una conexión más fuerte con su cultura natal. Enseñarles a sus hijos el idioma del hogar es un beneficio que los ayudará durante toda la vida. Pero la crianza de niños bilingües tiene sus desafíos. Los padres que son bilingües o que no dominan el inglés pueden preguntarse cuál es el mejor método para enseñar a sus hijos las habilidades lingüísticas.

El American Academy of Pediatrics aborda algunos de los mitos que los padres pueden haber escuchado sobre la crianza de niños bilingües. Por ejemplo, hacer que los niños aprendan dos idiomas a la vez no los confundirá ni causará retrasos en el desarrollo de sus habilidades lingüísticas. La Oficina de Head Start recomienda que los padres que no dominan el inglés hablen con sus hijos en el idioma que dominan, lo que ayudará a los niños a desarrollar fuertes habilidades lingüísticas desde el principio. A medida que los niños crecen, pueden comenzar a preferir hablar en su idioma dominante. Este probablemente será el inglés, ya que ese es el idioma que usarán con mayor frecuencia fuera del hogar. La Oficina de Head Start anima a los padres a hablar con sus hijos sobre la importancia de preservar ambos idiomas, tanto por los muchos beneficios del bilingüismo como para promover una buena comunicación entre padres e hijos a lo largo de sus vidas.

Su capacidad para comunicarse con sus hijos y la calidad de esa comunicación se relacionan con varios factores de protección. Ser capaz de hablar, escuchar y comprender a sus hijos es importante para una **relación afectuosa entre padres e hijos**. Enseñarles a sus hijos fuertes habilidades lingüísticas puede facilitar la comunicación entre ustedes durante las diferentes **etapas de desarrollo y permitir que pueda criarlos de manera más eficaz**. Y, ayudar a sus hijos a comunicar sus sentimientos y necesidades, tanto dentro como fuera de la familia, es importante para el desarrollo de sus **capacidades sociales y emocionales** (un factor de protección que se detalla más adelante en esta hoja informativa). Los siguientes recursos ofrecen más información sobre la importancia del idioma en el hogar y la crianza de niños bilingües:

- 7 mitos y realidades sobre el aprendizaje del idioma en niños bilingües, del American Academy of Pediatrics
- 7 consejos para criar niños bilingües usando los medios y la tecnología, de Common Sense Media
- Familias bilingües, de KidsHealth
- Serie sobre la importancia del idioma en el hogar y la página web Las familias apoyan a los niños que aprenden en dos idiomas, de la Oficina de Head Start, Centro de Aprendizaje y Conocimiento en la Primera Infancia
- Hablar es enseñar
- ¡Colorín colorado! de WETA, y los artículos "¿Y si no hablo inglés?" y "Criar niños bilingües"

RESILIENCIA DE LOS PADRES

La resiliencia es la capacidad de lidiar con y recuperarse de las dificultades de la vida, ya sean pequeños desafíos cotidianos o una crisis de vida más grande. Cuando la vida se pone estresante, la resiliencia puede ayudarle a encontrar la fuerza y la paciencia para criar a sus hijos de manera efectiva.

Todos los padres tienen fortalezas y recursos internos que pueden ayudarlos en tiempos difíciles. Estos pueden incluir cosas como la fe, la flexibilidad, el humor o las habilidades para resolver problemas. Una parte importante del desarrollo de resiliencia es el autocuidado (cuidarse a sí mismo). El autocuidado no es egoísta. Puede ser mucho más difícil lidiar con los desafíos y cuidar de los demás si está agotado. Hacer de su bienestar físico y mental una prioridad ayuda a desarrollar la fuerza que necesita para responder al estrés cotidiano de ser madre o padre.

¡Pero no tiene que hacerlo todo sola! Sus fortalezas y recursos también pueden incluir cosas como relaciones y amistades afectuosas y la capacidad de identificar y acceder a los servicios necesarios. Saber cuándo pedir ayuda y dónde buscar ayuda puede aumentar su resiliencia.

Es importante recordar que los niños aprenden a reaccionar ante el mundo observando a sus primeros maestros: sus padres y proveedores de cuidado. Los niños pueden sentir cuando sus padres o proveedores de cuidado están estresados, y eso puede hacer que ellos se sientan estresados también. Al mostrar resiliencia durante momentos estresantes, usted está enseñando a sus hijos cómo lidiar con los desafíos de la vida de maneras positivas y efectivas.

Las siguientes secciones incluyen consejos y recursos para aumentar su resiliencia.

CONSEJOS

Haga de su bienestar una prioridad para que pueda ser el mejor padre o la mejor madre que pueda ser.

Asegúrese de dormir lo suficiente, preste atención a su nutrición y trate de hacer un poco de actividad física cuando pueda.

Piense en las cosas que le gusta hacer para reducir el estrés.

Algunos ejemplos pueden incluir salir a caminar, rezar o meditar, tomar un café, ver algo divertido en la televisión, escuchar música o hablar con un amigo.

Haga un esfuerzo consciente de hacer tiempo en su vida para cuidarse a sí mismo

(por ejemplo, una llamada por teléfono o video semanal con su familia o amigos, unos minutos de meditación durante su hora de almuerzo).

Busque ayuda cuando la necesite.

Hable con sus seres queridos cuando se sienta deprimido o pídale a una amiga o amigo que le cuide a sus hijos mientras toma un descanso.

Si está experimentando dificultades con su salud mental o depresión, puede haber opciones de bajo costo o gratis disponibles para ayudarlo.

Estas pueden incluir opciones para hispanohablantes y opciones de asistencia por teléfono o virtual. Consulte los recursos de esta sección para algunos lugares donde puede empezar a buscar.

Carolina, recientemente divorciada, está luchando para estabilizar su nueva situación como madre soltera. Está preocupada por llegar a fin de mes y nerviosa por estar sola de nuevo. Carolina encuentra que ha estado perdiendo la paciencia más a menudo con sus hijos, Luis de 11 años y Andrea de 13 años. También ha notado que los niños han estado peleando más entre sí. Su ambiente doméstico a menudo se siente tenso, y Carolina sabe que está afectando su bienestar y el de sus hijos.

Los días de Carolina siempre están muy ocupados, pero ella encuentra que se siente más capaz de reaccionar a las situaciones con paciencia cuando ha tenido tiempo de relajarse. Decide dedicar un poco de tiempo para sí misma cuando llega a casa del trabajo. Después de saludar a los niños y asegurarse de que estén bien, Carolina se toma unos minutos a solas en el dormitorio para cambiarse de ropa y hacer algunos ejercicios de yoga. A veces, simplemente se sienta en silencio y deja que su mente se relaje o dice algunas oraciones. Otras veces, llama a su amiga para escuchar una voz amigable. Una vez que ha tenido tiempo para relajarse, se siente mucho más preparada para abordar el resto de la noche con el amor y la paciencia que necesitan sus hijos.

Carolina también se pone en contacto con los consejeros escolares de sus hijos para informarles sobre el cambio en la situación de su familia y hablar sobre cómo el divorcio está afectando a los niños. Esto ayuda a todos a comprender cómo pueden apoyar mejor a Carolina y a sus hijos durante este difícil momento de transición. El consejero escolar también la dirige a recursos para encontrar un consejero familiar que pueda brindar a la familia más orientación y apoyo.

RECURSOS

- Marque 2-1-1 para ser conectado con recursos y servicios en su área (incluyendo servicios de crisis y emergencias) y en su idioma, o visite [el sitio web 211](#) (en inglés) para buscar recursos locales. Lea [Marque el 211 para servicios comunitarios](#) en el sitio web de la Comisión Federal de Comunicaciones para información en español sobre cómo funciona el programa 211.
- La página web [Enfrentar el COVID-19: recursos para padres](#) de Child Mind Institute, que incluye consejos para ayudar a los padres a hacer frente a la ansiedad y priorizar el autocuidado durante la pandemia
- Los [recursos en español](#) de Mental Health America, que incluyen [Recursos para respuesta inmediata](#), [una prueba de depresión](#) y [prueba de ansiedad](#)
- [La salud mental en la comunidad latina](#), del National Alliance on Mental Illness, que incluye información sobre COVID-19, condiciones de salud mental que afectan a la comunidad latina y más
- Encuentre un terapeuta de habla hispana en un buscador de servicios específico para latinos como [Therapy for Latinx](#) (en inglés, disponible en español) y [Latinx Therapy](#), o una referencia a través de la [línea de ayuda nacional](#) (en inglés, disponible en español) de la Administración de Servicios Para el Abuso de Sustancias y la Salud Mental
- La página de [recursos de salud mental](#) de Latinx Therapy le conecta con recursos gratuitos o de bajo costo como videos en línea, podcasts, libros y aplicaciones en español
- [MentalHealth.gov](#) recopila información y recursos de salud mental de varias oficinas y servicios del gobierno de Estados Unidos

CONEXIONES SOCIALES

Los padres con fuertes conexiones sociales y una comunidad de apoyo pueden encontrar más fácil cuidar a sus hijos y a sí mismos. Esto puede incluir un amigo que escuche sus preocupaciones, un familiar que pueda ofrecer consejos, o una comunidad de fe (iglesia, mezquita, templo, etc.) o comunidad social que pueda ofrecer otros apoyos. Un entorno comunitario positivo también puede ayudar a los padres a encontrar apoyo concreto como el cuidado de niños o el transporte.

Los niños también se benefician de las conexiones sociales positivas de los padres. Los adultos que apoyan y se preocupan por los padres pueden convertirse en una red de amor y apoyo para los niños a medida que crecen. Las relaciones y conexiones sociales de los padres también sirven como un ejemplo importante para sus hijos de maneras positivas de relacionarse con otras personas.

Podría ser más difícil para algunos padres construir fuertes redes sociales y de apoyo. Esto puede ser especialmente cierto para los padres que son nuevos en un área, recientemente divorciados o padres primerizos. Conectarse a su comunidad y conocer gente nueva puede parecer intimidante, pero hay muchas formas de construir sus conexiones sociales. Recuerde mantener la mente abierta a nuevas experiencias y hacer esfuerzos para fortalecer las conexiones que ya tiene. **Las siguientes secciones incluyen consejos y recursos para mejorar sus conexiones sociales.**

CONSEJOS

Piense en todas las personas y lugares a los que puede acudir cuando necesita apoyo y anótelos.

Estos pueden incluir amigos, familiares, vecinos, su comunidad de fe, escuela, lugar de trabajo y centros comunitarios. A veces, puede ser útil ver y recordar los apoyos que quizás ya tenga. También puede ayudar a identificar áreas donde quizás desee intentar crear nuevas conexiones.

Mantenga su conexión con las personas positivas en su vida.

Mantenga el contacto a través de llamadas regulares por teléfono o video o con aplicaciones como WhatsApp, Facebook Messenger y Skype.

Participe en las reuniones de padres en la escuela de sus hijos o hágase voluntario para ayudar con las iniciativas y actividades escolares (virtualmente o en persona).

Sea voluntario en organizaciones de su comunidad o grupo religioso. Únase a un club u otro grupo social.

Únase a un grupo de apoyo para padres. Estos pueden reunirse virtualmente o en persona, de acuerdo con sus necesidades y la disponibilidad en su área. Puede encontrar un grupo preguntándoles a otros padres, buscando en redes sociales en línea como Facebook o poniéndose en contacto con su comunidad de fe o centros comunitarios.

Marina y Carlos acaban de mudarse a un nuevo vecindario. Ambos tienen la mayoría de su familia en el Perú, y están trabajando para establecer una situación segura para ellos y sus tres hijos en edad escolar. Marina decide unirse a una clase de inglés en su centro comunitario local. La clase se reúne dos veces por semana por las noches, y Carlos se queda con los niños para que Marina pueda asistir. Marina pronto se hace amiga de un par de estudiantes en su clase, y uno de ellos tiene niños que tienen aproximadamente la misma edad que los hijos de Marina. Programan una cita de juego durante un fin de semana para que sus hijos puedan conocerse.

Aunque disfrutan de conocer gente nueva, Marina y Carlos extrañan a su familia y amigos en el Perú. Quieren que sus hijos mantengan conexiones con su familia, por lo que se aseguran de tener llamadas y chats de video a través de WhatsApp regularmente. Es divertido para los niños hablar con abuelo y abuela y practicar su español. Carlos también encontró y se unió a un grupo de Facebook para peruanos en su área. El grupo organiza actividades comunitarias para familias, y Marina y Carlos planean asistir con sus hijos en el futuro.

RECURSOS

- [Para la mente para el cuerpo, conexiones sociales y recreación](#), de Mental Health America
- [Cómo pueden ayudar los grupos de apoyo para padres](#), de Child Mind Institute
- [Find Your Circle of Parents](#) (en inglés) [Encuentre su círculo de padres], de Circle of Parents, puede ayudarle a encontrar grupos de apoyo para padres en su área
- Busque por internet "cafés para padres" o "parent cafés" en su área local para encontrar más grupos de padres en su comunidad
- [Meetup](#) (en inglés) es una plataforma para conocer gente nueva y unirse a grupos y clubes, tanto en persona como en línea, para todo tipo de intereses, actividades e idiomas

APOYO CONCRETO PARA LAS FAMILIAS

Puede ser difícil concentrarse en otra cosa cuando su familia no tiene lo que necesita. Las familias que están luchando para satisfacer sus necesidades básicas, como alimentos, vivienda, cuidado de niños, empleo u otras necesidades, pueden tener más dificultades para apoyar el desarrollo saludable de sus hijos. Por otro lado, los padres que tienen todas sus necesidades básicas satisfechas de manera consistente pueden tener más tiempo y energía para dedicarles a sus hijos.

Los niños también se ven afectados por la estabilidad de sus necesidades básicas. Cuando estas necesidades (como alimentos nutritivos y vivienda estable) no se satisfacen de manera consistente, puede ser dañino para el desarrollo de los niños y su capacidad de aprender.

Todas las familias necesitan ayuda de vez en cuando. Pedir ayuda es un signo de fortaleza porque significa que está trabajando duro para que usted y su familia tengan todo lo que necesitan para vivir vidas sanas, seguras y felices. Puede haber lugares en su comunidad que puedan ayudarle a encontrar apoyo concreto, como vivienda asequible, cuidado de salud, educación y consejería. Incluyen agencias gubernamentales, así como organizaciones sin fines de lucro y comunidades religiosas. **Las siguientes secciones incluyen consejos y recursos para encontrar apoyo concreto para su familia.**

CONSEJOS

Identifique las necesidades básicas que a su familia le cuesta satisfacer. Esto puede incluir cosas como acceso regular a alimentos nutritivos, un lugar seguro para vivir, transporte o empleo fijos, cuidado de niños y atención médica. Identificar una o dos áreas donde más necesita ayuda es un buen lugar para comenzar.

¡La ayuda puede estar a solo una llamada de distancia! [211](#) (sitio web en inglés) conecta a personas de todo el país con servicios de ayuda donde viven. Sus representantes pueden hablar con usted en español, inglés y muchos otros idiomas.

Aprenda sobre sus recursos locales y piense en cómo podrían ayudarle a satisfacer las necesidades actuales de su familia o posibles necesidades futuras. Los recursos en esta sección (a continuación) incluyen algunos lugares donde puede comenzar a buscar.

La elegibilidad para los servicios Federales puede variar según su estatus migratorio y de ciudadanía. La mayoría de los programas Federales están disponibles para niños nacidos en los Estados Unidos, pero no están disponibles para sus padres indocumentados (por ejemplo, el [Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria](#), o SNAP, por sus siglas en inglés). Los programas Estatales y locales pueden tener diferentes requisitos y puede haber ayuda disponible en su localidad independientemente de su estatus migratorio. Investigue su elegibilidad buscando en sitios web Federales como [USA Gov en Español](#). También podría comunicarse con seres queridos y miembros de la comunidad de confianza para obtener apoyo y ayuda para navegar por los recursos disponibles.

Juan tiene custodia compartida de Silvia, su hija de 9 años, que se queda con él cada dos semanas. Juan usa transporte público para viajar al trabajo, pero a menudo tiene que trabajar hasta tarde, lo que le hace perder su autobús habitual. Le preocupa que Silvia esté sola después de la escuela sin supervisión.

Juan pregunta en la escuela de Silvia sobre qué apoyos tienen para padres y madres que trabajan y sus hijos. Después de hablar con el personal de la escuela, Juan inscribe a Silvia en el programa de cuidado después del horario escolar, donde puede quedarse con seguridad hasta que su padre pueda recogerla a las 6 p.m. Juan también habla con la madre de Silvia para hacer un plan alternativo para los días en que tiene que trabajar hasta tarde y Silvia puede necesitar que alguien más la busque en la escuela.

RECURSOS

Generales

- [211](#) (enlace en inglés), para encontrar ayuda y servicios para una variedad de necesidades, con representantes de habla hispana disponibles a pedido
- [USAGov en Español](#), para obtener información sobre los servicios Federales que pueden ayudar a apoyar las necesidades básicas de su familia, como [ayuda financiera](#), [alimentaria](#) y de [vivienda](#); [trabajo y desempleo](#); [recursos para aprender inglés](#) y más
- [Herramienta de Preselección del Programa WIC](#) (disponible en español), para aprender si es elegible para el Programa Especial de Nutrición Suplementaria Para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, sus siglas en inglés) del Departamento de Agricultura de EE. UU.

Cuidado y educación de niños

- [Childcare.gov](#) y [Child Care Aware of America](#), para ayudar a encontrar y financiar el cuidado de niños, incluyendo [recursos e información de COVID-19](#) y [recursos para familias de acuerdo a su Estado](#)
- [Wide Open School](#), para apoyo con el aprendizaje a distancia de los niños, incluyendo ayuda para encontrar servicios familiares como comidas gratuitas para estudiantes, otros recursos alimenticios para familias, enlaces a servicios de crisis y más

Empleo y finanzas

- [CareerOneStop](#), para obtener ayuda de empleo en su área, incluyendo un buscador de redes de empleo y buscador de asistencia a refugiados
- [Oficina de Protección Financiera del Consumidor](#), para recursos para ayudar con cuestiones financieras y alcanzar los objetivos financieros

Salud, seguridad y bienestar

- [La Línea Directa Nacional Contra la Violencia Doméstica](#), para ayuda las 24 horas del día, los 7 días de la semana en español, inglés y muchos otros idiomas
- [Inmigrantes y el COVID-19](#), de la Cruz Roja Americana, para encontrar información acerca de servicios y recursos en línea y en su comunidad
- [Immigrant Eligibility for Public Programs During COVID-19](#) (en inglés, disponible en español) (Elegibilidad de inmigrantes para programas públicos durante COVID-19), de Protecting Immigrant Families (en inglés)
- [Free Clinic Directory](#) (en inglés), para encontrar clínicas y centros de salud comunitarios gratis o de bajo costo en su área
- [Inmigrante Informado](#), para información sobre sus derechos y los recursos disponible para inmigrantes independientemente de su estatus migratorio

CAPACIDADES SOCIALES Y EMOCIONALES DE LOS NIÑOS

Capacidad social y emocional se refiere a la capacidad de los niños para formar vínculos e interactuar de manera positiva con los demás, regular sus propias emociones y comportamientos, comunicar sus sentimientos y resolver problemas de manera efectiva. Los niños que pueden hacer todas estas cosas son más propensos a tener mejores relaciones con otras personas. También suelen ser más capaces de manejar el estrés y los desafíos de la vida cuando son adultos.

Ayudar a sus hijos a desarrollar buenas habilidades sociales y emocionales puede fortalecer el vínculo entre ustedes. A medida que los niños aprenden a comunicar lo que necesitan y cómo se sienten en lugar de "portarse mal" para expresar sus sentimientos, los padres pueden comprender y responder mejor a esas necesidades. ¡Esto puede ayudar a los padres a sentirse mucho menos estresados o frustrados!

Los niños y jóvenes desarrollan habilidades sociales gradualmente. Es importante comprender cuáles habilidades puede esperar ver según las edades de sus hijos. Si cree que su hijo(a) puede estar experimentando retrasos en su desarrollo social y emocional, es importante buscar ayuda lo antes posible. Hablar con el médico de su hijo(a) sobre sus preocupaciones es un buen punto de partida. **Las siguientes secciones incluyen consejos y recursos para ayudar a sus hijos a desarrollar capacidades sociales y emocionales.**

CONSEJOS

Aprenda sobre el desarrollo social y emocional de los niños. Busque libros en la biblioteca o pregúnteles a los médicos o maestros de sus hijos sobre recursos que lo pueden ayudar a aprender. También puede buscar información por internet haciendo búsquedas por palabras clave como "desarrollo social y emocional", "habilidades sociales de los niños" y "autoestima en los niños".

Los niños aprenden observando a sus padres. Piense en formas en las que puede demostrarles habilidades sociales y emocionales a sus hijos, especialmente las habilidades en las que sus hijos pueden necesitar ayuda (por ejemplo, compartir o describir sus sentimientos cuando están molestos).

Fortalezca sus propias habilidades sociales y emocionales para que pueda enseñar a sus hijos dando el ejemplo. Los grupos de apoyo para padres y los cafés para padres son lugares seguros donde los padres pueden trabajar en sus propias habilidades para escuchar y comunicarse, manejar las emociones y más. Vea los recursos a continuación para más información.

Reconozca cuando sus hijos hacen algo bien. Dígales lo que están haciendo bien y anímelos a seguir haciéndolo.

Hable sobre y celebre las diferencias. Celebre a cada niño(a) por la persona única que es. Enséñeles a sus hijos sobre su identidad cultural.

Fije citas de juego para que su hijo(a) pueda practicar compartir, jugar y relacionarse con otros niños.

Lina, de 25 años, y su hijo Diego, de 3 años, se mudaron de Bogotá, Colombia, a Virginia hace 1 año para estar con la hermana mayor de Lina y su familia. Lina y Diego están felices de estar con la hermana de Lina, pero extrañan a los otros miembros de la familia, quienes todavía están en Colombia. Aunque Lina está sintiendo un choque cultural en su nuevo entorno, ella puede hablar algo de inglés y está empezando a enseñarle a Diego a comunicarse en inglés y español a través de juegos y libros ilustrados.

La hermana de Lina la ayudó a inscribir a Diego en Head Start. A él le gusta hablar y tiene mucha energía. Sin embargo, su comportamiento a veces es agresivo y ocasionalmente empuja a otros niños. Le cuesta terminar cualquier actividad en el aula. Cuando su maestra de Head Start trata de hablar con él sobre su comportamiento, a menudo parece asustado o penoso. Lina tiene una buena relación y se comunica con la maestra de Diego y el representante de apoyo familiar de Head Start. Juntos, decidieron programar una reunión del equipo familiar para discutir el comportamiento de Diego y ofrecer apoyo a Lina.

RECURSOS

- Recursos en español del Child Mind Institute, para obtener recursos sobre una variedad de temas de salud emocional y de conducta para niños de todas las edades, como habilidades sociales, conductas disruptivas, confianza y autoestima y recursos para ayudar a las familias a enfrentar el COVID-19
- Abriendo Puertas / Opening Doors, para una caja de herramientas para padres con información para ayudar a las familias a abordar temas difíciles, como el apoyo a los niños pequeños durante el COVID-19 y cómo hablar con los niños sobre el racismo
- La crianza de los hijos durante una pandemia: consejos para mantener la calma en el hogar, de Healthychildren.org
- Comportamiento, de KidsHealth, para ayudar a los padres a comprender los comportamientos que podrían estar viendo en sus hijos e identificar si necesitan ayuda
- Niños pequeños tienen grandes emociones, de Hablar es enseñar, para recursos que ayudan a los padres a comprender y manejar el comportamiento de los niños
- Para padres y cuidadores, de MentalHealth.gov, para información para padres que están preocupados por el comportamiento de sus hijos
- Niños pequeños, retos grandes, de Plaza Sésamo, para videos que ayudan a los niños a desarrollar su propia resiliencia y confianza en sí mismos
- Find Your Circle of Parents (en inglés) [Encuentre su círculo de padres], de Circle of Parents, puede ayudarle a encontrar grupos de apoyo para padres en su área, o busque "cafés para padres" o "parent cafés" en su área local para encontrar más grupos de padres en su comunidad

Los desafíos de la inmigración

Dejar su hogar, familia, amigos y comunidad para vivir en un nuevo país puede ser estresante e intimidante. Los niños que tienen una experiencia de inmigración pueden enfrentar desafíos sociales y emocionales mientras tratan de encontrar su lugar en un nuevo país. Esto puede ser especialmente cierto para los niños que experimentaron un proceso de inmigración traumático; sufrieron violencia, desastres naturales u otros traumas en su país de origen; o que han sido separados de sus padres y otros miembros de la familia debido a la inmigración.

Los desafíos de encajar en y formar parte de una nueva comunidad, aprender un nuevo idioma y enfrentar experiencias negativas como el racismo pueden tener un gran impacto en el bienestar de los niños. Es importante ser sensible a las dificultades que su hijo(a) puede enfrentar debido a la inmigración, hablar con él o ella regularmente sobre lo que siente y experimenta a medida que se adapta a su nueva vida y buscar ayuda si cree que su hijo(a) está teniendo dificultades. Los siguientes recursos ofrecen más información sobre los efectos de la inmigración en los niños y cómo ayudar a los niños a recuperarse del trauma.

- [La crianza de un niño que ha experimentado trauma](#), de Child Welfare Information Gateway
- [Healthychildren.org](#)
 - [Las familias inmigrantes: superando obstáculos en busca de un futuro mejor](#)
 - [Cómo fomentar el orgullo racial en sus hijos](#)
- [Separación traumática, niños migrantes y refugiados: consejos para padres, cuidadores primarios y proveedores](#), de la Red Nacional Para el Estrés Traumático Infantil
- [Una vez tuve mucho mucho miedo](#), un cuento para niños ilustrado, por Chandra Ghosh Ippen
- [ZERO to THREE](#), información para ayudar a los niños con trauma relacionado con desastres
 - [Refugio de la tormenta: guía para padres](#) (en inglés, disponible para descargar en español)
 - [Refugio de la tormenta: consejos para padres y proveedores de cuidado de bebés y niños pequeños](#) (en inglés, disponible para descargar en español)

RECURSOS DE CHILD WELFARE INFORMATION GATEWAY

La [Guía de recursos de prevención](#) (en inglés), producida como parte de los esfuerzos del Mes Nacional de Prevención del Abuso de Menores (National Child Abuse Prevention Month) de la Oficina Para los Niños (Children's Bureau), apoya a los proveedores de servicios en su trabajo con los padres, proveedores de cuidado y niños para fortalecer a las familias y prevenir el abuso y la negligencia de menores. Si bien este recurso está dirigido a profesionales de bienestar de menores, proveedores de servicios y socios comunitarios, las [guías de conversación](#) (en inglés, disponible en español) que se encuentran en el capítulo 6 pueden ayudarle a pensar sobre las maneras en las que puede fortalecer los factores de protección en su propia vida.

Para información más detallada sobre cómo puede desarrollar factores de protección en las áreas que su familia más los necesita, visite el [Kit de herramientas de factores de protección](#) (en inglés) de Child Welfare Information Gateway. Allí, encontrará una serie de [hojas de consejos](#), disponible en español e inglés, sobre asuntos específicos de crianza, como la alimentación de su familia, el manejo del estrés, la vinculación con su bebé, el manejo de los berrinches, la conexión con su adolescente y muchos más.

A continuación, se encuentran algunas otras publicaciones de Information Gateway que pueden ayudar a apoyar a su familia:

- [Cómo prevenir el abuso y la negligencia de menores](#)
- [La crianza de niños y jóvenes que han experimentado abuso o negligencia](#)
- [La crianza de un niño o joven que ha sufrido abuso sexual: una guía para padres de crianza y adoptivos](#)
- [La crianza de un niño que ha experimentado trauma](#)
- [Los hijos solos en casa](#)

CONCLUSIÓN

Mantener a su familia segura y fuerte no es fácil, incluso en los mejores momentos. Aprender a cuidar de un nuevo bebé, apoyar a sus hijos a través de sus muchas (¡y a veces difíciles!) etapas de desarrollo y enfrentar los desafíos de la vida pueden causar tensión en la familia. Los factores de protección pueden ayudar a aliviar esas tensiones y facilitar su camino hacia adelante. Los padres que aprenden sobre sus hijos, desarrollan su comunidad de apoyo, se recuperan de la adversidad y buscan ayuda cuando la necesitan están mejor preparados para cuidar de sus hijos y de sí mismos. La crianza de los hijos puede ser estresante, pero hay ayuda disponible. Todos los padres pueden dar pequeños pasos cada día para mejorar la salud y el bienestar de su familia.

CITA SUGERIDA:

Child Welfare Information Gateway. (2021). *Factores de protección para una familia fuerte*. U.S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families, Children's Bureau. <https://www.childwelfare.gov/pubs/factores-proteccion>



U.S. Department of Health and Human Services
Administration for Children and Families
Administration on Children, Youth and Families
Children's Bureau



Esta publicación forma parte del dominio público y puede ser descargada, reproducida y distribuida sin autorización. Al hacerlo, por favor dé crédito a Child Welfare Information Gateway. Disponible en línea en <https://www.childwelfare.gov/pubs/factores-proteccion>.



3301 West Market Street
York, PA 17404

Phone: 717-850-3662
Fax: 717-747-1225

Transferencia de Aprendizaje

Nombre:

Fecha:

Factores de proteccion para una familia fuerte (Protective Factors For a Strong Family)

3 horas de entrenamiento

Haz una lista de tres cosas que aprendiste de este entrenamiento:

1.

2.

3.



3301 West Market Street
York, PA 17404

Phone: 717-850-3662
Fax: 717-747-1225

Transferencia de Aprendizaje

Nombre:

Fecha:

Factores de proteccion para una familia fuerte (Protective Factors For a Strong Family)

3 horas de entrenamiento

Haz una lista de tres cosas que aprendiste de este entrenamiento:

1.

2.

3.