



CHILDREN'S  
HOME  
SOCIETY OF  
CALIFORNIA

[www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org)

Si desea obtener más información,  
llame al (888) CHS-4KIDS  
(888-247-4543). Si está interesado  
en obtener más información sobre  
nuestros programas y servicios,  
visite [www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org)



**Sede Central Corporativa**

1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

©2025 Children's Home Society of California

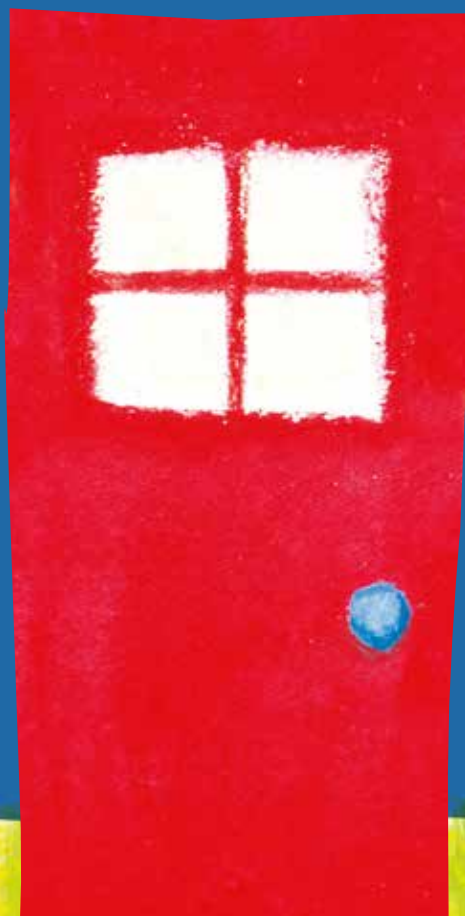
# SEPARACIÓN

FACILITAR LA TRANSICIÓN DEL HOGAR A LA GUARDERÍA

C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A



Una nueva situación de cuidado puede ser desafiante para padres e hijos, pero con algo de tiempo y preparación, los padres y los cuidadores pueden trabajar juntos para mejorar la transición del hogar a la guardería.



Una escena demasiado típica en el primer día de una nueva situación de guardería es la de un niño asustado y llorando, aferrado a la pierna de su padre o cuidador. Los padres a menudo se sienten avergonzados o confundidos sobre qué hacer a continuación. Es posible que sientan una mezcla de emociones fuertes: simpatía o enojo hacia el niño por su comportamiento, culpa por abandonarlo o tal vez cuestionamiento de lo que han “hecho mal”, ya que el hijo de todos los demás parece adaptarse muy fácilmente.

La separación es un desafío del desarrollo. Cuando los adultos toman en serio los sentimientos de los niños, hablan con ellos honestamente y les brindan mucho apoyo comprensivo, los niños pueden aprender formas de enfrentar la separación satisfactoriamente, tanto ahora como en el futuro.



### ★ DIFERENTES EDADES, DIFERENTES NECESIDADES ★

Algunos comportamientos son comunes en ciertas edades.

Reconocerlos puede ayudarle a comprender qué está sucediendo y por qué.

EDAD	ETAPA DE DESARROLLO	QUÉ PUEDE HACER
<b>Del nacimiento a los 8 meses</b>	Aunque los bebés reconocen la voz, el rostro, el olor y el estilo de cuidado de un padre, siempre que se satisfagan sus necesidades, otro cuidador puede consolarlos fácilmente.	Es posible que un nuevo cuidador no pueda interpretar de inmediato las señales únicas del bebé que indican atención, cambios de pañal y hambre. El cuidador puede observar al bebé junto con el padre para aprender lo más posible sobre cómo se comunica el niño.
<b>De los 8 meses a los 2 años</b>	Durante esta etapa del desarrollo es normal observar ansiedad por separación. Los niños pueden asustarse y molestarse cuando sus padres se van o cuando ven adultos desconocidos.	Una voz tranquila que recuerde a los niños que mamá y papá siempre regresan puede ayudar a aliviar los temores. Los objetos de transición, como una manta especial o un peluche suave y cómodo, pueden ayudar a aliviar la ansiedad.
<b>De los 2 a los 5 años</b>	Los niños pequeños generalmente toleran la separación bastante bien, pero el estrés de la vida, como un nuevo hermano, una enfermedad, cambios en la familia o un nuevo cuidador, pueden desencadenar ansiedad por separación.	A veces los niños afrontan la situación retrocediendo a conductas anteriores, como rabietas, chuparse el dedo o hablar como bebés. Leer libros infantiles con temas de separación puede iniciar conversaciones que ayuden a los niños a afrontar sus sentimientos.

## ★ CONSEJOS PARA FACILITAR LA SEPARACIÓN ★

- Para generar confianza, dígame siempre la verdad a su hijo: que se va, pero que volverá. No desaparezca sin previo aviso. ¡Escabullirse no genera confianza! Decir: "Voy a trabajar y volveré a buscarte después de la siesta" (elija cualquier horario y etiquételo con el nombre de la actividad a la que corresponde en el horario del niño).
- Mantenga la calma y muestre confianza en su hijo, pero busque ayuda si es necesario. Pregunte a su hijo: "¿Puedes despedirte de mí solo o necesitas que (nombre del cuidador) te ayude?"
- Desarrolle un ritual especial de despedida que usted y su hijo compartan cada vez que se separen. Debe ser breve, agradable y cariñoso. Sea coherente.
- Hable siempre con su hijo sobre las experiencias felices que le esperan en la nueva situación. Ayude a su hijo a esperar con ilusión una actividad o persona favorita.
- Mantenga un breve registro de las actividades de su hijo o comente con el cuidador cómo ha sido el día de su hijo, si el tiempo lo permite. Utilice esa información para reforzar los buenos momentos mientras habla con su hijo. En lugar de preguntar: "¿Qué hiciste hoy en la escuela?", intenta preguntar: "¿Al lado de quién te sentaste durante la merienda?". Esto puede iniciar una conversación completa sobre el día de su hijo.
- Prepare a su hijo para una nueva separación. Antes del primer día, haga una breve visita y solicite un recorrido por las instalaciones. Muestre a su hijo dónde irán sus pertenencias (agregar una fotografía con su nombre puede ser un recordatorio útil), el área de juegos, el área exterior, dónde están los baños y dónde dormirá la siesta.
- Cuando llegue el primer día de su hijo, prepárese para su propia ansiedad por separación. Una vez que se haya despedido, márchese. Prolongar la despedida solo hace las cosas más difíciles. Si está preocupado por su hijo durante el día, llame al cuidador. La mayoría de los padres descubren que todo iba bien poco después de su partida.
- Ayude a su hijo a elegir un artículo especial de casa para llevar a la guardería si está permitido. A menudo, una manta, un peluche o una fotografía familiar transmiten la sensación y la seguridad del hogar a un entorno nuevo y desconocido. Por ejemplo, una mantita es un objeto de confort táctil que huele, se siente y se ve como el hogar.
- Esté atento a las expresiones individuales de ansiedad de su hijo (mojarse los pantalones, chuparse el dedo u otros cambios de comportamiento). La paciencia y la comprensión de los padres y cuidadores ayudarán a su hijo a afrontar sus sentimientos.
- Esté preparado para que la ansiedad por separación aparezca después de un ajuste inicial aparentemente indoloro. (Muchos cuidadores y educadores llaman a esta respuesta "segunda semana-itis"). Ocurre porque su hijo ahora se siente lo suficientemente cómodo para mostrar sus verdaderos sentimientos.

Establecer una relación positiva entre padre y cuidador hace que la separación resulte más fácil.



### SI DESEA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

#### LIBROS PARA NIÑOS

**THE KISSING HAND (LA MANO QUE BESA)**

Audrey Penn, ilustrada por Ruth E. Harper y Nancy M. Leak

**THE PIGEON HAS TO GO TO SCHOOL (LA PALOMA TIENE QUE IR A LA ESCUELA)**

Palabras e imágenes de Mo Willems

**THE RUNAWAY BUNNY (EL CONEJO FUGITIVO)**

Margaret Wise Brown, ilustrada por Clement Hurd

#### LIBROS PARA ADULTOS

**BECOMING THE PARENT YOU WANT TO BE (CONVERTIRSE EN EL PADRE QUE QUIERE SER)**

Laura Davis y Janis Keyser

**CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD (CUIDADO DE SU BEBÉ Y NIÑO PEQUEÑO)**

American Academy of Pediatrics/Steven P. Shelov, M.D., M.S., F.A.A.P.

