

PROMOCIÓN DEL CUIDADO CARIÑOSO Y SENSIBLE
DE LOS NIÑOS Y NIÑAS Y EL CUIDADO A
CUIDADORES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA EN LA
PRIMERA INFANCIA EN TIEMPOS DE COVID-19

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

Promoción del cuidado cariñoso y sensible de los niños y niñas y el cuidado a cuidadores para prevenir la violencia en la primera infancia en tiempos de Covid-19

El presente documento fue elaborado por la Sección de Educación y Desarrollo de la Primera Infancia de la Oficina Regional de UNICEF para América Latina y el Caribe, conjuntamente con las Secciones de Protección de la Niñez; y Género, en consulta con las Oficinas de País de UNICEF Chile y UNICEF Uruguay.

Autoría: Jorge Cuartas, Universidad de Harvard; Catalina Rey-Guerra, Boston College

Coordinación general: Yannig Dussart, Gerente Regional de Primera Infancia y María Paula Reinbold, Oficial Regional de Educación y Primera Infancia.

Asesoría técnica: Esther Ruiz, Especialista Regional de Protección; Shelly Abdool, Asesora Regional de Género; Ana Catalina Fernandez Rojas, Especialista Regional de Protección..

Se permite la reproducción total o parcial del contenido de este documento solamente para fines de investigación, abogacía y educación; siempre y cuando, no sean alterados y se asignen los créditos correspondientes (UNICEF). Esta publicación no puede ser reproducida para otros fines sin previa autorización por escrito de UNICEF. Las solicitudes de permiso deben ser dirigidas a la Unidad de Comunicación, comlac@unicef.org.

GUÍA INTRODUCTORIA

Promoción del cuidado cariñoso y sensible de los niños y niñas y el cuidado a cuidadores para prevenir la violencia en la primera infancia en tiempos de Covid-19:

Guía introductoria

Bienvenidos a la guía general del paquete de recursos para promover el cuidado cariñoso y sensible de los niños y niñas y el cuidado a cuidadores para prevenir la violencia en la primera infancia en tiempos de Covid-19.

El modelo de atención que encontrara a continuación se basa en la mejor evidencia disponible sobre el desarrollo infantil, acompañamiento a familias y prevención de violencia en primera infancia. También incorpora los marcos globales más recientes tales como el [Marco de Cuidado Cariñoso y Sensible](#), [INSPIRE. Siete estrategias para poner fin a la violencia contra los niños y las niñas](#), el [Marco Regional de UNICEF para América Latina y el Caribe sobre la violencia en la primera infancia](#), e informes regionales como la [interrelación entre violencia contra las mujeres y violencia contra los niños y niñas: Violencia en el hogar durante el COVID-19 en América Latina y el Caribe](#).

Este material de orientación a madres, padres y cuidadores de niños y niñas en primera infancia está diseñado para beneficiar a la niñez y a las familias que más lo necesitan, y puede ser utilizado por diferentes profesionales de servicio a través de múltiples programas y sectores.

A continuación, encontrara la explicación de las actividades que el/la orientador/a debe trabajar con los cuidadores y las cuidadoras durante la atención telefónica, así como los materiales para dichas actividades y los momentos adecuados para utilizarlos.

El paquete de recursos para promover el cuidado cariñoso y sensible de los niños y niñas y el cuidado a cuidadores para prevenir la violencia en la primera infancia en tiempos de Covid-19, consta de los siguientes documentos y recursos:

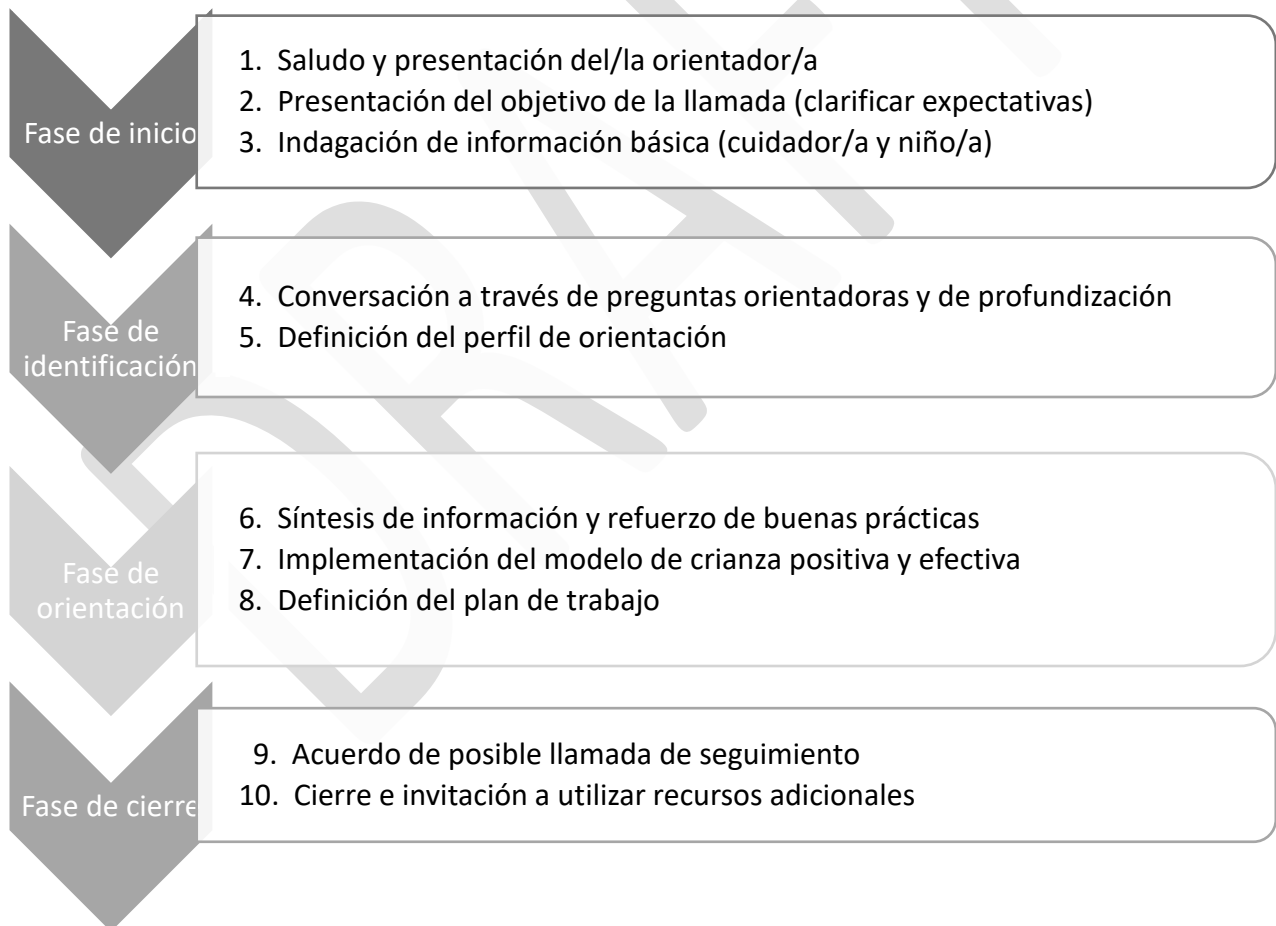
- Nota técnica que sustenta conceptual y teóricamente el paquete de recursos
- Guía introductoria

- Herramienta #1 para identificación de necesidades y factores de riesgo
- Herramienta #2 para la orientación a familias
- Ficha de trabajo

De manera complementaria, la oficina Regional de UNICEF para América Latina y el Caribe está trabajando en un curso virtual que acompañe el proceso de capacitación para el uso de las herramientas, y estará disponible a finales del 2020.

Fases de la intervención telefónica

La intervención telefónica para la implementación del modelo de las 5Rs de la crianza positiva y efectiva consta de 4 fases, cada una con 2 o 3 actividades:



Recomendaciones generales:

- Tenga a la mano la Herramienta Operativa # 1, la Herramienta Operativa # 2 y la Ficha de Trabajo.
- Escuche cuidadosamente sin emitir juicios sobre las emociones o ideas del/la cuidador/a, y permita que hable tanto como desee.
- Evite imponer, dictar o prescribir al/la cuidador/a lo que debe o no debe hacer. Mejor busque llegar conjuntamente a acuerdos y planes de trabajo.
- Intente aprovechar la motivación, objetivos individuales, fortalezas y capacidades de cada cuidador/a para promover y fortalecer sus habilidades de cuidado, con base en el modelo de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva.
- Si el/la cuidador/a se refiere de forma negativa al niño o niña, intente repetir la frase de una forma positiva. Por ejemplo, si el/la cuidador/a dice “*niño/niña nunca obedece*”, usted puede expresar “*¿es decir que [nombre de niño/niña] ha tenido algunas dificultades para seguir reglas en el hogar últimamente?*”
- Esté atento/a a cualquier duda o inquietud del/la cuidador/a e intente solucionarla con empatía, respeto y cuidado. Evite confrontar o juzgar al/la cuidador/a.
- Tenga a mano recursos y materiales adicionales¹ para guiar al/la cuidador/a con otras necesidades o temáticas no resueltas o que complementen esta herramienta (por ejemplo, para acceder a servicios sociales).
- Si hay más de un niño o niña menor de 5 años en el hogar, intente obtener información sobre cada uno de los niños o niñas y brindar orientación útil para cada caso en particular.

1. Saludo y presentación del/la orientador/a

Salude de forma empática y amable al/la cuidador/a por su nombre. Preséntese en caso de ser necesario. Recuerde utilizar un tono de voz acogedor que transmita calma y empatía.

¹ Se refiere a recursos o materiales elaborados en cada país o adaptados para cada contexto.

2. Presentación del objetivo de la llamada (clarificar expectativas)

Explique al/a la cuidador/a que la llamada tiene los siguientes objetivos:

1. Brindar apoyo a las familias que tienen niñas o niños pequeños para enfrentar los nuevos retos de crianza que han surgido durante la crisis causada por la COVID-19.
2. Aportar recomendaciones específicas sobre crianza positiva y efectiva según la edad de cada niño o niña en el hogar y las necesidades actuales de los/las cuidadoras.
3. Promover la crianza cariñosa y sensible de los niños y niñas, así como el autocuidado de los/las cuidadores/as.

3. Indagación de información básica (cuidador/a y niño/a)

Utilice la Ficha de Trabajo, Parte A para recoger información básica del/la cuidador/a y de cada uno de los niños o niñas bajo su cuidado. También indague si en el hogar hay otros adultos con quienes el/la cuidador/a comparte el cuidado de los niños o niñas. Por último, anote cualquier otra información relevante, como por ejemplo si el/la cuidador/a es beneficiario/a de otro/s programa/s social/es.

ATENCIÓN: Antes de empezar con la fase de identificación, tenga a la mano la Herramienta Operativa # 1

4. Conversación a través de preguntas orientadoras y de profundización

Entable una conversación con el/la cuidador/a utilizando las cuatro temáticas de indagación sugeridas en la Herramienta Operativa # 1. Consulte la sección A de la Herramienta Operativa # 1 para tener más detalles y opciones/ejemplos de preguntas orientadoras. Recuerde formular las preguntas de tal forma que garantice una conversación natural con el/la cuidador/a. Evite que el/la cuidador/a sienta que se trata de un cuestionario. Busque conversar para entender las

fortalezas y necesidades específicas de cada cuidador/a a fin de brindarle una orientación de utilidad.

Recuerde prestar atención para identificar si el/la cuidador/a menciona algunos de los factores de riesgo. La sección B de la Herramienta Operativa # 1 presenta detalles sobre los diferentes factores de riesgo. También debe estar atento para reconocer las prácticas positivas que identifique en la conversación. Para identificar prácticas positivas, puede utilizar el material en la sección C de la Herramienta Operativa # 2 o cualquier otro material específico sobre cuidado cariñoso y sensible, así como sobre crianza positiva, desarrollado por UNICEF (a nivel global, regional o nacional).

Factores de riesgo:

- 1) Usa o aprueba el uso de castigo físico o trato humillante
- 2) Habla de forma negativa/soez/grosera del niño o niña
- 3) Negligencia
- 4) Presenta síntomas emocionales de estrés, tristeza o ansiedad
- 5) Carece de redes de apoyo
- 6) Escasos conocimientos sobre crianza, cuidado y educación en la primera infancia
- 7) Desconoce o tiene expectativas poco realistas sobre los hitos del desarrollo del niño o niña

Finalmente, recuerde que en cualquier momento de la conversación puede utilizar las preguntas de profundización que considere apropiadas para entender mejor las necesidades puntuales del/la cuidador/a. Puede encontrar varios ejemplos de preguntas de profundización en la sección C de la Herramienta Operativa # 1. Estas opciones son de gran utilidad, tanto si ha identificado alguna señal de alarma y desea mejorar su comprensión sobre uno o varios factores de riesgo, como si no ha identificado ningún factor de riesgo y desea confirmar su percepción.

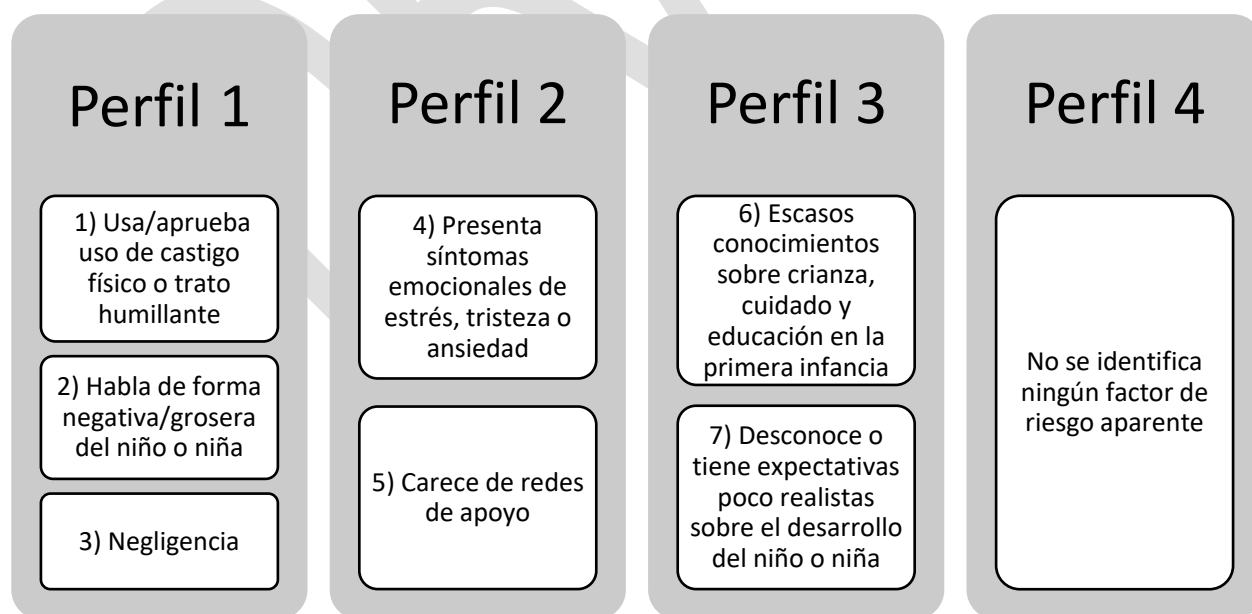
Recuerde: Usted puede utilizar las preguntas de profundización que considere apropiadas o más relevantes, dentro de la lista de preguntas ofrecidas en la Herramienta Operativa # 1. No es aconsejable realizar todas las preguntas en la misma llamada.

Tome nota de cada respuesta, registrando los puntos más importantes que mencione el/la cuidador/a en la columna (i) Parte B de la Ficha de Trabajo. Adicionalmente, durante la conversación, anote los factores de riesgo en la columna (ii); al igual que cualquier pregunta de profundización realizada, con la síntesis de ideas principales de la respuesta del/la cuidador/a, en la columna (iii); y las prácticas positivas identificadas en la columna (iv).

5. Definición del perfil de orientación

Una vez que haya identificado las fortalezas y factores de riesgo que enfrentan los/las cuidadores/as a través de las cuatro temáticas orientadoras, defina el perfil de atención, según si identificó o no diferentes riesgos. Anote el perfil o perfiles de orientación en la Parte C de la Ficha de trabajo, al igual que los factores de riesgo identificados (en caso de haber registrado uno o algunos). Recuerde que este perfil le ayudará a distinguir los temas sobre los que debe basar la orientación, para así brindar un apoyo adecuado según las necesidades del/la cuidador/a.

Recuerde: es posible que muchos cuidadores/as encajen no sólo en uno sino en varios perfiles. En estos casos, busque priorizar el trabajo con el perfil que más se acerque a las necesidades puntuales expresadas por el/la cuidador/a o tome elementos de varios perfiles para el trabajo de orientación



ATENCIÓN: Antes de empezar las actividades de la fase de orientación, tenga a la mano la Herramienta operativa # 2.

6. Síntesis de información y refuerzo de buenas prácticas

Con ayuda de las anotaciones que registró en la Parte B de la Ficha de Trabajo, sintetice de forma empática y respetuosa los puntos más importantes de la conversación y confirme que el/la cuidador/a está de acuerdo con su resumen. Intente registrar la información que considere más relevante acerca de las cuatro temáticas orientadoras. Durante esta síntesis, recuerde normalizar las reacciones o dificultades comunes que tanto cuidadores/as como niños y niñas podrían estar experimentando a causa de la situación originada por la COVID-19; utilice la sección A de la Herramienta Operativa # 2 o la publicación de UNICEF [Apoyando a los niños y niñas pequeños a enfrentar los cambios](#), para mencionar algunas de las reacciones o respuestas comunes de cuidadores/as y niños y niñas en esta situación desafiante. Adicionalmente, recuerde reconocer y reforzar al menos una buena práctica del/la cuidador/a identificada a lo largo de la conversación, que consignó en la columna (iv), Parte B de la Ficha de Trabajo.

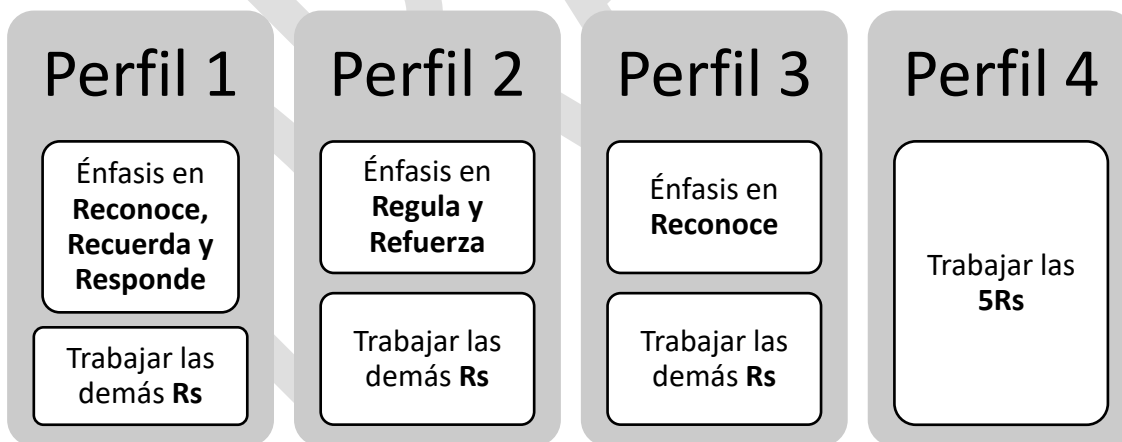
Ejemplo. *“Según le entendí, la situación actual le ha generado bastante preocupación [esto frente a la pregunta “¿cómo está el/la cuidador/a?”], y usted ha sentido que [nombre de niño/niña] ha estado más inquieto/a que de costumbre [esto frente a la pregunta “¿cómo está el niño o la niña?”]. También le entendí que en el último mes [nombre de niño/niña] ha llorado más que de costumbre y ha tenido algunos comportamientos que le han resultado difíciles de manejar [esto frente a la pregunta sobre “principales dificultades en la crianza”]. También me dijo que cuando hay llanto usted ha intentado cantarle para calmarlo/a y que esta actividad los/as divierte y los/as relaja [esto frente a la pregunta sobre “actividades relajantes y divertidas”]. Con respecto a lo que me ha contado, lo primero que quiero que sepa es que en este momento tan difícil en el que están ocurriendo tantos cambios, es normal que usted se sienta preocupado/a y [nombre de niño/niña] esté más inquieto/a o incluso presente algunos comportamientos que para usted son difíciles de manejar. De hecho, sabemos que muchos cuidadores y cuidadores están enfrentando estas mismas dificultades en este momento, ya que estas dificultades son bastante comunes en momentos de estrés o cuando hay cambios fuertes de rutinas [esto, para buscar normalizar las dificultades]. Por último, cantarle es una muy buena estrategia para calmar el llanto, y es una actividad que además de todo fortalece su relación, ayuda al desarrollo del cerebro y permite adquirir habilidades socioemocionales y de lenguaje en la infancia” [esto, para reforzar las buenas prácticas].*

7. Implementación del modelo de crianza positiva y efectiva

Una vez que haya sintetizado la información recibida, implemente el modelo de crianza positiva y efectiva. Recuerde que, en lo posible, siempre debe buscar trabajar con los cinco componentes del modelo (ver sección B de la Herramienta Operativa # 2), dando al/la cuidadora por lo menos una recomendación o resolviendo una duda relacionada con cada componente. Puede utilizar el material en la sección C de la Herramienta Operativa # 2 o cualquier otro material de UNICEF (o específico de su país) para consultar diferentes temas sobre los que puede hacer la orientación; lo importante es cubrir los cinco componentes del modelo, tanto como sea posible.

Ejemplo. “en [UNICEF/el Ministerio/entidad encargada de esta atención] somos conscientes de las dificultades y retos que los cuidadores y las cuidadoras están enfrentando actualmente por la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social a raíz de la COVID-19. Por eso queremos apoyarlo/a trabajando con usted en cinco pasos para manejar las situaciones difíciles y promover el desarrollo, salud y bienestar de [nombre de niño/niña]. Decidimos llamar a estos pasos las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva, ya que estos pasos hacen referencia a, 1) Regular las emociones propias, 2) Reconocer señales sobre cómo aprenden los niños y niñas en diferentes etapas del desarrollo, 3) Recordar métodos de disciplina apropiados y efectivos para cada etapa del desarrollo, 4) Responder apropiadamente a algunos comportamientos que son desafiantes para los cuidadores/as del niño o la niña y 5) Reforzar día a día su autocuidado y bienestar, al igual que las prácticas de cuidado y las rutinas positivas para con los niños y niñas. Creemos que si se siguen y fortalecen estos pasos, lograremos impulsar el desarrollo en este periodo tan importante como o es la primera infancia.”

Aunque siempre se debe buscar trabajar en los cinco componentes del modelo, el perfil de orientación que identificó en la Parte C de la Ficha de Trabajo le ayudará a establecer los componentes que requieren más apoyo, en los cuales debe hacer énfasis (o priorizar en caso de tener poco tiempo en la llamada):



Recuerde anotar en la parte D de la Ficha de trabajo los temas de las 5Rs que trabajo en cada componente. Igualmente, anote en esta misma ficha si el/la cuidador/a atiende a más de un niño o niña y especifique los temas trabajados con cada niño o niña en el hogar.

Ejemplo. Suponga que un cuidador tiene una niña de 2 años y expresó que no sabe cómo manejar sus pataletas. En este caso, usted podría recurrir a las tablas correspondientes a “En todas las edades y etapas del desarrollo” y “1 a 2 años” de la Sección C de la Herramienta Operativa # 2 y decir algo como: *“Siguiendo la idea de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva, recuerde que es muy importante **Regular** sus emociones antes de responder a cualquier comportamiento de [nombre de la niña]. Para esto, cuando se enfrente a una situación difícil en la crianza puede [dar una de las opciones de ejercicios de regulación emocional en la columna Regula]. En segundo lugar, es importante **Reconocer** que en esta etapa del desarrollo es común que los niños y niñas hagan pataletas, ya que aún están en proceso de aprender a manejar sus emociones [columna Reconoce]. Por esta razón, en esta etapa del desarrollo, **Recuerde** distraer o redireccionar su atención antes de que inicie la pataleta (por ejemplo, con un juego o una canción), dar instrucciones directas pero cariñosas y reforzar los comportamientos deseados; nunca utilice el castigo físico ya que esto solo llevará a que se incrementen las pataletas [columna Recuerda]. La próxima vez que ocurra una pataleta, puede **Responder** señalando otro elemento o situación que redireccione la atención de la niña. Si esto no funciona, ubíquese a la altura de la niña, mírela a los ojos, y ofrézcale consuelo y cariño para tranquilizarla [columna Responde]. Por último, **Refuerce** a diario el cuidado cariñoso y sensible y su autocuidado, pues con eso las pataletas van a ir desapareciendo y va a sentirse con más energía para manejarlas en caso de ser necesario. Recuerde crear momentos de esparcimiento para usted y mantenerse en contacto con sus amigos y familia. También puede intentar juegos que ayuden a [nombre de la niña] para que maneje mejor sus emociones y controle sus impulsos, para así evitar las pataletas. Por ejemplo, pueden jugar a las “estatuas” [columna Refuerza].*

8. Establecer el plan de trabajo

Busque establecer un plan de trabajo con el/la cuidador/a y lograr compromisos puntuales a los cuales puedan hacer seguimiento en una llamada futura. Recuerde que no debe imponer o prescribir al/la cuidador/a lo que debe o no debe hacer. Por el contrario, haga recomendaciones, pero sobre todo aproveche su motivación, objetivos individuales y habilidades para acordar un plan de trabajo. Para este fin, usted puede elegir una de las siguientes opciones para establecer un plan de trabajo:

- **Opción 1:** sobre las cosas o temas que conversaron del modelo de crianza positiva y efectiva, pregúntele al/la cuidador/a qué le pareció más útil y considera que podría implementar prontamente. Anote estos puntos en la parte E (i) de la Ficha de Trabajo. Con base en esta respuesta, construya en conjunto con el cuidador un plan de trabajo para la siguiente semana.
- **Opción 2:** sobre las buenas prácticas que identificó o las actividades que el/la cuidador/a y el niño o niña hacen para relajarse o divertirse puede proponer una práctica adicional relacionada que sea útil.

Invite al/la cuidador/a a realizar el plan o actividad acordados la siguiente semana, relacionando dicho plan con los problemas y fortalezas que identificó en la síntesis.

Recuerde. Es fundamental resaltar la necesidad de ser constante y paciente para ver resultados.

Ejemplo. *“Me alegra que le haya parecido útil conocer el ejercicio de respiración para manejar las emociones. ¿Qué le parece entonces si prueba hacer este ejercicio durante la próxima semana y vamos viendo si esto le sirve para estar más tranquilo/a y responder mejor si hay otra situación de pataleta? Recuerde que esto es un proceso que toma tiempo y requiere paciencia, por lo que si trabaja en esto, va a empezar a ver que tanto usted como [nombre de niño/niña] se sienten mejor y su relación se fortalece.”*

Por último, anote el plan de trabajo o compromisos puntuales en la parte E (ii) de la Ficha de Trabajo e invite al/la cuidador/a a escribir estos compromisos en una hoja ubicada en un lugar donde la pueda ver fácilmente. Propóngale conversar en una próxima llamada sobre cómo le fue con el plan de trabajo o compromisos.

9. Acuerdo de posible llamada de seguimiento

Después de establecer el plan de trabajo o compromisos, pregunte qué día y en qué rango horario sería más apropiado hacerle una posible llamada de seguimiento. Aclare que esta llamada se hará con la intención de ofrecer más herramientas que pueden ser útiles para brindar un cuidado

cariñoso y sensible al niño o niña, y apoyar las necesidades del/la cuidador/a. Si acuerdan la llamada de seguimiento, anote esta información al final de la Ficha de Trabajo.

10. Cierre e invitación a utilizar recursos adicionales

Antes de terminar la llamada, refuerce la idea de la importancia que tiene recibir acompañamiento en este momento y recuerde al/la cuidador/a que puede acudir a usted o a otra persona del [programa o entidad] en caso de tener dudas o requerir más apoyo. Adicionalmente, recomiende al/la cuidador/a hacer uso de otros recursos, tales como materiales sobre cuidado cariñoso y sensible y crianza positiva y efectiva tanto de UNICEF, como del país o de otros programas sociales. Finalmente, despídase empáticamente utilizando el nombre del/la cuidador/a.

HERRAMIENTA OPERATIVA # 1
IDENTIFICACIÓN DE
NECESIDADES
Y FACTORES DE RIESGO

HERRAMIENTA OPERATIVA # 1

La Herramienta Operativa 1 tiene como objetivo ayudarle a identificar necesidades y factores que pueden incrementar el riesgo de violencia contra los niños y niñas. Identificar estos factores le permitirá definir las necesidades y riesgos que debe atender en la orientación. Para esto, la Herramienta Operativa 1 cuenta con:

Sección A. Preguntas orientadoras que debe utilizar para guiar la conversación

Sección B. Listado de potenciales factores de riesgo y una caracterización de cada factor.

Sección C. Listado de posibles preguntas abiertas y cerradas que puede utilizar para identificar o profundizar en algún factor de riesgo.

Sección A. Preguntas orientadoras

Recuerde:

- Las preguntas orientadoras le darán la oportunidad al/la cuidador/a de expresar cómo se ha sentido en las últimas semanas, cómo ha estado la relación con su hijo/hija y cómo ha estado el niño o la niña. Esta primera parte de la conversación proporciona la información inicial para identificar posibles factores de riesgo a ser atendidos.
- **Utilice el Instrumento de Trabajo (Parte B)** para tomar notas sobre las respuestas del/la cuidador/a a sus preguntas. Estas notas le ayudarán a sintetizar las necesidades del cuidador/a en la primera parte de la Fase de Orientación.
- A medida que vaya trabajando las cuatro preguntas orientadoras, esté atento/a si **el/la cuidador/a mencione alguno(s) de los seis posibles factores de riesgo** que se explican en la sección **B. Factores de Riesgo**: Escuche atentamente mientras trabaja con las preguntas orientadoras e identifique cualquier mención o menciones de los **seis posibles factores de riesgo** que se explican en la sección **B. Factores de Riesgo**.
- A medida que vaya trabajando las cuatro preguntas orientadoras, esté atento/a a las prácticas positivas que mencione el/la cuidador/a. **La sección D. Prácticas positivas** da algunos ejemplos de prácticas que puede buscar identificar. Escuche atentamente mientras trabaja con las preguntas orientadoras e identifique cualquier mención o menciones del/a cuidador/a sobre **prácticas positivas**. Puede consultar **la sección D** para tener como referencia algunos ejemplos.

Se sugieren cuatro preguntas orientadoras para entablar una conversación a fin de poder indagar acerca de las necesidades, factores de riesgo y prácticas positivas de crianza que expresa cada cuidador o cuidadora:

1) **¿Cómo se siente o ha estado el/la cuidador/a durante las últimas semanas?**

Busque entender cómo se siente o se ha sentido el/la cuidador/a nivel emocional y comportamental. Por ejemplo, puede preguntar: “¿cómo se ha sentido en las últimas semanas?” o “¿cómo han sido las últimas

semanas para usted?” o “¿cómo se ha sentido desde que inició la cuarentena/aislamiento social por causa de la COVID-19?”

2) ¿Cómo se siente o ha estado el niño o la niña durante las últimas semanas?

Busque entender cómo ha sido el estado emocional, comportamental, las rutinas diarias del niño o la niña y los cambios que ha experimentado él/ella en las últimas semanas. Por ejemplo, puede preguntar: *“¿cómo se ha sentido o se ha comportado [nombre de niño/niña] en las últimas semanas?”, “En las últimas semanas, ¿cuáles han sido los cambios importantes que [nombre de niño/niña] ha experimentado en [sus horas de sueño], [comida] y [juego actividades de aprendizaje]”, “¿Ha notado usted en [nombre de niño/niña] algún comportamiento inusual o pérdida de interés hacia alguna actividad?”*

3) ¿Qué retos o dificultades en la crianza ha experimentado o qué comportamientos del niño o la niña han sido difíciles de manejar recientemente?

Intente hacerse una idea sobre cómo se encuentra la relación entre el/la cuidador/a y el niño o la niña. En particular, indague sobre el manejo de situaciones difíciles por parte del/la cuidador/a. *“¿Podría mencionar algunas de las situaciones más difíciles de la crianza que ha enfrentado en las últimas semanas?”* También podría decir algo como *“Muchos cuidadores y cuidadoras han reportado que desde que comenzó la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social causada por la COVID-19 han enfrentado muchas dificultades para manejar el comportamiento de sus niños y niñas. ¿Podría por favor contarme si este ha sido su caso y específicamente qué dificultades ha experimentado?”*

4) ¿Qué actividades hicieron en las últimas semanas con el niño o la niña para relajarse o divertirse?

Busque identificar actividades que hicieron conjuntamente el/la cuidador/a y el niño o la niña para relajarse o divertirse en las semanas anteriores. Por ejemplo, pregunte algo como: *“durante las últimas semanas, ¿qué tipo de actividades hicieron con [nombre de niño/niña] para divertirse o relajarse?”* o *“durante la última semana, ¿cómo consiguió que [nombre de niño/niña] sonriera o se riera?”*

Sección B. Factores de riesgo

A lo largo de la conversación, procure estar atento/a e identificar señales de los siguientes factores de riesgo:

Factores de riesgo:

- 8) Usa o aprueba el uso de castigo físico o trato humillante
- 9) Habla de forma negativa /grosera del niño o niña
- 10) Negligencia
- 11) Presenta síntomas emocionales de estrés, tristeza o ansiedad
- 12) Carece de redes de apoyo
- 13) Tiene escasos conocimientos sobre crianza, cuidado y educación en la primera infancia
- 14) Desconoce o tiene expectativas poco realistas sobre los hitos del desarrollo del niño o niña

Si identifica cualquier señal de estos factores de riesgo, puede utilizar las preguntas abiertas y cerradas que considere pertinentes de la **Sección C. Preguntas de Profundización** para ahondar la indagación.

Recuerde:

En caso de no identificar ninguno de estos factores de riesgo, puede utilizar algunas de las preguntas en la **Sección C. Preguntas de Profundización** para confirmar su percepción inicial.

Recuerde que **no es obligatorio encontrar factores de riesgo** (ya que estos podrían no existir en muchos casos). No debe hacer todas las preguntas, sólo las que considere relevantes en la conversación

Recuerde:

Así como hay casos en los que no existen factores de riesgo, **en otros casos pueden coexistir múltiples factores de riesgo.**

Factor 1. Usa o aprueba el uso de castigo físico o trato humillante. Para identificar señales de este factor de riesgo, tanto por uso como por aceptación/aprobación, identifique las siguientes expresiones o comportamientos en el/la cuidador/a:

- Afirma que corrige al niño o niña:
 - Gritándole, llamándolo/la tonto/a, inútil, perezoso/a o usando adjetivos similares
 - Golpeándole con objeto/s, dándole palmadas, nalgadas, empujones, pellizcos
 - Hechándole agua, encerrándolo/la, ignorándolo/la
- Se muestra a favor del castigo físico u otro trato humillante, porque:
 - Considera que es necesario para educar al niño/niña correctamente
 - Cree que un golpe/palmada/nalgada/empujón/pellizco es necesario en algunas ocasiones
 - Piensa que cuando el niño o niña se ha portado mal o ha desobedecido, la mejor forma de educarlo/la es con golpes/palmadas/nalgadas/empujones/pellizcos, también hechándole agua, encerrándolo/la, ignorándolo/la

Factor 2. Habla de forma negativa/soez/grosera del niño o la niña. Para identificar señales de este factor de riesgo, escuche atentamente las palabras que usa el/la cuidador/a para referirse al niño o la niña:

- Adjetivos humillantes: bruto/a, estúpido/a, retardado/a
- Opiniones negativas sobre las capacidades del niño/niña: bueno/a para nada, incapaz, sordo/a, manipulador/a
- Palabras groseras, despectivas o sobrenombres ofensivos

Factor 3. Negligencia. Para identificar señales de este factor de riesgo, intente identificar si el/a cuidador/a:

- Expresa que:
 - Suele dejar sólo/a al/la niño/niña por periodos prolongados de tiempo

- Dejó sólo/a al niño/a durante más de una hora
- Dejó al/la niño/a bajo el cuidado de otro niño o niña menor de 10 años durante más de una hora

Factor 4. Presenta síntomas emocionales de estrés, tristeza o ansiedad. Para identificar señales de este factor de riesgo, intente identificar si el/la cuidador/a:

- Expresa que siente:
 - Nerviosismo, miedo, ansiedad, incapacidad, estar al límite, tener incertidumbre frente al futuro
 - Preocupación continua por diferentes cosas
 - Desesperanza sobre el futuro
 - Tristeza, desánimo, negatividad
 - Irritabilidad e impaciencia
 - Incapacidad para disfrutar de las cosas que antes sí disfrutaba
 - Dificultad para concentrarse en lo que tiene que hacer
 - Insomnio o dificultad para alcanzar un sueño reparador
 - Episodios de llanto
 - Dificultad para manejar adecuadamente sus responsabilidades
 - Aislamiento de seres queridos, familiares, amigos y vecinos
 - Pensamientos reiterativos y nerviosismo por eventos pasados de violencia intrafamiliar
- Afirma que desde el inicio de la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social, siente que:
 - No disfruta como antes del tiempo que pasa con el/la niños/niña
 - No es capaz de orientar adecuadamente el comportamiento del niño o niña
 - Es muy estresante ser cuidador/a, madre/padre
 - Está sacrificando demasiado por tener que cuidar del niño o la niña
 - Está atrapado/a por sus responsabilidades como cuidador/a

- No puede cuidar adecuadamente al niño o niña (ejemplo, no ha podido llevarlo/la a las consultas médicas necesarias, no ha podido alimentarlo/la bien o comprarle los medicamentos que requiere, no ha podido jugar con el niño o la niña, no ha podido hacerlo/la reír y calmarlo/la)
- Presenta síntomas de depresión pre-parto o pos-parto (más del 50% de las madres adolescentes presentan depresión pos-parto)
- Atraviesa por relaciones conflictivas con familiares de la madre/padre o con la pareja
- Sufrimiento por situaciones de estigma social o acoso/‘bullying’ por ser madre/padre adolescente [en caso de ser madre/padre adolescente]
- Afectado/a emocionalmente por la imposibilidad de continuar con sus estudios (virtuales o presenciales) debido a las responsabilidades que implica el cuidado de su hijo/hija [en caso de ser madre/padre adolescente]

Factor 5. Carece de redes de apoyo. Este factor de riesgo hace referencia a la ausencia o debilidad del círculo de personas que pueden brindar apoyo general u orientación específica sobre el cuidado del niño o la niña. Para identificar señales de este factor de riesgo, identifique si el/la cuidador/a:

- No tiene con quien compartir (o a quien encargar temporalmente) el cuidado del niño o la niña en el hogar
- No tiene a quién acudir cuando está triste o preocupado/a
- No tiene a quién recurrir para resolver preguntas o dudas sobre la crianza
- No se siente satisfecho/a con sus relaciones personales
- Se siente solo/a
- Experimenta baja autoestima o sentimientos de soledad o falta de apoyo

Factor 6. Tiene escasos conocimientos sobre crianza, cuidado y educación en la primera infancia. Este factor de riesgo indica que el/la cuidador/a no cuenta con suficientes herramientas y conocimientos para la crianza, cuidado y su educación del niño o niña. Para identificar las señales sobre este factor de riesgo, identifique si el/la cuidador/a:

- Afirma no saber:
 - Cómo cuidar adecuadamente del niño o niña
 - Qué actividades o juegos impulsan el desarrollo del niño o la niña
 - Cómo poner límites o reorientar los comportamientos del niño o la niña que considera difíciles, según cada etapa de desarrollo
- Afirma no sentirse capaz de:
 - Proporcionar contención emocional al niño o niña
 - Organizar juegos y actividades para disfrutar con el niño o niña
 - Establecer una rutina diaria con la cual se sienta cómodo/a
 - Mantener al niño o niña a gusto en su entorno
 - Calmar o consolar al niño o niña cuando está triste o llorando
 - Calmar o consolar al niño o niña cuando está molesto/a o agresivo/a
 - Calmar o consolar al niño o niña cuando hace pataletas
 - Aplicar herramientas y conocimientos para enseñarle al niño o la niña los comportamientos que se esperan de él/ella
 - Poner en práctica las estrategias de crianza que antes eran efectivas

Factor 7. Desconoce o tiene expectativas poco realistas sobre los hitos del desarrollo del niño o niña.

Este factor de riesgo hace referencia al desconocimiento de temas fundamentales sobre el desarrollo de la primera infancia o albergar expectativas poco realistas sobre lo que los niños o niñas pueden o no pueden hacer/lograr en diferentes edades/etapas de desarrollo. Para identificar las señales de este factor de riesgo, identifique si el/la cuidador/a:

- Afirma tener dificultades para entender la forma como el niño/niña aprende, experimenta emociones y se comporta
- Cree que las habilidades del niño o la niña no pueden ser moldeadas por los adultos
- Espera que el niño o la niña haga cosas para las que no ha alcanzado el nivel de desarrollo de acuerdo con su rango de edad
- Tiene percepciones negativas, erróneas o mediadas por normas sociales tradicionales, relacionadas con creer, por ejemplo, que los niños y niñas:
 - Siempre deben obedecer
 - Nunca deben portarse mal
 - Necesitan tener reglas y límites desde que nacen

- Deben ser disciplinados o corregidos unos días y otros no
- No necesitan rutinas
- Hacen cosas para hacer sentir mal al/la cuidador/a
- No agradecen los esfuerzos que se hacen por ellos/ellas
- Son manipuladores/as
- Hacen cosas como llorar para conseguir lo que quieren

Recuerde:

Además de intentar identificar las señales de estos factores de riesgo, también debe estar atento/a en caso de recibir cualquier denuncia o indicio sobre:

- **Maltrato físico, psicológico, violencia sexual, abandono, negligencia contra el niño o la niña.** Ante cualquiera de estas señales, formule preguntas cerradas [si/no] que no pongan en riesgo al/la cuidador/a ni al/la niño/a, tales como “¿Se siente seguro/a para hablar en este momento?”; “¿Siente que algún otro miembro del hogar podría lastimar o hacerle daño a [nombre de niño/niña]?”;
- **Violencia intrafamiliar o de pareja.** Ante cualquier señal que indique este tipo de situaciones, formule preguntas cerradas [si/no] que no pongan en riesgo al/la cuidador/a ni al/la niño/a, tales como ¿Siente que algún otro miembro del hogar podría lastimarlo/la a usted?”; “¿ha presenciado [nombre de niño/niña] violencia física, abuso psicológico, violencia sexual, abandono?”
- **Pensamientos suicidas en el/la cuidador/a.** Esté atento/a si el/la cuidador/a expresa querer quitarse la vida o tener pensamientos suicidas

En caso de identificar cualquiera de estos indicios, active inmediatamente el protocolo de atención correspondiente de su país.

C. Preguntas de Profundización

Si identifica un factor de riesgo específico y/o quiere profundizar en un tema con el objetivo de buscar identificar un factor de riesgo, puede utilizar alguna de las siguientes preguntas a lo largo de la conversación.

Factor 1. Usa o aprueba el uso de castigo físico o trato humillante.

- *Los cuidadores utilizan diferentes estrategias y métodos para educar o corregir comportamientos de los niños/niñas. ¿Podría contarme qué métodos de disciplina han utilizado usted o cualquier otro adulto en el hogar desde que comenzó la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social?*
- *¿Puede describirme cuál fue la situación en la cual utilizó el método de disciplina que me contó?*
- *Cuando, ante la pataleta de un niño/niña, su padre/madre o cuidador/a le grita, lo humilla o le dice groserías, usted piensa que _____*
- *Cuando, ante la pataleta de un niño/niña, su padre/madre o cuidador/a le da un golpe, palmada, nalgada, empujón, pellizco o le hecha agua, lo encierra, lo ignora, usted piensa que _____*

Si identifica que el/la cuidador/a utiliza el castigo físico u otro trato humillante, puede intentar preguntar cosas como:

- *¿Cuál fue la última vez que le dio un/a golpe/palmada/nalgada/empujón/pellizco o hechó agua/encerró/ignoró a [nombre de niño/niña]?*
- *¿En qué situaciones cree que es necesario darle un/a golpe/palmada/nalgada/empujón/pellizco o hechar agua/encerrar/ignorar a [nombre de niño/niña]?*
- *¿Le ha dado un golpe/palmada/nalgada/empujón/pellizco o ha hechado agua/encerrado/ignorado a [nombre de niño/niña] y luego se ha arrepentido?*

Factor 3. Negligencia.

- *Desde que inició la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social (o en los últimos meses), ¿ha dejado sólo/a al/la niño/niña por periodos prolongados de tiempo?*

- *Desde que inició la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social (o en los últimos meses), ¿alguna vez ha dejado sólo/a al/la niño/niña por más de una hora?*
- *Desde que inició la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social (o en los últimos meses), ¿alguna vez ha dejado al/la niño/niña bajo el cuidado de otro niño/niña menor de 10 años por más de una hora?*

Factor 4. Presenta síntomas emocionales de estrés, tristeza o ansiedad.

- *Desde que inició la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social (o en los últimos meses), ¿ha sentido más estrés, preocupación o tristeza que de costumbre?*
- *Desde que inició la cuarentena/confinamiento/distanciamiento social (o en los últimos meses), ¿ha sentido algún tipo de angustia o estrés frente a la crianza o el cuidado de [nombre de niño/niña]?*
- *Pensando en la situación actual, ¿ha sentido o experimentado estrés por algún tema en particular, por ejemplo, estabilidad laboral, ingresos, situación de salud?*

Si identifica estrés, tristeza, ansiedad o preocupación, puede hacer preguntas de profundización para entender mejor qué desencadenan dichos sentimientos:

- *¿Me podría contar un poco sobre las situaciones que lo/la han estresado últimamente?*
- *¿Cree que podría identificar la(s) fuente(s) o causas de lo que está sintiendo?*
- *¿Cree que la [emoción o síntoma identificado] le ha dificultado hacer algunas tareas o ha interferido en su relación con [nombre de niño/niña]? de ser así, ¿puede describirme de qué manera?*

Factor 5. Carece de redes de apoyo.

- *[Si vive con otra persona adulta o recibe apoyo de un familiar o conocido/a para cuidar al niño o la niña] ¿Qué tanto apoyo recibe por parte de [nombre del/la otro adulto/a cuidador/a] para cuidar a [nombre de niño/niña]?*
- *¿Siente que recibe el apoyo suficiente de su familia/amigos/conocidos para poder cuidar a [nombre de niño/niña] y cumplir con todas sus responsabilidades?*
- *Cuando tiene alguna duda sobre la crianza, ¿recurre a algún familiar, amigo o vecino para consultar?*

- *En general, ¿qué tan satisfecho/a se siente con el apoyo o la ayuda que ha recibido de otras personas en momentos de necesidad?*

Factor 6. Escasos conocimientos sobre crianza, cuidado y educación en la primera infancia.

- *¿Siente que cuenta con las herramientas y conocimientos para impulsar el desarrollo de [nombre de niño/niña]?*
- *¿Considera que el juego y actividades como cantar, leer libros infantiles o contar historias son importantes para el desarrollo y aprendizaje de [nombre de niño/niña]?*
- *¿Siente que tiene las capacidades para jugar e involucrarse en otras actividades de aprendizaje con [nombre de niño/niña]?*
- *¿Últimamente ha sentido que es capaz de brindarle apoyo emocional a [nombre de niño/niña]?*
- *¿Últimamente ha sentido que se le facilita crear juegos y actividades para disfrutar con [nombre de niño/niña]?*
- *¿Siente que durante las últimas semanas ha logrado establecer rutinas adecuadas para [nombre de niño/niña] con las que se sienten cómodos todos los miembros de la familia?*
- *¿Últimamente ha sentido que es capaz de mantener a [nombre de niño/niña] contento y a gusto en el hogar?*
- *¿Ha sentido que es capaz de calmar y consolar a [nombre de niño/niña] cuando está triste, llorando, molesto/a o tiene una pataleta?*
- *¿Últimamente se ha sentido confiado de poder enseñarle a [nombre de niño/niña] los comportamientos que usted espera de él/ella?*

Factor 7. Desconoce o tiene expectativas poco realistas sobre los hitos del desarrollo del niño o niña.

- *¿Siente que últimamente le cuesta entender cómo aprende o qué emociones experimenta [nombre de niño/niña] o le es difícil comprender su comportamiento?*
- *Los niños y niñas adquieren diferentes habilidades a medida que crecen y se desarrollan ¿Piensa que hay algo que [nombre de niño/niña] podría hacer pero que no hace ahora?*
- *¿Cree usted que los niños y niñas nacen con determinadas capacidades y hay poco que usted pueda hacer para que aprendan?*
- *¿Cree usted que, por naturaleza, hay personas mejores para unas cosas que para otras?*
- *¿Cree usted que los niños y niñas siempre deberían obedecer?*

- *¿Cree usted que cuando los niños y niñas lloran solo lo hacen para manipular a sus padres, madres o cuidadores/as?*
- *¿Considera usted que para los niños y niñas son importantes las rutinas?*
- *¿Piensa usted que es bueno establecer reglas y límites, pero está bien si esas reglas o límites no se cumplen o no se refuerzan algunos días?*
- *¿Está de acuerdo con que es adecuado castigar físicamente a los niños pero no a las niñas?*
- *¿Cree que las niñas usualmente requieren más atención y cuidado que los niños?*

DRAFT

HERRAMIENTA OPERATIVA #2

ORIENTACIÓN A LAS FAMILIAS

HERRAMIENTA OPERATIVA # 2

La Herramienta Operativa # 2 tiene como objetivo **ayudar al/la orientador/a a brindar apoyo a las familias para que fortalezcan sus habilidades parentales y prácticas de autocuidado a través del modelo de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva, lo que contribuirá a prevenir la violencia contra los niños y niñas en la primera infancia.** Para esto, la Herramienta Operativa 1 cuenta con:

Sección A. Consecuencias comunes del estrés por COVID-19

Sección B. El modelo de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva

Sección C. Material para trabajar el modelo de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva

A. Consecuencias comunes del estrés por COVID-19

Consecuencias para cuidadores y cuidadoras: La crisis mundial por la propagación del virus COVID-19 conlleva a una situación sin precedentes que nadie tiene idea de cómo manejar. Esta situación suscita preocupación e incertidumbre, y afecta a todas las personas en muchos aspectos.

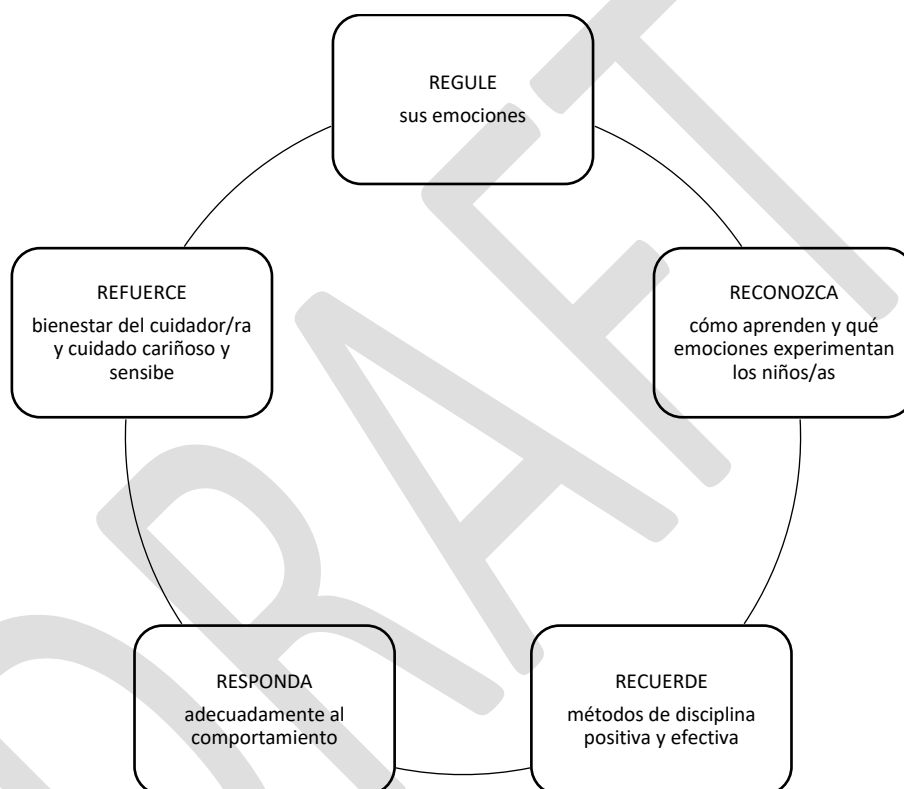
Posibles asuntos que pueden estar afectando al cuidador o cuidadora:
Una enfermedad propia o de alguien de la familia. También miedo a enfermarse o a que alguien de la familia se enferme.
Confusión y sentimiento de incertidumbre sobre cómo protegerse a sí mismo/a y a otros miembros de la familia del COVID-19.
Dificultades económicas o financieras.
Pérdida del trabajo y, por ende, del salario o miedo a que esto ocurra.
Sentimiento de sobrecarga tanto en el trabajo como en la casa.
Discusiones, tensiones y/o problemas con la pareja y/u otros miembros de tu familia.
Dificultad para tener un equilibrio entre las responsabilidades laborales y del hogar
Dificultades para acceder a los programas de apoyo que ofrece el gobierno.
Pérdida de contacto con personas con las que solíamos compartir (compañeros de trabajo, amigos, pareja).
Posibles manifestaciones del estrés y temor:
Insomnio, problemas para dormir y menos horas de sueño.
Somnolencia, sensación de cansancio durante el día, más ganas de dormir.
Falta de apetito o aumento de apetito.
Mal humor sin una razón clara.
Irritabilidad o agresividad por situaciones que normalmente no desencadenaban esa respuesta.
Tristeza y/o ganas de llorar sin saber muy bien la razón.
Ansiedad o intranquilidad constante.
Falta de entusiasmo por los proyectos, el trabajo o la familia.
Ideas negativas sobre la situación actual (<i>"Va a morir mucha gente", "Esta situación no va a cambiar", "Nos están escondiendo las cifras reales"</i>).
Completa incertidumbre y angustia.
Deseos de escapar, salir corriendo y estar solo/a.
Dolor de cabeza, dolor de estómago o de extremidades; malestar estomacal, reflujo o gastritis.
Sensación inexplicable de fatiga u ahogo.
Aumento de la tensión arterial, malestar general, fiebre o vómito.

Consecuencias para niños y niñas: Aunque tengan un entendimiento acorde con su edad sobre la actual situación y el confinamiento por la propagación de la pandemia, pueden percibir la preocupación del ambiente emocional que les rodea. Sin embargo, los niños y niñas menores de 6 años aún no tienen completamente desarrolladas las estructuras cerebrales que les permiten identificar, nombrar y saber cómo manejar sus emociones. Por esta razón, sus reacciones a situaciones estresantes o ante cambios fuertes en las rutinas pueden incluir:

Rango de edad	Posibles respuestas al estrés por COVID-19
0 – 2 años	<ul style="list-style-type: none"> • Mayor irritabilidad, incluyendo un aumento del llanto. • Mayor dificultad para calmarse y dejar de llorar • Cambios en la cantidad de horas de sueño y en los horarios habituales de dormir y despertar. • Llantos repentinos durante la noche. • Cambios en el apetito. • Mayor necesidad de tener la compañía de sus cuidadores/as • Conductas como manoteos o gritos al momento de contacto con los/as cuidadores/as.
2 – 3 años	<ul style="list-style-type: none"> • Mayor irascibilidad, incluyendo mal humor y/o llanto y/o pataletas por llamados de atención. • Miedo a estar solo/a, mayor necesidad de atención de los/as cuidadores/as. • Conductas regresivas, como volver a orinarse en la cama o volver a hablar como bebés. • Disgusto por tener que irse a la cama y dificultad para quedarse dormido/a. • Aparición de pesadillas y terrores nocturnos (no recurrentes). • Deseo de los niños y las niñas por dormir con los/as cuidadores/as. • Llanto repentino durante la noche. • Momentos de insomnio. • Dolencias físicas (dolor de estómago, diarrea, dolor de cabeza, dolor de extremidades).
3 – 5 años	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para regular emociones como la rabia, la tristeza o el enojo. • Llanto sin razón aparente o por llamados de atención leves. • Disgusto al momento de dormir, cambios en las rutinas de sueño y pesadillas o terrores nocturnos. • Mayor necesidad de acompañamiento de los/as cuidadores/as. • Dificultad para concentrarse. • Comportamientos desafiantes y agresivos con los/as cuidadores/as. • Regresiones en el comportamiento (volverse a orinar en la cama, hablar como bebés, hacer pataletas). • Dolencias físicas (dolor de estómago, diarrea, dolor de cabeza, dolor de extremidades).

B. El modelo de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva

Recuerde que debe apoyar al/la cuidador/a utilizando el modelo de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva. En lo posible, busque siempre trabajar al menos un tema de cada una de las Rs. Sin embargo, utilice el perfil de orientación identificado, para saber sobre qué Rs debe hacer énfasis en la llamada o priorizar, si el/la cuidador/a tiene poco tiempo para la llamada.



- **REGULE sus emociones:** Regular las emociones propias permite utilizar otros recursos emocionales y cognitivos para atender mejor las necesidades de los niños y niñas y reducir así las respuestas impulsivas o agresivas de las que luego pueda arrepentirse. Para apoyar en este componente, converse con el/la cuidador/ra sobre la importancia de regular las emociones propias, establecer límites y responder con medidas adecuadas que eduquen al niño o niña y reduzcan de forma efectiva los comportamientos que considera desafiantes. Para esto, proponga el uso de técnicas básicas de respiración y prácticas para manejar el estrés o las situaciones difíciles (ver **Sección C. Regule** para más ejemplos y materiales relacionados)

Recuerde:

Según las características o circunstancias de los cuidadores/as, este primer componente (Regula) será más o menos retador y requerirá que sea priorizado en dichos perfiles. Algunos casos en los que esto puede presentarse son:

- Con ***padres y madres adolescentes*** puesto que, las funciones ejecutivas de autorregulación de emociones y reacciones propias o de otros y tolerancia ante situaciones difíciles, se terminan de formar en la adultez. Asimismo, los padres y adolescentes tienen una mayor probabilidad de sufrir afectaciones psicosociales en razón de, depresión posparto, relaciones conflictivas con otros familiares, trauma y situaciones de abuso. En este sentido, la orientación debe tener un énfasis mayor en Regular y apoyar a que los padres y madres adolescentes recuerden que:
 1. Sus emociones son válidas y que sentir frustración o confusión frente a los comportamientos de su hijo o hija es normal.
 2. Ante momentos de impaciencia o frustración es adecuado acudir a familiares para desahogarse y pedir ayuda.
 3. Cuando se experimenta angustia se puede recurrir a líneas gratuitas de asistencia psicosocial.
- Con ***padres o madres de hogares uniparentales***, para:
 1. Reconocer junto con el/la cuidador/a que si bien la carga emocional, cognitiva y socioeconómica es superior a la de otros hogares, todo va a salir bien.
 2. Recomendar no “ser tan duro” consigo mismo o “no juzgarse” con estándares y expectativas que funcionaban antes de la pandemia.
- Con ***madres que han sido víctimas de violencia intrafamiliar***, ya que es posible que sus recursos emocionales se hayan visto comprometidos por dichos eventos, por lo que es bueno:
 1. Recordarles que es normal sentirse más angustiado
 2. Recordarles que siempre que estén sintiendo angustia sobre una posible repetición de actos violentos puede llamar a las líneas de emergencia disponibles, para lo cual debe tener claras líneas de atención en caso de requerir ayuda urgente.
 3. Recordarles que puede advertir a su red de apoyo sobre esa angustia para que estas personas estén más atentas a su seguridad y la de sus hijos/as.

Recuerde siempre trabajar desde la perspectiva de las fortalezas de estas personas.

- **RECONOZCA** cómo aprenden y qué emociones experimentan los niños y niñas, según cada etapa del desarrollo. Esta comprensión permite entender los procesos que tienen lugar y las necesidades que se van presentando, para responder de manera adecuada, establecer expectativas realistas y exigir a niños y niñas comportamientos que no estén fuera de su alcance. Este componente hace referencia, por ejemplo, al reconocer que el llanto es una forma de comunicar necesidades o estrés durante la primera infancia o también que comportamientos que pueden ser riesgos (como acercarse a objetos calientes o al fuego) se deben a que los niños y

niñas aún están el proceso de aprender sobre las consecuencias de sus acciones y sobre la existencia de reglas y límites. Para conseguir esto, es esencial partir del reconocimiento que los niños y niñas están en un proceso activo de aprendizaje. Recordar al/a la cuidador/a que la habilidad de reconocer estas señales reducirá la frustración del/la cuidador/a, aumentará su autoeficacia y la confianza en sus habilidades y le permitirá entender mejor como responder a situaciones desafiantes. (ver **Sección C. Reconozca** para más materiales y consejos relacionados con este punto por rango de edad)

- **RECUERDE métodos de disciplina positiva y efectiva**, puesto que los niños y niñas aprenden y experimentan emociones de diferentes formas según la etapa de desarrollo en la que se encuentran, es importante conocer estrategias de disciplina positiva y efectiva que sean más apropiadas y les ofrezcan a los niños y niñas las herramientas que requieren para desarrollar su autorregulación, habilidades sociales y emocionales, y aprender sobre las normas y límites. Para apoyar en este componente puede compartir con el/la cuidador/a algunos ejemplos de métodos de disciplina apropiados para la etapa del desarrollo con base en la edad del niño o la niña. Así mismo, puede incentivar métodos positivos y efectivos y desincentivar el castigo físico y otros tratos humillantes como gritos o insultos. También incentivar en los/as cuidadores/as el aprovechar para conectarse con los sentimientos de los niños y niñas y mostrar empatía (entender sus emociones) y amor cuando los niños o niñas expresen tristeza, estrés, llanto u otras emociones o comportamientos que los/as cuidadores/as perciban como desafiantes o difíciles. (ver **Sección C. Recuerde** para más materiales y consejos relacionados con este punto por rango de edad)
- **RESPONDA adecuadamente al comportamiento del niño o niña**, al regular las emociones, reconocer cómo piensa y sienten los niños y niñas, y recordar técnicas de disciplina efectiva, es posible responder adecuadamente a comportamientos desafiantes y criar a los niños y niñas sin utilizar castigos físicos u otras formas de violencia. Para trabajar este componente puede ofrecer estrategias específicas de comportamiento para responder a situaciones específicas o problemáticas identificadas. En este paso debe sintetizar herramientas de **Reconoce** y **Recuerda** para ofrecer alternativas puntuales de comportamiento a situaciones específicas. (ver **Sección C. Responda** para más materiales y consejos relacionados con este punto por rango de edad)

- **REFUERCE** el bienestar del/la cuidador/a y el cuidado cariñoso y sensible. Esto fortalecerá el vínculo entre cuidador/a e hijo/a, generará confianza, enseñará al niño o la niña las normas y reglas del hogar, facilitará que el niño o la niña atienda llamados de atención, y fomentará el desarrollo socioemocional y de la autorregulación del niño o la niña. Para trabajar este componente puede promover y reforzar el autocuidado de los/las cuidadores/as, y el fomento de redes de apoyo, de rutinas diarias y el cuidado cariñoso y sensible para los niños y niñas del hogar. (ver **Sección C. Refuerce** para más materiales y consejos relacionados con este punto para cuidadores y cuidadoras y para niños y niñas por rango de edad).

Recuerde:

Según las características o circunstancias de los cuidadores/as, este último componente (Refuerce) será más o menos retador y debe ser priorizado en el perfil de orientación. Algunos casos en los que esto puede presentarse son:

- Con **padres y madres adolescentes**, que asisten a la escuela. Señale la importancia de establecer rutinas diarias para identificar, por ejemplo, las horas de sueño del niño o niña, momentos en los que el padre o la madre puede realizar tareas.
- Con **padres o madres de hogares uniparentales**, recordar la importancia de tener rutinas diarias para identificar, por ejemplo, las horas de sueño del niño o la niña en los que la madre/padre puede realizar estas actividades.

C. Material para trabajar el modelo de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva²

En esta sección pueden encontrarse consejos y recursos que pueden utilizarse para orientar y acompañar a los cuidadores y cuidadoras siguiendo el Modelo de las 5Rs de la Crianza Positiva y Efectiva. En primer lugar, se presentan consejos sobre **Regule** y **Refuerce** que se refieren a los cuidadores y cuidadoras de niños o niñas en cualquier rango de edad. En seguida, se presentan recursos específicos de **Reconozca**, **Recuerde**, **Responda** y **Refuerce** específicos para niños y niñas en diferentes rangos de edad.

En todas las edades y etapas del desarrollo

Regule	Refuerce
<p>Frente a cualquier situación que perciba como desafiante o difícil en la crianza, empiece por:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sentir el latido de su corazón e identificar si está más acelerado • Sentir su respiración e identificar si está agitada • Observar sus pensamientos e identificar cómo se siente y qué emociones está experimentando <p>Posteriormente, utilice alguna estrategia de regulación emocional o manejo del estrés que ha sido útil para muchos cuidadores. Estas son algunas opciones:</p> <p>Primera opción</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toma una pausa antes de decir o hacer algo de manera impulsiva • Cierra tus ojos. • Pon una mano en tu pecho y otra en tu estómago. • Relaja tus hombros. • Respira profundo y lento inflando pecho y estómago; inhala y exhala lentamente, repite 10 veces. • Recuerda que los niños y las niñas están aprendiendo de todo lo que ven y como respondas a tus emociones ellos también lo aprenderán. <p>Segunda opción</p> <ul style="list-style-type: none"> • Camina despacio por unos minutos, así sea en un espacio pequeño, antes de reaccionar de forma impulsiva • Toma aire y bótalo lentamente mientras caminas. • Recuerda que los niños y las niñas están aprendiendo de todo lo que ven y como respondas a tus emociones ellos también lo aprenderán. <p>Tercera opción (si hay otros cuidadores/as en el hogar)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuando haya un comportamiento difícil, retírate y pide ayuda a tu pareja o alguien más de casa que pueda quedarse unos minutos con él niño o la niña. • Revisa la información sobre cómo piensan y sienten los niños y niñas según su edad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar que el bienestar de los/as cuidadores/as es la base para poder dar un cuidado cariñoso y sensible a los niños y niñas. • Garantizar una buena rutina de sueño cada noche y descansar cada vez que sea posible. • Establece rutinas y horarios de cuidado, si hay otros cuidadores en el hogar. Dividir cargas y responsabilidades³. • Activar y fortalecer redes de apoyo de familia, amigos y otros miembros de la comunidad. • Aprovechar momentos libres para capacitarse y aprender más sobre el desarrollo en la infancia y actividades que se pueden hacer en casa (mediante internet, llamando a familiares, amigos u otros miembros de la comunidad). • Evitar el exceso de información sobre la pandemia actual y sobre noticias negativas, sobre todo si hay sentimientos de tristeza, preocupación o estrés. • Garantizar algunos minutos o un tiempo determinado cada día para hacer cosas que sean satisfactorias. Puede ser desde cocinar algo, ver un programa de televisión o escuchar unas canciones. <p>También puede utilizar algunos de los siguientes recursos diseñados específicamente para la situación causada por la COVID-19:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo apoyar a los niños (y recibir apoyo usted mismo) durante el brote de COVID-19 • Decálogo para madres, padres y otros cuidadores en tiempos de COVID-19 <p>Algunas ideas para sugerir a padres y madres adolescentes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprovechar los horarios de sueño de los niños y niñas para estudiar o realizar actividades deportivas, escuchar música, hablar con amigos/as. • Establecer metas cortas y razonables que sean fáciles de cumplir, a fin de lograr un objetivo mayor, tanto en materia de crianza como en desarrollo personal. • Identificar distracciones e intentar reducirlas, por ejemplo, poniendo horarios específicos para revisar las redes sociales, estudiar en lugares donde haya menos interrupción. • Practicar la autorreflexión: hacer una revisión de los pensamientos y comportamientos propios para identificar aquello en lo que es posible mejorar.

² Además de las recomendaciones contenidas en este documento, se recomienda consultar los materiales de la serie [Cuidado para el Desarrollo Infantil](#) de UNICEF y la publicación [Autorregulación emocional y alternativas para eliminar la violencia en la crianza](#).

³ Para tener más información, consulte la publicación [Corresponsabilidad y paternidad activa para tiempos de pandemia](#).

Regule	Refuerce
<ul style="list-style-type: none"> • Piensa, desde la perspectiva del niño o la niña, posibles razones por las cuales se está comportando como lo está haciendo. • Recuerda que los niños y las niñas están aprendiendo de todo lo que ven y como respondan a tus emociones ellos también lo aprenderán. 	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar que la constancia es importante tanto para el desarrollo de sus hijos/as como para el desarrollo propio.

0 a 6 meses

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
<ul style="list-style-type: none"> • Los niños y niñas están experimentando por primera vez sonidos, imágenes, sabores y caricias. Necesitan tiempo para descubrir lo que hay a su alrededor. • Su desarrollo biológico y cerebral requiere un trato cariñoso y ambientes estables, coherentes y predecibles para tener un desarrollo óptimo. • Suelen meterse todo a la boca porque es la primera parte del cuerpo que logran manejar y la usan para conocer lo que les rodea. • El llanto es una de las formas que usan para comunicar necesidades, mientras aprenden a hablar. El llanto a esta edad nunca es para molestar o manipular. • No duermen toda la noche y pueden despertarse llorando sin motivo aparente. • No tienen consciencia de las cosas que pueden ser peligrosas o incómodas para los demás. • Necesitan de un vínculo de apego, para lo cual es necesario hacerlos sentir seguros y protegidos. • Los sonidos fuertes y los movimientos bruscos les asustan. • Les tranquiliza sentir la presencia del cuidador, su aroma y su voz. • Muestran preferencia por escuchar la voz humana, especialmente la de sus cuidadores principales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Es fundamental atender al llanto, miedo o estrés de inmediato para establecer un vínculo fuerte que cimiente la confianza y prevenga problemas de comportamiento a futuro. • Las normas, límites o medidas de educación no tienen sentido aún ya que los niños y niñas aún están en proceso de entender la existencia de normas, reglas y límites • Las sonrisas, abrazos, caricias, y frases cariñosas con una voz tranquila ayudan a calmar el llanto y estrés. • El trato cariñoso, sensible y constante fomenta una relación de confianza positiva que ayuda el desarrollo de la autorregulación • Las rutinas y horarios (por ejemplo, para el baño, alimentación o siestas) promueven la autorregulación • Distraerle con una canción o un juguete ayuda a calmar el llanto y estrés. • Reforzar los comportamientos deseados es una buena forma de enseñarles • Nunca golpearlos o sacudirlos, ya que esto puede afectar severamente su desarrollo cerebral cognitivo y emocional e incrementar problemas de comportamiento a futuro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando hay llanto, investigar las posibles causas (hambre, pañal húmedo, gases, fiebre, etc.). • Cuando hay llanto sin motivo aparente, tomar al niño o la niña suavemente contra el pecho; acariciar su espalda o su cabeza. Sonreírle y mirar a los ojos al momento de hacerlo. • Cuando llora sin motivo aparente, también puede se puede envolver suavemente el cuerpo del niño o de la niña en una manta, alzarlo, sonreírle y mecerlo (la). Hablarle con un tono de voz cariñoso y suave que transmita tranquilidad • Cuando tiene problemas para dormir, cantarle y arrullarle (meciendo suavemente) • Como prefieren la voz humana, la mejor forma de calmar su llanto o estrés es acompañar las caricias y abrazos con frases cariñosas y con un tono de voz tranquilo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Refuerce las rutinas diarias de baño, alimentación y sueño. Puede incluso crear “rituales” que sean una serie de actividades que pasan a diario, en el mismo orden y a la misma hora. Con esto, entenderá que está llegando el momento de (por ejemplo) dormir. Esto fomentará el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reducirá problemas de comportamiento presentes y a futuro. • Actividades como cantar canciones o hablar donde se hagan gestos, sonidos de animales, aplausos y movimientos fortalece el vínculo y promueve el desarrollo de habilidades de regulación emocional, lo cual reduce problemas de comportamiento presentes y a futuro. • Jugar a diario fortalece el vínculo y fomenta el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reduce problemas de comportamiento presentes y a futuro. Algunos juegos pueden ser: <ul style="list-style-type: none"> • Juego dónde está el bebé: “<i>ponte frente al niño o la niña, tapa tus ojos y pregunta frente a él ¿Dónde está el bebé? Espera unos segundos y descubre tu vista, finge sorpresa mirándolo a los ojos y di ¡aquí está! Acércate a su rostro y sonríele. Repítelo varias veces</i>” • Juegos de rimas y balanceo: “<i>Pon al niño o la niña en tu regazo frente a ti, canta canciones con rima como “Aserrín aserran”. Mientras lo haces toma al niño o la niña con tus manos por la espalda y déjalo caer levemente y después déjate caer tu hacia atrás levemente. Repite el</i>

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
			<p><i>balanceo, canta y sonríe con el niño o la niña y nota su sonrisa."</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Juegos de esconder objetos • Dar ejemplo a diario de comportamientos y actitudes deseadas.

6 a 12 meses

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
<ul style="list-style-type: none"> • Un trato cariñoso y sensible contribuye con su desarrollo físico, cognitivo y social. • Es posible que empiecen a ser más expresivos. Por ejemplo, que lloren más pero también sonrían más. • Empiezan a reconocer a sus cuidadores principales. • Se establece una relación de apego natural y necesario con el cuidador principal. • La separación del cuidador es un momento angustiante ya que aún no cuentan con la capacidad para entender que su cuidador regresará. • Hacen sus primeros balbuceos, también emiten gritos de alegría o sorpresa acompañados de sonrisas y movimientos de sus brazos y piernas. • Se dan cuenta cuando son escuchados por sus cuidadores. • Aún están en proceso de aprender sobre las cosas que pueden ser peligrosas o molestas para los demás. • Suelen salir los dientes, lo cual les genera dolor, irritación y llanto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Atender el llanto, miedo o estrés de inmediato es fundamental para establecer un vínculo fuerte que genere confianza y prevenga problemas de comportamiento a futuro. • Las normas, límites o consecuencias no tienen sentido aún ya que no los niños y niñas todavía no las entienden. • Las sonrisas, abrazos, caricias, y frases cariñosas con una voz tranquila. "<i>Aquí estoy para ti, siempre te voy a cuidar</i>" ayudan a calmar el llanto y el estrés • El trato cariñoso, coherente y constante fomenta una relación de confianza positiva que ayuda el desarrollo de la autorregulación y reduce problemas de comportamiento • Fortalecer las rutinas y horarios (por ejemplo, para el baño, alimentación o siestas) promueven la autorregulación y reducen problemas de comportamiento a futuro • Explicar de forma amorosa cuando comete algún error, por ejemplo, cuando lastima físicamente a alguien o a él (ella) mismo(a), le ayuda a entender que sus comportamientos tienen consecuencias. • Distraerlos con una canción o un juguete ayuda a calmar el llanto y estrés. • Reforzar los buenos comportamientos • Nunca golpear o sacudir al niño o niña, ya que esto puede afectar severamente su desarrollo cerebral, cognitivo y emocional e 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando hay llanto, investigar las posibles causas (hambre, pañal húmedo, gases, fiebre, etc.) y expresar tranquilidad usando frases como: "<i>era tu pañal, pero ya te lo he cambiado y te sentirás mejor</i>". • Cuando hay llanto o estrés, usar frases amorosas que expresen cariño, compañía y tranquilidad: "<i>Te quiero mucho; estoy aquí para ti</i>" • Cuando llore sin motivo aparente tomarlo(a) suavemente contra el pecho, acariciar su cara, su espalda o su cabeza, mecerlo suavemente. Se pueden usar frases como: "<i>No hay de qué preocuparse, estoy aquí; Todo va a estar bien.</i>" • En caso de golpearse con un objeto, acariciar de manera suave y consolar amorosamente. Se pueden usar frases como: "<i>te golpeaste y es normal que te duela, pero aquí estoy para cuidarte y ayudarte</i>". • Si golpea al cuidador, de manera suave tomar su mano, evitar que lo siga haciendo, y decirle frases como: "<i>No me debes pegar porque me puede doler. Mejor dame una caricia (mover su mano en forma de caricia)</i>" 	<ul style="list-style-type: none"> • Refuerza las rutinas diarias de baño, alimentación y sueño. Puedes incluso crear "rituales" que sean una serie de actividades que pasan a diario, en el mismo orden y a la misma hora. Con esto, el niño o la niña entenderá que está llegando el momento de (por ejemplo) dormir. Esto fomentará el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reducirá problemas de comportamiento presentes y a futuro. • Actividades como cantar canciones o hablar donde se hagan gestos, sonidos de animales, aplausos y movimientos fortalece el vínculo y promueve el desarrollo de habilidades de regulación emocional, lo cual reduce problemas de comportamiento presentes y a futuro. • Jugar a diario fortalece el vínculo y fomenta el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reduce problemas de comportamiento presentes y a futuro. Algunos juegos pueden ser: <ul style="list-style-type: none"> • Juego ¿dónde está el bebé?: "<i>ponte frente al niño o la niña, tapa tus ojos y pregunta frente a él ¿Dónde está el bebé? Espera unos segundos y descubre tu vista, finge sorpresa mirándolo a los ojos y di ¡aquí está! Acércate a su rostro y sonríele. Repítelo varias veces</i>" • Juegos de rimas y balanceo: "<i>Pon al niño o la niña en tu regazo frente a ti, canta canciones con rima como "Aserrín aserrán". Mientras lo haces toma al niño o la niña con tus manos por la espalda y déjalo caer</i>"

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
	<p>incrementar problemas de comportamiento a futuro.</p> <p>Nota para el orientador: recuerde que es probable que los hijos/hijas de madres y padres adolescentes tengan mayores dificultades con el desarrollo del lenguaje. Invitar a estimular más este dominio.</p>		<p><i>levemente y después déjate caer tu hacia atrás levemente. Repite el balanceo, canta y sonríe con el niño o la niña y nota su sonrisa.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Juegos de esconder objetos • Dar ejemplo a diario de comportamientos y actitudes deseadas.

1 a 2 años

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
<ul style="list-style-type: none"> • Empiezan a tener consciencia de las normas y las figuras de autoridad, lo cual les puede hacer sentir frustración. • Debido a que sienten frustración con más frecuencia y aún no pueden expresarse con palabras, empiezan las “pataletas”. • Inician los primeros pasos, lo cual les permite explorar e incrementa la necesidad de monitoreo por parte de sus cuidadores. • El explorar (caminar, tocar, observar, coger) hace parte de su desarrollo cerebral, físico y cognitivo. • Cuando come puede escupir o sacar la comida de su boca ya que quiere investigar todo lo que experimenta, incluso lo que come y mastica. • Dejan caer o lanzan objetos con frecuencia queriendo experimentar y entender qué ocurre cuando algo cae. • Inician las primeras palabras y expresiones verbales. • Aprenden a decir “no” y lo dicen con frecuencia. Con esto no buscan ser desafiantes, sino comunicar deseos y sentimientos • Aún no han desarrollado plenamente la capacidad de entender que otros también sienten y tienen emociones. • Empiezan a aprender a manejar sus emociones siguiendo el ejemplo de sus cuidadores. 	<ul style="list-style-type: none"> • Atender el llanto, miedo o estrés de inmediato es fundamental para establecer un vínculo fuerte que genere confianza y prevenga problemas de comportamiento a futuro • Distraer o redireccionar la atención antes de que ocurra una pataleta es útil para prevenirla. • Dar instrucciones directas pero cariñosas, como decir “no”, les ayuda a entender los límites y reglas. • Siempre acompañar el “no” (o un límite o regla) de una alternativa de comportamiento o indicando el comportamiento deseado (“no hagas esto, pero si haz aquello”) • Siempre acompañar el “no” (o un límite o regla) de una explicación o razón sencilla (“Si pones la mano en el fuego puedes quemarte y eso te dolería”) • No perder el control y responder a las pataletas con calma es más útil para evitar y controlar las pataletas • Fortalecer las rutinas y horarios (por ejemplo, para el baño, alimentación o siestas) promueven la autorregulación y reducen problemas de comportamiento a futuro. • La coherencia y constancia en las normas y reglas impuestos ayuda a desarrollar el 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando se vaya a iniciar una pataleta, señalar otro elemento o situación que redireccione la atención del niño, por ejemplo: situación en la que el niño quiere que su mamá le compre una golosina y se le ha dicho que no se puede en ese momento: <i>“¿Ya viste? Afuera del supermercado hay un perrito muy lindo ¡vamos a verlo!”</i> • Frente a una pataleta, bajar a la altura del niño/niña, mirarlo(a) a los ojos, ser empático, mantener la norma puesta y ofrecerle consuelo. Un ejemplo podría ser: <i>“Sé que estás bravo porque aún no querías irte de la casa de la abuela y aquí te diviertes mucho, pero ahora debemos irnos, ya es tarde y debemos dormir, la próxima semana volveremos y otra vez disfrutarás aquí con ella. Por ahora estoy aquí y te ayudaré a sentirte mejor”</i> • Frente a una pataleta también se puede utilizar el contacto físico cariñoso, como los abrazos. Esto se puede hacer cuando el niño o la niña estén empezando a calmarse. • Cuando haga algo que no debe, decir de forma tranquila y cariñosa “No” e indicar lo que si se debe hacer. Un ejemplo podría ser: <i>“No debes tirar al suelo las galletas si no te gustan, ponlas mejor fuera del plato”</i> • Buscar acompañar las instrucciones con lenguaje corporal o modelando el comportamiento. Un ejemplo podría ser: <i>“para coger la cuchara y tomar la sopa</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Refuerza las rutinas diarias de baño, alimentación y sueño. Puedes incluso crear “rituales” que sean una serie de actividades que pasan a diario, en el mismo orden y a la misma hora. Con esto, el niño o la niña entenderá que está llegando el momento de (por ejemplo) dormir. Esto fomentará el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reducirá problemas de comportamiento presentes y a futuro. • Contar o dibujar historias sobre las experiencias diarias, lo cual fortalece habilidades emocionales y entendimiento de las consecuencias de las acciones. • Contar historias que les ayude a los niños y niñas a identificar y entender sus propias emociones. • Jugar a diario fortalece el vínculo y fomenta el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reduce problemas de comportamiento presentes y a futuro. Algunos juegos pueden ser: <ul style="list-style-type: none"> • Juegos de inhibición y control de impulsos, como “estatuas” o congelados. También juegos de baile donde, al parar la música, deben quedarse quietos. • Juegos de roles: donde existan algunas reglas iniciales de cómo deben comportarse en el rol determinado • Juegos de esconder objetos y buscarlos

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
	<p>autocontrol y reduce problemas de comportamiento a futuro.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reforzar los comportamientos deseados con palabras cariñosas. • Dar buen ejemplo es la mejor manera de enseñar buen comportamiento, ya que los niños y niñas imitan todo lo que hacen sus cuidadores. • Nunca golpear o sacudir al niño o niña, ya que esto puede afectar severamente su desarrollo cerebral, cognitivo y emocional e incrementar problemas de comportamiento a futuro <p>Nota para el orientador: recuerde que es probable que los hijos/hijas de madres y padres adolescentes tengan mayores dificultades con el desarrollo del lenguaje. Invitar a estimular más este dominio.</p>	<p><i>debes agarrarla, cerrar tus dedos y llevarla hacia tu boca</i>" (hacer la demostración antes)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuando el niño o la niña estén en situación de riesgo (por ejemplo, jugando con un cuchillo) tomar suavemente con una mano el brazo del niño o la niña y con la otra quitar el objeto diciendo frases como: <i>"este objeto te puede hacer daño, mejor busquemos un juguete para ti."</i> • Cuando el niño o la niña tengan miedo, acercarse, mostrar comprensión por su temor, abrazar y expresarle seguridad diciendo: <i>"aquí estoy para protegerte, nada malo te pasará"</i> • Cuando deba alejarse del niño/niña, anuncie el motivo de la ida y brinde tranquilidad diciendo frases como: <i>"iré al súper mercado y no tardo mucho, mientras te quedarás con mamá y cuando regrese te traeré tu fruta preferida"</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Dar ejemplo a diario de comportamientos y actitudes deseadas.

2 a 3 años

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
<ul style="list-style-type: none"> • Empiezan a entender mejor que existen reglas, normas, límites y consecuencias a sus comportamientos y acciones • Desarrollado una mejor capacidad de diferenciar lo familiar y lo desconocido, lo cual puede generar la aparición de nuevos miedos. • Personas, lugares u objetos nuevos o poco frecuentes, les pueden resultar amenazantes. • Se enriquece su imaginación, lo cual les permite imaginar cosas que les asustan o les hacen daño (monstruos, animales que los atacan), especialmente durante la noche. • Cuando el cuidador los deja solos, así sea durante momentos breves, puede generar temor y angustia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Distraer o redirigir la atención antes de que ocurra una pataleta es útil para prevenirla • No perder el control y responder a las pataletas con calma es más útil para evitar y controlar las pataletas • Implementar pocas normas y reglas con consecuencias establecidas desde un comienzo. Las consecuencias deben ser respetuosas y ser coherentes con la regla. • Siempre acompañar el "no" (o un límite o regla) de una alternativa de comportamiento o indicando el comportamiento deseado (<i>"no hagas esto, pero sí haz aquello"</i>) • Siempre ser consistente con las normas y consecuencias establecidas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando se vaya a iniciar una pataleta, señalar otro elemento o situación que redirija la atención del niño, por ejemplo: situación en la que el niño quiere que su mamá le compre una golosina y se le ha dicho que no se puede en ese momento: <i>"¿Ya viste? Afuera del supermercado hay un perrito muy lindo ¡vamos a verlo!"</i> • Frente a una pataleta, bajar a la altura del niño/niña, mirarlo(a) a los ojos, ser empático, mantener la norma puesta y ofrecerle consuelo. Un ejemplo podría ser: <i>"Sé que estás bravo porque aún no querías irte de la casa de la abuela y aquí te diviertes mucho, pero ahora debemos irnos, ya es tarde y debemos dormir, la próxima semana volveremos y otra vez disfrutarás aquí con ella. Por ahora estoy aquí y te ayudaré a sentirte mejor"</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Refuerza las rutinas diarias de baño, alimentación y sueño. Puedes incluso crear "rituales" que sean una serie de actividades que pasan a diario, en el mismo orden y a la misma hora. Con esto, el niño o la niña entenderá que está llegando el momento de (por ejemplo) dormir. Esto fomentará el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reducirá problemas de comportamiento presentes y a futuro. • Refuerza el entendimiento mutuo de las normas, reglas y consecuencias establecidas. • Contar o dibujar historias en conjunto sobre las experiencias diarias, lo cual fortalece habilidades emocionales y entendimiento de las consecuencias de las acciones.

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
<ul style="list-style-type: none"> • Prefieren compartir principalmente con cuidadores del núcleo básico familiar (padres, hermanos y abuelos). • El desarrollo de habilidades sociales les hace sentir vergüenza con más frecuencia. • Aún no tienen plena consciencia de los sentimientos ni la capacidad de sentir de los demás. • Caminan con mayor destreza y facilidad, por lo cual exploran más y son más inquietos • Empiezan a hablar mejor y a expresar sus necesidades con el lenguaje. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dar instrucciones cortas y sencillas respecto a lo que no se debe hacer y decir que si se debe hacer • Reforzar los buenos comportamientos con palabras cariñosas o premios. • Las instrucciones deben ser acordes a la capacidad de entendimiento de los niños y las niñas • Reforzar rutinas diarias (hora y lugar de la comida, baño, cepillado de dientes, etc.) promueve la autorregulación y previene problemas de comportamiento a futuro. • Mostrar comprensión y respetar las emociones de los niños y las niñas, evitando minimizarlas o burlarse, ayuda al desarrollo de la regulación emocional, lo cual previene problemas de comportamiento a futuro. • Transmitir sensación de calma y protección en momentos de angustia o estrés • Permitir la exploración y monitorear acciones en caso de que necesite ayuda. • Dar buen ejemplo es la mejor manera de enseñar buen comportamiento, ya que los niños y niñas imitan todo lo que hacen sus cuidadores. • Nunca golpear o sacudir al niño o niña, ya que esto puede afectar severamente su desarrollo cerebral cognitivo y emocional e incrementar problemas de comportamiento a futuro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Frente a una pataleta, ayudar al niño/niña a entender sus emociones <i>"Estas sintiendo tristeza porque ya tenemos que irnos, pero vamos a volver pronto a visitar a tu abuela"</i> • Frente a un comportamiento inadecuado, decir de manera precisa y clara lo que no se debe hacer: <i>"No debes pintar en la pared porque dañamos nuestra casa"</i> y señalarle lo que si debe hacer: <i>"Mejor dibuja en esta hoja blanca, es más cómodo y puedes guardar tu dibujo."</i> • Frente a un comportamiento inadecuado, dar una instrucción clara y breve y explicar brevemente el porqué: <i>"Pegarles a otros les duele y los pone tristes, por ello no debemos pegarle a los demás"</i>. • Frente a un comportamiento inadecuado, dar una instrucción clara y breve y utilizar una consecuencia respetuosa y razonable establecida previamente y de conocimiento mutuo. • Cuando sienta miedo, expresarle empatía, abrazarlo y transmitirle seguridad: <i>"es normal que tengas miedo por esa película, pero acuérdate esos monstruos no existen, son personas disfrazadas, y yo estoy aquí para protegerte siempre"</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Contar historias en conjunto que les ayude a los niños y niñas a identificar, entender y expresar sus propias emociones. • Jugar a diario fortalece el vínculo y fomenta el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reduce problemas de comportamiento presentes y a futuro. Algunos juegos pueden ser: • Juegos de inhibición y control de impulsos, como "estatuas" o congelados. También juegos de baile donde, al parar la música, deben quedarse quietos. • Juegos de roles: donde existan algunas reglas de cómo deben comportarse en el rol determinado • Dar ejemplo a diario de comportamientos y actitudes deseadas.

3 a 5 años

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
<ul style="list-style-type: none"> • Pueden expresarse verbalmente de mejor forma, por lo que quieren preguntar acerca de todo lo que ven, perciben y sienten. • Tienen un gran deseo y gusto por aprender entender todo lo que ven y les rodea. • Se incrementa la curiosidad y por ende la capacidad de exploración del medio, lo cual 	<ul style="list-style-type: none"> • Implementar más normas y reglas con consecuencias establecidas desde un comienzo. Las consecuencias deben ser respetuosas y ser coherentes con la regla. Acordar las normas y consecuencias asegurándose que el niño/niña las entienda (preguntar cariñosamente si entendieron). 	<ul style="list-style-type: none"> • Al poner una norma en casa explicar brevemente el porqué de la norma y dar una alternativa de comportamiento: <i>"recuerda que para pedir algo no debes gritar, si me hablas en voz más baja y con tranquilidad te voy a entender mejor"</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Refuerza las rutinas diarias de baño, alimentación y sueño. Puedes incluso crear "rituales" que sean una serie de actividades que pasan a diario, en el mismo orden y a la misma hora. Con esto, el niño o la niña entenderá que está llegando el momento de (por ejemplo) dormir. Esto fomentará el

Reconozca	Recuerde	Responda	Refuerce
<p>es necesario para su desarrollo cerebral, motor, cognitivo y social.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se hacen muy frecuentes las preguntas de ¿por qué? Lo cual no busca ser desafiante sino sólo entender mejor el mundo que los rodea. • Por su curiosidad, empiezan a llevar a cabo actividades de exploración de mayor riesgo (tomar objetos cortopunzantes, saltar de las escaleras, probar objetos o sustancias no comestibles). • Empiezan a comprender mejor las instrucciones, normas y reglas que ponen sus cuidadores. • Empiezan a comprender mejor las consecuencias de sus acciones y a diferenciar lo seguro y lo riesgoso. • Debido a su creciente capacidad de imaginación, demuestran mayor variedad en sus juegos. Por ejemplo, juegan a tener roles de adultos o a ser sus personajes favoritos. • Tienen mayor interés por las actividades que hacen los adultos (hablar por teléfono, cocinar, conducir, utilizar el computador). • Pasan más tiempo jugando, lo cual es fundamental para su desarrollo. • Tienen mayor interés en actividades como dibujar y colorear. • Tienen mayor gusto por juegos donde deban armar y desarmar con fichas o piezas, lo cual ejercita su regulación emocional y motricidad fina. • Tienen más interés y gusto por ayudar con tareas del hogar, intentado imitar a sus cuidadores (limpiar la casa, cocinar, lavar los platos, barrer, etc.). 	<p>Ser coherente y consistente con las normas y consecuencias.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementar consecuencias relacionadas con restricción de juguetes, actividades y comidas favoritas (golosinas). • Siempre ser consistente con las normas y consecuencias establecidas. • Reforzar los buenos comportamientos. Por ejemplo, utilizar sistemas de puntos y premios • Hablar y reflexionar respecto a las consecuencias de sus acciones y sobre las razones de las normas y reglas del hogar. • Reforzar rutinas diarias de autocuidado (hora de baño, cepillarse los dientes, comer, lavado de manos, etc.) para seguir apoyando el desarrollo de la autorregulación y evitar problemas de comportamiento. • Mostrar respeto por sus miedos y emociones y dar soluciones o explicaciones (no sancionar por miedos). • Mostrar respeto por su sentimiento vergüenza en diferentes situaciones y dar soluciones (no sancionar por sentir vergüenza). • Responder a los “¿por qué?” de manera amable y en caso de no saber la respuesta, ser honesto y decir: "la verdad no lo sé, pero podemos averiguarlo juntos". • Permitir un poco más de independencia en juegos o actividades, pero monitorear de manera constante. • Dar buen ejemplo es la mejor manera de enseñar buen comportamiento, ya que los niños y niñas imitan todo lo que hacen sus cuidadores. • Nunca golpear o sacudir al niño o niña, ya que esto puede afectar severamente su desarrollo cerebral cognitivo y emocional e incrementar problemas de comportamiento actuales y a futuro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Poner normas claras, siendo enfático en el comportamiento deseado y en la razón de la norma: <i>“antes de comer siempre debes lavar tus manos con agua y jabón para evitar enfermarte”</i>. • Anticipar consecuencias en caso tal de incumplir las normas. Las consecuencias deben ser claras, coherentes con las acciones del niño o la niña y constantes en el tiempo (siempre evitar el castigo físico): <i>“Recuerda que si gritas no te voy a entender, entonces si me gritas para pedir una golosina no te la voy a poder dar”</i> • Pedir al niño o la niña de manera amable y respetuosa que repita la norma dada: <i>“Quiero por favor que me digas ahora si has entendido porque razón no debemos comer sin habernos lavado las manos antes”</i> • Frente a una pataleta, bajar a la altura del niño/niña, mirarlo(a) a los ojos, ser empático, mantener la norma puesta y ofrecerle consuelo. Un ejemplo podría ser: <i>“Sé que estás bravo porque aún no querías irte de la casa de la abuela y aquí te diviertes mucho, pero ahora debemos irnos, ya es tarde y debemos dormir, la próxima semana volveremos y otra vez disfrutarás aquí con ella. Por ahora estoy aquí y te ayudaré a sentirte mejor”</i> • Frente a una pataleta, ayudar al niño/niña a entender sus emociones <i>“Estas sintiendo tristeza porque ya tenemos que irnos, pero vamos a volver pronto a visitar a tu abuela”</i> • Frente a un comportamiento inadecuado, decir de manera precisa y clara lo que no se debe hacer: <i>“No debes pintar en la pared porque dañamos nuestra casa”</i> y señalarle lo que sí debe hacer: <i>“Mejor dibuja en esta hoja blanca, es más cómodo y puedes guardar tu dibujo.”</i> • Frente a un comportamiento inadecuado, dar una instrucción clara y breve y explicar brevemente el porqué: <i>“Pegarles a otros les duele y los pone tristes, por ello no debemos pegarle a los demás”</i>. 	<p>desarrollo de su regulación emocional, lo cual reducirá problemas de comportamiento presentes y a futuro.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Refuerza el entendimiento mutuo de las normas, reglas y consecuencias establecidas. • Contar o dibujar historias en conjunto sobre las experiencias diarias, lo cual fortalece habilidades emocionales y entendimiento de las consecuencias de las acciones. • Contar historias en conjunto que les ayude a los niños y niñas a identificar, entender y expresar sus propias emociones. • Jugar a diario fortalece el vínculo y fomenta el desarrollo de su regulación emocional, lo cual reduce problemas de comportamiento presentes y a futuro. Algunos juegos pueden ser: <ul style="list-style-type: none"> • <u>Juegos de inhibición y control de impulsos</u>, como “estatuas” o congelados. También juegos de baile donde, al parar la música, deben quedarse quietos. • <u>Juegos de roles</u>: <i>donde existan algunas reglas de cómo deben comportarse en el rol determinado</i> • Dar ejemplo a diario de comportamientos y actitudes deseadas.

