



# Hoja Informativa

## Consejos para proveedores de servicios: Prácticas saludables de crianza

Por: Victor W. Harris, Profesor adjunto y especialista en extensión, Ciencias de la familia, juventud y comunidad, Extensión de la Universidad de Florida/Instituto de Ciencias Alimentarias y Agricultoras, Universidad de Florida (UF/IFAS, por sus siglas en inglés)

**“Antes de casarme tenía seis teorías sobre la crianza de los niños.  
Ahora tengo seis hijos y ninguna teoría”. – John Wilmot**

Las relaciones sanas y las prácticas de crianza saludables van de la mano. Ambas benefician a los niños mediante la creación de vínculos seguros, el mantenimiento de un entorno propicio para la exploración lúdica y el aprendizaje y la enseñanza de un modelo de comunicación saludable.<sup>1</sup> Una de las partes más importantes del desarrollo de las prácticas de crianza saludables consiste en encontrar el equilibrio entre las necesidades y responsabilidades del individuo, de la pareja, de la familia, del trabajo y de la relación.

Los proveedores de servicios deben entender la importancia de ayudar a los clientes a encontrar el equilibrio en sus vidas para fortalecer sus capacidades como padres y promover las relaciones saludables. *National Resource Center for Healthy Marriage and Families* (El Centro Nacional de Recursos para Familias y Matrimonios Saludables, en inglés) tiene una biblioteca virtual con recursos gratuitos. Visite [www.HealthyMarriageandFamilies.org/Library](http://www.HealthyMarriageandFamilies.org/Library) (en inglés) y utilice las palabras “parenting skills” (prácticas de crianza) y “family relationships” (relaciones familiares) para tener acceso

**La crianza saludable involucra prácticas que llevan a relaciones estables y satisfactorias entre padres e hijos basadas en una fuerte amistad que es segura, amorosa y enriquecedora y que además se caracteriza por una habilidad para negociar las diferencias y resolver conflictos sin abuso, negligencia o violencia.<sup>2</sup>**

a hojas informativas, hojas de trabajo, actividades y mucho más, que usted puede utilizar con sus clientes para ayudarles a desarrollar habilidades de crianza saludables.

### La crianza saludable: En búsqueda de un equilibrio

El equilibrio es la sensación positiva entre el bienestar y el equilibrio que los padres sienten cuando satisfacen con regularidad sus propias necesidades y las necesidades de los demás en el trabajo, la casa y otros ambientes.

Los padres juegan papeles diferentes en el ambiente familiar y de trabajo. Puede ser difícil lograr un buen equilibrio entre las demandas de estos diversos papeles. Los siguientes consejos pueden ayudar a las familias a desarrollar prácticas de crianza saludables y lograr el equilibrio.

### Desarrollar y fomentar las relaciones

Los estudios demuestran que la calidad de la relación de la pareja tiene un “efecto cascada” sobre la relación entre padres e hijos. Las relaciones sanas entre la pareja y el compartir los deberes de la crianza aumentan la probabilidad de que los niños sean criados en un hogar seguro, enriquecedor y estable. Cuando las cosas van bien en la relación de la pareja, la positividad promueve la crianza positiva. Lo contrario también es cierto; cuando las cosas no van bien dentro de la relación de la pareja, el resultado suele ser una crianza negativa e ineficiente. Anime a que las familias desarrollen y cultiven

relaciones saludables buscando información y adquiriendo habilidades en áreas tales como el manejo de conflictos, la comunicación y la educación financiera en libros, páginas web, talleres, clases u otras fuentes.

## Enfocarse en satisfacer las necesidades

Las necesidades de una familia se encuentran satisfechas cuando cada miembro se siente seguro, querido, respetado y que pertenece.<sup>3</sup> Tenga en cuenta cuando trabaja con familias, que las situaciones de los padres son diferentes, incluyendo padres solteros, crianza compartida, padrastros y abuelos.

- **Los padres como individuos:** Los padres deben tomar el tiempo para satisfacer sus necesidades personales y revitalizarse social, emocional, mental, física y espiritualmente. Cuando los padres cuidan de sus necesidades personales son más capaces de ayudar a sus parejas y a sus hijos a satisfacer sus propias necesidades.
- **Los padres como pareja:** Los padres tienen que intencionalmente poner primero su relación de pareja y tener cuidado de no permitir que las distracciones se interpongan en el camino a cultivar una relación sana. *Recuerde que una relación sana supone que ambos padres también tienen un gran interés en satisfacer las necesidades del niño. Puede que no sea una relación sana si un padre está en una relación donde la pareja excluye o trivializa las necesidades apropiadas del niño al grado de que puede parecer perjudicial o negligente.*
- **Los padres como trabajadores:** Los padres deben administrar con cuidado los potenciales “efectos de derrame” en lo que se relaciona del trabajo a la familia y de la familia al trabajo y permanecer concentrado en el niño lo más posible. Ser organizado, manejar bien el tiempo y concentrarse en la calidad de tiempo con la familia pueden ayudar a minimizar el estrés para los padres que trabajan.

- **Paternidad compartida:** Los padres solteros o divorciados que comparten la crianza necesitan mantener los intereses de los niños siempre en mente, controlar su ira, optar por no hablar mal de la ex pareja delante de sus hijos, evitar poner a los niños en medio de un conflicto, alentar a sus hijos a tener una relación permanente con su ex pareja y no permitir que los niños hagan enfrenar a los padres.<sup>4</sup> Para obtener más información sobre la crianza compartida saludable, descargue el informe gratis *Fomentando la crianza compartida efectiva en las familias reconstituidas* (disponible en inglés) <http://tinyurl.com/coparenting-blended-families-p>.

Hay cuatro estilos generales de crianza, determinados por la manera en que los padres responden a sus hijos y cuanto les exigen. Para más información, descargue el folleto gratis ‘Construyendo relaciones fuertes de crianza de los hijos’ en <http://tinyurl.com/parenting-partnerships-p> (en inglés).

## Buscar cuidado infantil de calidad

Para ayudar a los padres encontrar el equilibrio en sus papeles como padres y en el trabajo, animelos a buscar cuidado infantil que dé prioridad a la seguridad y salud de los niños, promueva el aprendizaje y fomente la participación de los padres. Si una familia está usando un jardín infantil de grupo, el jardín debe tener licencia y una proporción baja de proveedores a niños.<sup>5</sup> La Oficina Federal de Cuidado de Niños (Federal Office of Child Care, por su nombre en inglés) ofrece información para padres, incluyendo guías para elegir y pagar por el cuidado infantil de calidad en: <http://www.acf.hhs.gov/programs/occ/parents#resource>. (Disponible en inglés).

Existe asistencia para el cuidado de niños disponible para las familias elegibles a través de agencias estatales que administran las subvenciones del Fondo Federal para el

Cuidado Infantil y el Desarrollo. Cada estado determina los requisitos de elegibilidad para las familias que viven en ese estado. Contacte a la agencia en su estado directamente para obtener información de elegibilidad y cómo solicitar asistencia. Visite <http://www.acf.hhs.gov/programs/occ/resource/ccdf-grantee-state-and-territory-contacts>. (Disponible en inglés).

## Tres puntos importantes para las prácticas saludables de crianza

Existen al menos tres puntos generales importantes para las prácticas saludables de crianza: (1) los padres son cálidos y positivos con sus hijos; (2) los padres se mantienen conectados con sus hijos; y (3) los padres supervisan a sus hijos y les ayudan a aprender a manejar su propio comportamiento con éxito.<sup>6</sup>



### Consideraciones culturales

Las prácticas y estilos de crianza varían entre los grupos étnicos y culturales. Independientemente del estilo de crianza utilizado, los padres sanos son generalmente más deliberados acerca de cuáles estrategias utilizan para criar a sus hijos. Se ha encontrado que los niños en cuyo hogar están los dos padres, independientemente de su herencia o influencia cultural o étnica,

tienden a prosperar con más éxito. Los hogares con los dos padres que permanecen casados tienden en general a proporcionar la estabilidad y el bienestar cognitivo, social, emocional y económico para los niños. Para aprender más, descargue la hoja informativa gratis en inglés, *Cultural Collisions* en <http://tinyurl.com/cultural-collisions-p>. ■

## Fuentes

- 1 Roggman, L. A., Boyce, L. K., & Innocenti, M. S. (2008). *Developmental parenting: A guide for early childhood practitioners*. Baltimore, MD: Paul H. Brookes. Disponible en inglés.
- 2 Adaptado de Harris, S. M., Glenn, N. D., Rappleyea, D. L., Diaz-Loving, R., Hawkins, A. J., Daire, A. P., Osborne, C., & Huston, T. L. (2008). *Together in Texas: Baseline Report on Marriage in the Lone Star State*, p. 5. Austin, TX: Health and Human Services Commission. Disponible en inglés.
- 3 Coplen, R. D., & MacArthur, J. D. (1982). *Developing a healthy self-image*. Provo, UT: Brigham Young University Press. Disponible en inglés.
- 4 Allgood, S., Higginbotham, B., & Skogrand, L. (2007). *Helpful strategies to deal with ex-partners in remarriages*. Recuperado de [http://extension.usu.edu/files/publications/publication/FR\\_Marriage\\_2007-02pr.pdf](http://extension.usu.edu/files/publications/publication/FR_Marriage_2007-02pr.pdf) Disponible en inglés.
- 5 Harris, V. W., Johnson, A., Olsen, K. (2013). *Balancing work and family in the real world*. Plymouth, MI: Hayden-McNeil. Disponible en inglés. Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (2000). *Committee on Integrating the Science of Early Childhood Development. From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Washington, DC: National Academies Press. Retrieved from [http://www.nap.edu/openbook.php?record\\_id=9824](http://www.nap.edu/openbook.php?record_id=9824). Disponible en inglés.
- 6 Harris et al., 2013; Roggman et al., 2008

### ¿Usó nuestro recurso?

Por favor, cuéntenos cómo lo usó.

Refiérase al producto #076

[www.HealthyMarriageandFamilies.org](http://www.HealthyMarriageandFamilies.org)

Familias sanas: Consejos para prácticas saludables de crianza.

Una hoja informativa adicional está disponible para compartir con las familias interesadas en aprender sobre crianza saludable: <http://tinyurl.com/families-par-spa-p>

Esta hoja informativa es una traducción del original en inglés desarrollada por ICF International con fondos de la Administración para los Niños y las Familias del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, subvención: 90FH0002. Las opiniones, los resultados y las conclusiones o recomendaciones expresadas en este material son del (de los) autor(es) y no necesariamente reflejan las opiniones del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Administración para los Niños y las Familias.