

Abuelos Como Padres: Las Preocupaciones de Guardería

¿Esta usted preocupado por el cuidado de su nieto y necesitando tiempo para usted mismo?
¿Trabaja usted tiempo completo o medio tiempo y esta preocupado por que tiene que dejar a su nieto al cuidado de alguien más? Muchos de nosotros nos enfrentamos con la misma pregunta. Encontrar una persona competente que pueda proporcionar el cuidado a corto plazo mientras usted hace mandados o se mima, es importante para el bienestar de su familia. Sentirse cómodo con el trabajo fuera del hogar, y dejar al niño al cuidado de alguien mas, es una decisión individual que también es importante para la salud emocional de su familia.

¿Los niños que son criados en guarderías o en casas que proporcionan guardería, se desarrollan peor que los que se crían en casa? Esta es una pregunta que concierne a muchos. La Dra. Joanne Curry O'Connell de Northern Arizona University investigo el estudio que se hizo de esta pregunta. Ella dijo que no se había encontrado ningún efecto negativo por el cuidado que se proporciona fuera del hogar, por más de una docena de investigadores enfocados en el desarrollo de niños.

Es decir, que por lo que se ve, los niños que tienen cuidado de calidad fuera del hogar, generalmente se crían tan bien como los que se cuidan en el hogar. Algunos niños se desarrollan mejor en guarderías fuera de casa; y otras se desarrollan mejor cuidados en casa..

¿Qué es lo mejor para su nieto? Eso depende de su nieto, la manera en que usted cuida a nieto en su hogar, y la calidad del cuidado fuera de su casa que esta disponible para usted.

Clases de Guardería

Averigüe que tipos de guarderías se ofrecen en su comunidad o condado. Decida cuanto puede usted pagar y que cree que es mejor para su nieto y usted.

Si es posible, evite hacer arreglos en guarderías donde tiene que recorrer una larga distancia o precipitarse del trabajo para recoger a su nieto.

Ponga su mente en paz y no tenga miedo de hacer preguntas, incluyendo, “¿Que hacen ustedes en caso de emergencia?” “¿Que hacen si mi nieto llora mucho?” “¿Que hago si mi nieto se enferma?” y “¿Tengo que hacer yo otros arreglos en esos días?” Asegúrese de que usted se siente cómodo con la guardería o con el cuidador de niños que usted escogió.

Sugerencias para encontrar una guardería incluyen:

- Programas de guardería que son financiadas privadamente o por ganancia. Estos programas ofrecen cuidado de tiempo completo. Usted puede encontrarlas en las páginas amarillas en el libro del teléfono bajo guarderías.
- Guarderías de familia en casa. Contacte la oficina local del Texas Department of Family and Protective Services para obtener una lista de guarderías que estén registradas en su área ,para proporcionar cuidado en casa o visite el sitio Web (www.dfps.state.tx.us) para obtener esta información.

Eligiendo Guarderías de Calidad

¿Cuándo un abuelo esta criando a su nieto en esta sociedad tan ocupada, una de las preguntas a menudo que surgen es “¿Como elijo una guardería cuando tengo que estar lejos?” Hay dos preguntas importantes que debe hacerse ante de decidirse para escoger una guardería. ¿Primeramente, los empleados de la guardería son cariñosos con su nieto y con los niños en general? Los niños necesitan bastante cariño. ¿Secundariamente, va la guardería ha proporcionar el cuidado durante el tiempo que usted los va a necesitar en el futuro? Los niños necesitan formar enlaces con la gente y sufren si es que hay demasiadas personas proporcionando este cuidado.

Los niños se sienten mejor cuando usted esta contento y ellos tienen a alguien que es afectivo, que los cuide ya sea en casa o la guardería.

Usted se puede preocupar cuando deja a su nieto al cuidado de alguien más. Entre más confianza le tenga a la persona proporcionando el cuidado, usted se va a sentir más seguro. Aquí están algunas preguntas en general que usted puede preguntar antes de escoger quien cuide a los niños. Tiene el cuidador:

- las actitudes de crianza similares a las suyas? ¿Si es que no es así, están dispuestos ellos a adoptar su filosofía para tratar con su nieto? ¿Hay póliza escrita archivada o en el algún manual para padres?
- entiende el cuidador que es lo que pueden y quieren los niños hacer en diferente etapas de su desarrollo?
- el cuidador hace tiempo para apapachar, jugar, y hablar con su nieto?
- bastante tiempo para cuidar a todos los niños bajo su cuidado?
- hace tiempo para recibir sus visitas?

La casa o la guardería tienen:

- apariencia limpia y cómoda?
- equipos en buenas condiciones y sin peligros?
- aperitivos o alimentación nutritivos?

Hay oportunidades para que los niños:

- sean apapachados, acariciados, mecidos, sonrientes, y que se les hable?
- se relajen y descansen cuando ellos necesitan hacerlo?
- caminen y exploren sin peligros?
- jueguen con cosas que desarrollan sus sentidos del tacto, la vista, y del oído?
- aprendan lenguaje? ¿El cuidador platica con el niño, nombra los objetos, describe lo que esta haciendo, y responde a las acciones del niño?

Otras consideraciones:

- tienen las licencias del estado apropiadas? ¿Están los certificados anunciados?
- según la licencia, cual es la cantidad máxima de niños a los cuales se les puede proporcionar cuidado en este centro o casa? ¿La licencia incluye el cuidado de bebés, niños que empiezan a caminar, preescolares, y niños de edad escolar?

Eligiendo Una Escuela Preescolar

Las escuelas preescolares varían ya que ellas no ofrecen cuidado para bebés o niños de edad escolar porque su enfoque es en niños preescolares. Las siguientes son preguntas que se deben considerar cuando usted este eligiendo una escuela preescolar:

- ¿Se le invita para observar la sala de clase? ¿Si es así, cual es el horario—necesita cita o puede pasar a cualquier hora? ¿Tienen la política de puerta abierta? Si usted pasa una hora o dos en el salón de clase, esto le deja saber lo que la escuela tiene que ofrecer.
- ¿Los cuidadores están dispuestos a contestar sus preguntas? ¿Se comunican con usted regularmente? ¿Cuándo ya este matriculado su nieto, le van a dejar visitar y observar a cualquier tiempo? Usted y los cuidadores necesitan trabajar como un equipo para ayudar a su nieto a crecer.
- ¿Los maestros parecen disfrutar de la compañía de su nieto y lo respetan? ¿Hay apapachos y abrazos entre los maestros y los niños? ¿Los maestros platican con ellos y los escuchan? ¿Hay bastantes adultos para proporcionar supervisión y atención? Las relaciones que los niños tienen con sus cuidadores son importantes.
- ¿Los niños se ven felices participando en actividades? ¿Hay suficientes juguetes apropiados para todas las edades?

Usted no va a estar contento con la escuela de su nieto solamente que usted crea que su nieto esta en un lugar seguro, saludable, y fomentador. El tiempo extra que usted se tomo para encontrar el mejor cuidado le dará un sentido de paz mental y en el desarrollo de su nieto.

Las Guarderías Y Las Vacunas

Las vacunas necesitan estar al corriente si es que usted va a matricular a su nieto en una guardería. Tiene que presentar la documentación de vacunas que indiquen los tipos y fechas, y en que lugar se vacunaron.

Las leyes estatales requieren que las guarderías estén seguras de que todos los niños matriculados tengan sus vacunas. Deben mantener los archivos de las vacunas al corriente y precisos porque estos se revisan por las autoridades competentes.

Las leyes de la inmunización del estado permiten a los padres o guardianes que pidan dispensas basadas en creencias religiosas o de conciencia. Usted tiene que archivar con un funcionario una declaración notariada que se titula “Exemption from Immunizations For Reasons of Conscience” el cual se elaboro por el Texas Department of State Health Service (TDSHS). Los padres o guardianes pueden pedir esta declaración notariada del TDSHS para cada niño. La declaración notariada oficialmente se tiene que presentar al personal de la guardería o de la escuela para que al niño se le dispense la vacuna. Sin embargo, las escuelas y guardería privadas se pueden rehusar a aceptar estas formas, y no dejar que se matriculen los niños por falta de las vacunas.

Las vacunas requeridas por las guarderías para los niños son las mismas a través del estado de Texas, y se basan en la edad del niño. Sin embargo, ciertos condados enfocados ahora están requiriendo que los niños se vacunen contra infecciones de Hepatitis A.

Para mas información sobre las vacunas, visite la pagina web (www.dshs.state.tx.us/immunize), o llame al 1-800-252-9152.

Empezando Bien

Dejando a sus nietos en la guardería o una escuela preescolar por primera vez, puede ser difícil para los cada uno de ustedes. Sus nietos se enfrentaran con distintos adultos, nuevos lugares, nuevas rutinas, y nuevos límites. Ellos se pueden asustar y enojarse con usted por haberlos dejado. Usted a lo mejor se preocupa que ellos lo avergüencen si lloran o se comportan mal. Estos sentimientos son normales cuando se empieza algo nuevo. A veces, hacer planes disminuye estos sentimientos.

Usted ha tomado el primer paso cuando eligió el mejor cuidado que usted pensó para su nieto. Usted encontró cuidadores que le simpatizaron y a los cuales les tuvo confianza. Ahora, debe de platicar con su niño de lo que le espera. Él a lo mejor no entiende todo lo que usted le dice, pero ciertamente el va a estar susceptible a sus sentimientos. Si es posible, visite el programa antes de que atienda la guardería. Deje que el niño observe y explore con su ayuda y protección.

Hable con el cuidador concerniente a su nieto antes de que el programa empiece. Déjele saber al cuidador el horario de alimentación y para dormir, que problemas de salud (tal como alergias), y algunas situaciones en casa que puedan afectar el comportamiento del niño. Si su nieto esta tomando medicamento recetado, discuta esto con el cuidador; complete todo el papeleo dando permiso para que a su nieto se le dé medicamento en su ausencia. También platique acerca de que le disgusta a su nieto y como se consuela.

El día que su nieto empieza el programa, este seguro de traer todas las formas, ropa, equipo, y comida que se requiere por el cuidador. Llévase algo favorito del nieto, tal como un animal relleno, una cobija, o un carrito de juguete, si es que se lo permiten.

Llegue unos cuantos minutos antes para que platique con el cuidador, aguarde las cosas de su nietos, y siéntese con su nieto para ver como se esta adaptando a su nuevo ambiente. Con su rostro calmado, abrazos y besos, y dígame “Adiós” cuando sea tiempo de irse. Déjele saber a su nieto a que hora regresa..

Claro que su nieto puede llorar, gritar, patalear, retroceder a una esquina, o chuparse el dedo. Le puede gustar esta guardería pero el quiere tenerlo a usted consigo, y él necesita decirlo. Aunque es muy difícil, siga caminando. Recuerde que usted confía en el cuidador y su nieto. Le puede ser de ayuda que hable dentro de una hora para saber como esta su nieto.

Cuando recoja a su nieto, saludelo con afecto y enséñele con palabras que usted sabe que este fue un día difícil para él. Déjele saber que esta orgulloso de que aguanto todo el día. No se sorprenda si él esta agradecido de verlo pero también enojado que lo dejo.

Aprender a decir adiós a la gente que queremos es difícil. La mayoría de nosotros luchamos toda la vida. A lo mejor esta es la primera experiencia que su nieto tiene en decirle adiós todos los días, y le va a tomar tiempo para que los dos aprendan a hacer esto fácilmente.

Después de algún tiempo cuando su nieto se despida sin lagrimas y enojos, el puede manifestar señales de tensión cuando el este con usted. Los niños frecuentemente son angelitos en la escuela (donde quieren complacer a los adultos) y son unos terrores en casa (porque se sienten seguros y la casa es donde ellos pueden desahogarse). Después de empezar la guardería, unos niños cambian sus hábitos para dormir y alimentarse. Unos necesitan más tiempo para acurrucarse en los brazos de sus abuelos y chupar el dedo. Estos comportamientos cambiaran con el tiempo cuando su nieto se sienta más cómodo en el programa de cuidado.

Usted puede ayudar mas teniendo confianza en las habilidades del cuidador para enseñar, y consolar a su nieto. Tenga confianza de que su nieto aprenda estas nuevas y difíciles habilidades. Tenga confianza en sí mismo y en las decisiones que a hecho para el cuidado de su nieto. Recuerde que usted esta ayudando a su nieto como adaptarse a estos cambios que pueden ser miedosos. Todos tenemos que aprender a hacer esto.

Un Círculo De Abuelos

Otras alternativas para tener disponible cuidado para los niños, es el de empezar un circulo de abuelos. Comparta el cuidado de sus niños con otros abuelos en la comunidad. Este concepto es practicado en muchas comunidades por los padres que acaparan tiempo cuando cuidan a otros niños en su circulo, y luego dejan que alguien mas en el grupo cuiden a sus niños. Puede haber otros abuelos que quieran empezar este sistema y nada mas necesitan que alguien lo inicie. Hay que extendernos de esta manera. Los nietos se benefician jugando con otros niños, y los abuelos se benefician con tiempo libre.

Para inspiración . . . Debe usted observar cuidadosamente el rumbo hacia el cual su corazón lo atrae, y luego escoger este con toda su fuerza.

Martín Buber

Cuando Escoge Alimentación, Es la Calidad No la Cantidad

Cuando se alimenta a los niños chicos y preescolares, la calidad es más importante que la cantidad. Su nieto va a estar más saludable cuando come cantidades de comida que están alta en nutritivos en vez de comida baja en nutritivos. La cantidad de comida que los niños comen depende en su desarrollo. Los niños activos naturalmente comen más. El tamaño, edad, género, nutrición previa, y la historia de salud influyen lo que su nieto apetece. Sin embargo, va a haber mucha variedad en la cantidad de comida que su nieto desee, de día a día y de mes a mes.

La herencia puede poner los límites en lo que su nieto alcance. Pero los hábitos de alimentación que se establecieron en la niñez determinan si es que los límites y el desarrollo se alcanzan.

Para mas información vea el sitio web Texas AgriLife Extension Service Grandparents Raising Grandkids: <http://grandparentsraisinggrandkids.tamu.edu>

El permiso se concedió por el Dr. Sam Quick, Human Development and Family Relations Specialist, Kentucky Cooperative Extension, para adaptar este material para el uso de Texas AgriLife Extension Service. Adaptado por la Dra. Judith L. Warren, Gerontology Specialist; y la Dra. Dorothy James, Family Life Specialist (jubilada), Family Development and Resource Management, Texas AgriLife Extension Service, The Texas A&M System, College Station, Texas.

Los programas educativos de *Texas AgriLife Extension Service* están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, sexo, discapacidad, religión, edad u origen nacional. Cooperan el Sistema Universitario Texas A&M, el Departamento de Agricultura de los EE.UU. y las Cortes de los Comisionados de los Condados.