

Nos amamos unos a otros

GUÍA PARA PROFESIONALES

Los fuertes lazos tempranos con proveedores de cuidado construyen cerebros saludables. La crianza afectiva y el apego a adultos afectuosos en la vida temprana se asocian con mejores calificaciones, comportamientos más saludables, amistades más fuertes y una mayor capacidad para enfrentar el estrés en el futuro.

La crianza afectiva es importante en todas las edades. Los padres promueven el desarrollo de sus hijos al dedicarles tiempo y escucharlos, participar y mostrar interés en la escuela y actividades de sus hijos, estar al tanto de sus intereses y amigos, y estar dispuestos a abogar por sus hijos y jóvenes cuando sea necesario.

El trauma y el estrés pueden interferir con la capacidad de los padres para cuidar a sus hijos. Para algunos padres, los factores estresantes diarios o agudos (como estrés financiero, violencia familiar o comunitaria, traumas pasados o cuidar a un niño con necesidades especiales) pueden hacer que sea difícil enfocarse en la crianza afectiva. Pueden necesitar reconfirmación de que mostrarles amor y afecto a sus hijos marca una gran diferencia.

Es importante explorar y reconocer las diferencias en cómo las familias muestran afecto.

Puntos clave a tratar con las familias

<p>¡Mostrar amor por sus hijos es muy importante!</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pregunte: <i>¿Qué impide el cuidado afectuoso?</i> ▪ Pregunte sobre factores estresantes agudos o diarios y comportamientos difíciles de los niños. Explique que la capacidad de los niños para mostrar afecto también puede afectar cómo los padres crían a sus hijos. ▪ Pregunte: <i>¿Sabía que el amor que muestra por sus hijos en realidad hace crecer sus cerebros y los hace más inteligentes? Las pequeñas cosas se acumulan todos los días.</i>
<p>Las familias muestran afecto de diferentes formas. Varios factores, incluyendo cómo nuestros propios padres nos demostraron o no el afecto, pueden afectar cómo criamos a nuestros hijos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Establezca el tono: <i>Me interesa saber cómo se expresan el amor y el afecto en su familia.</i> ▪ Repase la lista y pídale a los padres que marquen las formas en las que les gusta mostrar afecto a sus hijos. ▪ Anime a los padres a agregar otras formas que no están en la lista.
<p>Algunos días son más fáciles que otros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pregunte: <i>¿Qué impide el cuidado afectuoso?</i> (Pregunte sobre factores estresantes agudos o diarios y comportamientos difíciles de los niños). ▪ Pregunte: <i>¿Qué hace para cuidar de sí mismo para que estas cosas no le impidan mostrar el amor que siente por su hijo?</i>
<p>Los niños necesitan cariño y afecto todos los días.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Anime a los padres a escribir en el calendario una cosa que podrían hacer cada día para mostrarles a sus hijos cuánto los aman.

Puede encontrar más recursos acerca de [la crianza afectiva y el apego](#) (en inglés) en el sitio web de Child Welfare Information Gateway.

Nos amamos unos a otros

GUÍA DE CONVERSACIÓN

Cómo les muestro amor a mis hijos:

- Escuchar sus cuentos
- Decir "Te quiero"
- Cantarles canciones
- Acurrucarlos, abrazarlos o conectar con ellos de otra manera
- Hacer una merienda o comida juntos
- Caminar o jugar al aire libre juntos
- Hacer manualidades
- Jugar un juego
- Hablar sobre los sentimientos
- Reírnos juntos
- Conocer a sus amigos
- Preguntarles sobre su día
- Elogiarlos y / o celebrar buenas noticias juntos
- Contarles cómo era la vida cuando yo era niño
- Asistir juntos a eventos escolares o culturales
- Darles las gracias cuando ayudan
- Leer juntos
- _____
- _____
- _____
- _____

Cómo les mostraré a mis hijos el amor esta semana:

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado