

CONOZCA LAS REGLAS...

Para niños que están solos en el hogar

En la atareada sociedad de hoy día muchos niños se cuidan solos antes o después de la escuela y en otros momentos durante el año¹. Aunque la Academia de Pediatría de Estados Unidos recomienda la supervisión por adultos de niños hasta los 11 o 12 años de edad, para muchas familias esto no es posible. Cuando se ven enfrentadas con esta situación, el factor determinante acerca de si un niño debería ser dejado sólo debería ser su madurez, no su edad².



Hay una cantidad de puntos importantes que las familias deberían considerar antes de permitir que sus niños se supervisen ellos mismos. Los padres y guardianes deben evaluar a sus hijos. ¿Tiene el niño la personalidad, confianza propia y capacidad de criterio necesarios para aceptar esta responsabilidad? ¿Será la experiencia positiva y le ayudará a crear y aumentar su imagen propia, o la experiencia promoverá una ansiedad adicional en el niño que podría estar temeroso de quedarse solo? Un buen lugar para comenzar es celebrando una conferencia familiar para hablar de los arreglos. Deberían definirse las reglas de la casa, las expectativas de cada miembro de la familia y una rutina diaria. Al final, los padres y guardianes podrían usar también la experiencia para tener reuniones familiares periódicas para ayudar a asegurar que el arreglo está funcionando bien e identificar cualquier modificación que haga falta hacer. Aquí se ofrecen algunas medidas que su familia podría tomar para asegurar que la experiencia de estar solo en casa sea positiva.

Antes de permitir que su hijo o hija esté solo en casa usted debería...

- * Determine si hay otros recursos u organizaciones comunitarias que provean atención o apoyo a niños que están solos en el hogar.
- * Pregúntele a su hijo o hija cómo se siente acerca de quedarse solo. ¿Tiene miedo de quedarse solo o tiene la madurez e iniciativa suficientes para asumir esa responsabilidad?
- * Decida si usted siente que su hijo o hija es capaz de cumplir las instrucciones y resolver problemas por su cuenta.
- * Determine cuánto tiempo su hijo o hija se quedará solo, cuán accesible estará usted u otro adulto de confianza en caso de una emergencia y infórmese cuán seguro es el vecindario comunicándose con la policía local y averiguando la incidencia y tipos de delitos en su barrio.
- * Asegúrese de que ha establecido reglas específicas para que su hijo o hija siga cuando está solo y déle instrucciones precisas acerca de cómo comunicarse con usted en todo momento. Esto debe incluir información acerca de lo que debe hacer si necesita asistencia y no puede comunicarse con usted de inmediato.
- * Recuerde que la persona que está a cargo es usted, aunque sea desde lejos.

Una vez que ha procedido sobre cómo proceder, usted debería verificar que su hijo o hija sabe...

- * Su nombre completo, dirección y número de teléfono.
- * El nombre completo de usted, el nombre exacto del lugar donde usted trabaja, su número de teléfono en el trabajo y los números de cualquier teléfono celular o buscapersonas que usted tenga.
- * Cómo hacer una llamada para solicitar ayuda en una emergencia usando el 911 o el número o números apropiados en su área.



- * Cómo llevar su llave de una manera oculta y segura. En la llave **no** debería tener su nombre y dirección, y sería prudente dejar una llave extra con un amigo o vecino de confianza.
- * No caminar o jugar solo en camino a la casa, y nunca tomar atajos para llegar al hogar.
- * Qué hacer si percibe que alguien lo sigue. Si eso ocurre, debería darse vuelta, correr en la dirección opuesta e ir a un lugar designado para buscar ayuda y contarle a un adulto de confianza lo que ocurrió.
- * Examinar siempre la casa antes de entrar, prestando atención a puertas y ventanas abiertas, entornadas o rotas o cualquier cosa que no parezca bien. Ir de inmediato a un lugar designado seguro en busca de ayuda si algo no parece bien.
- * Siempre cerrar la puerta con llave después de entrar y verificar que la casa está segura.
- * Llamarlo o llamarla a usted de inmediato al llegar a la casa para hacerle saber que ha llegado bien.
- * Decir a las personas que llamen que usted no está disponible para contestar una llamada telefónica y ofrecer tomar un mensaje en vez de dejarle saber a la gente que está solo o sola en casa.
- * No abrirle la puerta ni hablar con nadie que llegue a la casa a menos que la persona sea un pariente o un amigo de confianza de la familia, que se sienta cómodo o cómoda estando a solas con esa persona y que la visita haya sido aprobada previamente por usted.
- * Mantenerse alerta a emergencias reales como un incendio o una pérdida de gas que hicieran necesario salir de la casa.
- * Consultar con usted o con otro adulto de confianza si tiene alguna duda sobre cualquier cosa.



Como padre o guardián debería asegurarse de que usted tiene...

- * Un programa diario de las tareas, deberes y actividades que debe hacer su hijo o hija.
- * Una lista cerca del teléfono que incluye números de usted, la policía, el departamento de bomberos, un servicio de ambulancias, su médico, un centro de control de envenenamiento y un adulto de confianza que pueda estar disponible en caso de una emergencia.
 - * Instrucciones precisas acerca de cuales aparatos puede usar, si es que le permite usar alguno; qué hacer en caso de incendio, y cómo hacer para salir de la casa si hay un incendio.
 - * Un plan para el caso de que usted se demore y lo que debe hacer si cambian los planes de su hijo o hija.
 - * Instrucciones acerca de ver televisión, uso de una computadora, hablar por teléfono, usar un aparato de comunicaciones inalámbricas e invitar amigos cuando usted no está en la casa.
 - * Tiempo para discutir los sucesos del día con su hijo o hija. Asegúrese de que el o ella sabe que está bien hablar con usted de cualquier cosa, especialmente de algo que le haga sentir miedo o le cause incomodidad o confusión de cualquier manera.



¹ Según el Centro Nacional de Estadísticas de Educación el 17 por ciento de los niños desde jardín de infantes hasta octavo grado pasan tiempo solos después de la escuela al menos una vez por semana. *After-School Programs & Activities: 2005*. Washington, DC: *National Center for Education Statistics*, mayo de 2006, www.nces.ed.gov/pubs2006/afterschool/tables/table_2.asp, consultado el 5 de julio de 2009.

² *Caring for Your School-Age Child: Ages 5-12*. Nueva York, Nueva York: *The American Academy of Pediatrics*, 1999, página 42.

1-800-THE-LOST (1-800-843-5678)

www.missingkids.com

Copyright © 2000 National Center for Missing & Exploited Children. Todos los derechos reservados.

Este proyecto fue financiado por el subsidio N° 2009-MC-CX-K002 otorgado por la Oficina de Justicia Juvenil y de Prevención de la Delincuencia, Oficina de Programas de Justicia, Departamento de Justicia de Estados Unidos. Los puntos de vista u opiniones en este documento son los del autor y no representan necesariamente la posición oficial o las políticas del Departamento de Justicia de Estados Unidos. *National Center for Missing & Exploited Children*® y *1-800-THE-LOST*® son marcas de servicio registradas del Centro Nacional para Menores Desaparecidos y Explotados. Orden N° 147 del NCMEC.