

APOYO A LAS TRANSICIONES TANTO PEQUEÑAS COMO GRANDES

Los bebés y niños pequeños experimentan transiciones todos los días. Algunas transiciones son de pequeña escala, como pasar de la hora de jugar al almuerzo, o de la siesta a un cambio de pañal. Otras transiciones son de gran escala, como comenzar en un programa nuevo o darle la bienvenida a un nuevo hermanito. Cualquiera que sea la escala de la transición, los niños pequeños necesitan adultos que se preocupen por ellos y los apoyen durante la transición. Para tener unas transiciones exitosas se necesitan tres cosas: relaciones afectuosas, rutinas regulares y flexibilidad para satisfacer las necesidades de cada niño.

LO QUE DEBE RECORDAR

1. Las diferencias individuales de los niños influyen en la forma en que responden a las transiciones.
2. Las familias que tienen conocimientos sobre el desarrollo infantil pueden adaptar mejor su apoyo a las necesidades del niño durante las transiciones.
3. Los entornos de apoyo con rutinas familiares y regulares pueden ayudar a los bebés y niños pequeños a manejar las transiciones.



¿QUÉ DICEN LAS INVESTIGACIONES?

- **El temperamento y el nivel de desarrollo de un niño influirán en la forma en que este responde a las transiciones.** Algunos niños se adaptan fácilmente a los cambios. Otros pueden necesitar más apoyo de los adultos. La forma en que los niños pequeños expresan sus emociones y comportamientos variará según la etapa de desarrollo en que se encuentren. Los adultos que tienen conocimientos sobre el desarrollo infantil pueden adaptar mejor su apoyo a las necesidades del niño durante las transiciones.
- **Las relaciones afectuosas actúan como un amortiguador durante las transiciones.** Los bebés y niños pequeños que reciben cuidados receptivos de los adultos aprenden a confiar en ellos y eso les aporta seguridad emocional. También aprenden que pueden contar con esos adultos para que los apoyen durante las transiciones tanto pequeñas como grandes. Esto los ayuda a ser más receptivos a las transiciones.



- Durante las transiciones, es común que los bebés y niños pequeños actúen en formas que pueden parecerles desafiantes a los adultos. Recuerde, **el comportamiento de los niños tiene un significado**. Para ellos el comportamiento es una forma de comunicarse. Pero sus habilidades de comunicación y autocontrol aún se están desarrollando.
- **Es incluso más difícil para los bebés y niños pequeños regular sus emociones cuando las cosas están cambiando.** A medida que se desarrollan, los niños comienzan a comprender y a controlar sus emociones y comportamientos. Pero, todavía necesitan el apoyo de los adultos para aprender a manejar las transiciones. La ayuda adicional también es importante para los niños con discapacidades o presuntos retrasos que pueden tener dificultades para comunicar sus emociones o procesar los cambios debido a la naturaleza de su discapacidad o retraso.
- **A los bebés y niños pequeños les va mejor en entornos predecibles.** Las rutinas familiares en torno a las transiciones diarias les enseñan a los niños qué esperar y hacen que tengan más confianza en sí mismos. Cuando los niños saben qué esperar, les resulta más fácil practicar cómo regular sus emociones y comportamientos.
- **Incluso cuando saben qué esperar, las transiciones pueden resultarles difíciles.** Algunas transiciones ocurren en un momento del día en que los niños tienen hambre o están cansados. O puede ser que la transición implique muchos pasos que el niño no puede llevar a cabo porque no tiene las habilidades de memoria para hacerlo. Por eso las rutinas y el apoyo de los adultos que se preocupan por los niños son tan importantes. Para las transiciones grandes, los niños y las familias pueden adaptarse mejor al cambio cuando las prácticas de apoyo, como las rutinas, ya se han implementado.



¿EN QUÉ CONSISTE?

- La forma en que los bebés y niños pequeños responden a las transiciones depende de cada niño. El temperamento, el nivel de desarrollo y las experiencias pasadas desempeñan un papel importante. Un bebé puede sonreír mientras hace la transición de los brazos de un adulto a los de otro. Otro bebé podría comenzar a llorar de inmediato. Con algunos niños, puede ser útil ensayar o hablar sobre cómo sería y se sentiría hacer una transición más grande. Otros niños pueden correr (¡o gatear!) a toda velocidad hacia el cambio.
- Las relaciones actúan como un amortiguador para el estrés. Los niños pequeños necesitan adultos receptivos que los ayuden a regular sus emociones y comportamientos. Por ejemplo, al principio, los bebés no pueden calmarse por sí mismos. Necesitan a un adulto que los ayude. Cuando los niños tienen relaciones receptivas con adultos que se preocupan por ellos, aprenden lo siguiente: “Conozco a esa persona y esa persona me conoce a mí. Puedo contar con ella para que me ayude, incluso cuando las cosas cambien”.
- Las transiciones grandes son parte del desarrollo de todos los bebés y niños pequeños. Los cuidadores se mudan. Las familias cambian de hogar. Los niños hacen la transición a nuevos programas. Las familias le dan la bienvenida a un nuevo bebé. Un padre hace pasar por una transición a su bebé para que deje de usar biberón o pañales.
- Las transiciones tanto pequeñas como grandes influyen en los niños de diferentes maneras. Tenga en cuenta que las transiciones, sobre todo las grandes, también influyen las familias, por lo que estas, al igual que el niño, podrían necesitar apoyo.
- Muchas de las transiciones diarias que experimentan los bebés y niños pequeños son predecibles y ocurren en una secuencia familiar. Un ejemplo es ponerse los zapatos antes de salir o cambiarse el pañal después de la siesta. Otras transiciones diarias son impredecibles, como tener que ir al médico de forma inesperada o que venga de visita a la casa una persona desconocida.
- Que haya regularidad en las acciones y rutinas de los cuidadores les enseña a los niños qué pueden esperar. Los recordatorios, incluidos los horarios gráficos, pueden ayudarlos a prepararse para lo que viene a continuación. La regularidad es especialmente importante para los niños con discapacidades o presuntos retrasos y para los niños que aprenden en dos idiomas, ya que es posible que no puedan confiar solo en las indicaciones transmitidas con palabras.



¡PRUEBE CON ESTO!

- Hable con las familias sobre la rutina diaria de los niños. Comience el día con un anticipo de cómo será el día del niño. Un horario gráfico con imágenes de las actividades del día puede ayudar a los niños pequeños y a los niños con discapacidades o presuntos retrasos a comprender la rutina del día. Asegúrese de hablar sobre cualquier cosa que sea diferente a un día habitual.
- Para tener en cuenta las necesidades individuales del niño, sea flexible con las rutinas diarias que ha creado.
- Anime a las familias a darles más tiempo a los niños pequeños, o a recordarles de nuevo lo que tienen que hacer, para ayudarlos a aprender nuevas rutinas y a practicar las transiciones.
- Modele una estrategia de “primero esto y luego lo otro” para que las familias les digan a los bebés y niños pequeños cuándo se acerca una transición. Por ejemplo, podría decir: “Primero, te pondremos los zapatos y el abrigo, luego saldremos afuera”. Use una voz relajante con los bebés para hablar sobre lo que está haciendo y lo que harán después. Con los niños pequeños, una pequeña advertencia les da tiempo para prepararse mentalmente.
- Comparta el [Marco de Head Start sobre los resultados del aprendizaje temprano de los niños \(ELOF, sigla en inglés\)](#) con las familias. El ELOF es una guía maravillosa para comprender el desarrollo infantil que puede ayudar a las familias a apoyar mejor a sus hijos durante las transiciones y más allá. Utilice la aplicación móvil [MiELOF](#) para acceder a prácticas docentes eficaces mientras está afuera haciendo las visitas al hogar.
- Conecte a las familias con los servicios o recursos del programa para ayudarlas a prepararse y adaptarse a las transiciones grandes.
- Discuta la importancia de prepararse para transiciones pequeñas, como pasar del biberón a alimentos blandos o comenzar a aprender a ir al baño. Para ayudar a adaptarse tanto a los niños como a las familias, implemente prácticas de apoyo que se alineen con la cultura y las creencias de una familia.
- Ayude a las familias a pensar con anticipación sobre las diferentes formas en que los niños pueden responder a las transiciones tanto pequeñas como grandes. Juntos, hagan un plan sobre cómo responder en diferentes escenarios. Hable sobre cómo las reacciones de su hijo y sus propias respuestas cambiarán según el desarrollo del niño.
- Para los niños en transición a un nuevo programa, anime a las familias a visitar el espacio con anticipación si es posible.
- Sea un modelo para las familias, involucrándose en interacciones cálidas y de apoyo con sus bebés y niños pequeños. Anime a las familias a hacerles saber a sus hijos que están ahí para ayudarlos, incluso cuando haya un cambio.
- Ayude a las familias a sentirse apoyadas y listas para las próximas transiciones. Los niños pequeños prestan atención a las señales de su familia. Si la familia se siente relajada, los niños pequeños también serán más propensos a relajarse.
- Explique la importancia de las señales visuales para las transiciones futuras. Por ejemplo, si después de leer los libros, viene la hora de la siesta, muéstrele su cuna. Las señales visuales pueden ser especialmente útiles para los niños con una discapacidad o presuntos retrasos, o para los niños que aprenden en dos idiomas.
- Anime a las familias a enfocarse en lo positivo. Elogie a los niños cuando las cosas vayan bien durante las transiciones. Ofrezca ejemplos de cómo las familias pueden ser específicas en sus elogios, como “Fuiste paciente mientras te preparaba el biberón” o “Me gustó cómo guardaste los juguetes en la canasta”.

MÁS INFORMACIÓN:

Marco de Head Start sobre los resultados del aprendizaje temprano

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/preparacion-escolar/articulo/marco-de-head-start-sobre-los-resultados-del-aprendizaje-temprano-de-los-ninos>

Apoyo a las transiciones de los niños y las familias

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/video/apoyo-las-transiciones-de-los-ninos-y-las-familias>

Apoyo a las transiciones: Recursos para el desarrollo de colaboraciones

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/transiciones/articulo/apoyo-las-transiciones-recursos-para-el-desarrollo-de-colaboraciones>

Consejos para la transición durante la reapertura de los programas para bebés y niños pequeños

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/quienes-somos/coronavirus/consejos-para-la-transicion-durante-la-reapertura-de-los-programas-para-bebes-y-ninos-pequenos>

APOYO A LAS TRANSICIONES TANTO PEQUEÑAS COMO GRANDES

Los bebés y niños pequeños experimentan transiciones todos los días. Algunas transiciones son pequeñas, como pasar de los brazos de un cuidador a la cuna, o de la siesta a un cambio de pañal. Otras transiciones son grandes, como comenzar en un programa nuevo o darle la bienvenida a un nuevo hermanito. Los niños pequeños necesitan adultos que se preocupen por ellos y los apoyen durante las transiciones de pequeña y de gran escala tanto pequeñas como grandes. En el hogar, pueden ayudar a los niños a manejar las transiciones creando rutinas regulares que sean flexibles para satisfacer las necesidades de su hijo.

HABLE DE ELLO

Hable con su hijo sobre las transiciones tanto pequeñas como grandes. Este tipo de conversación puede enseñarles a los niños, incluso a los bebés, qué esperar con el tiempo. Puede hacerles una advertencia verbal de que se avecina una transición pequeña: “Tenemos que recoger dentro de 5 minutos. Primero, vamos a recoger y luego nos lavaremos las manos antes del almuerzo”. Un recordatorio puede ser suficiente, pero puede ser que otros niños necesiten advertencias adicionales. Para transiciones grandes, hable sobre lo que sucederá y cuándo sucederá. Describa qué será igual y qué será diferente. Es probable que tenga que hablar sobre la transición en varias ocasiones. El momento y la forma de hablar sobre la transición dependerá del temperamento y el nivel de desarrollo de su hijo.

PONGA UNA CANCIÓN

Añada música a su rutina. Las canciones pueden ser una buena señal para indicar que se avecina una transición. Seleccione una canción alegre cuando quiera ponerle algo de diversión a la tarea de recoger, o una canción relajante cuando esté haciendo la transición hacia la hora de la siesta. ¡O invente su propia canción! Adapte las palabras de una melodía familiar para que coincida con la transición.

AGREGUE ELEMENTOS VISUALES

A veces hablar de una transición no es suficiente. Los niños necesitan experimentar o ver lo que sucederá. Para las transiciones diarias, busque imágenes o símbolos que representen las actividades de transición. Puede colorearlos juntos o imprimir imágenes que encuentre en la computadora. Cuelgue las imágenes para señalar cada día cuando esté preparando las transiciones. Para transiciones grandes, como comenzar en un nuevo programa, visite el lugar con su hijo si es posible. Antes de que llegue el nuevo hermanito, dele una muñeca a su hijo y anímelo a darle de comer o a tocarla con cuidado. Los libros también tienen imágenes que pueden ayudar con las transiciones. Estas pueden ayudar a los niños pequeños a ver y aprender más sobre cómo podría ser la transición y cómo otros niños o personajes las han experimentado.

USE OBJETOS DE TRANSICIÓN

Un objeto de transición es algo que el niño puede sostener y que le da consuelo. Puede darle a su hijo un juguete para que lo sostenga cuando esté en su asiento del auto, durante los cambios de pañal o a la hora del baño. Dele su manta o animal de peluche favorito mientras se acurruca o lee antes de irse a dormir la siesta o a la hora de acostarse. Permítale elegir un objeto especial para usarlo solo durante esa transición específica.

