

Los hijos solos en casa (Leaving Your Child Home Alone)

Muchos padres y otros proveedores de cuidado piensan en permitir que su hijo o joven se quede solo en casa. Un padre o una madre puede necesitar hacer esto para ir a la tienda o al trabajo durante las noches. Antes de dejar a un niño o joven solo en casa, los padres y otros proveedores de cuidado deben estar seguros de que el niño o joven tiene las habilidades y la madurez necesarias para poder quedarse solo en casa de manera segura. Esta puede ser una gran oportunidad para que los niños y jóvenes desarrollen su confianza, independencia y sentido de responsabilidad. Sin embargo, también conlleva riesgos, y los padres deben considerar el nivel de comodidad de sus hijos y su capacidad para lidiar con posibles dificultades. Esta hoja informativa ofrece orientación para ayudar a los padres y otros proveedores de cuidado¹ a tomar esta decisión importante.

¹ Para el resto de esta publicación, "padres" se refiere tanto a madres y padres como a todos los otros adultos con responsabilidades de cuidado de un niño.

SECCIONES INCLUIDAS

Qué considerar antes de dejar a su hijo solo en casa

Consejos para padres y proveedores de cuidado

Conclusión

Recursos

QUÉ CONSIDERAR ANTES DE DEJAR A SU HIJO SOLO EN CASA

Al decidir si dejar a su hijo solo en casa, querrá considerar las leyes y políticas de su Estado con respecto a este tema; el bienestar físico, mental y emocional de su hijo; su madurez; y su disposición a quedarse solo en casa. Hay muchos recursos que puede revisar antes de tomar una decisión. (Consulte el final de esta hoja informativa para ver ejemplos). A continuación encontrará más información para ayudarlo a tomar esta decisión.

LEYES ESTATALES

Los padres deben revisar las leyes de su Estado y localidad al decidir si es apropiado dejar a su hijo solo en casa. Las leyes de protección de menores de muchos Estados clasifican el "no proporcionar una supervisión adecuada de un niño" como negligencia de un menor. Pero en la mayoría de los casos, los Estados no definen qué se considera "supervisión adecuada". En algunos Estados, dejar a un niño sin supervisión a una edad inapropiada o en circunstancias inapropiadas puede considerarse negligencia después de que se consideran los factores que pueden poner al niño en riesgo de daño. Estos factores podrían incluir la edad del niño, su capacidad mental y su condición física; la duración de la ausencia de los padres; y el entorno del hogar o las condiciones del vecindario.

Para ver las leyes relevantes en su Estado u otros Estados, visite la página web [State Statutes Search \(en inglés\)](#) [Búsqueda de estatutos Estatales] de Child Welfare Information Gateway. Para ver un resumen de las leyes Estatales que definen el maltrato de

menores, lea la publicación [Definitions of Child Abuse and Neglect \(en inglés\)](#) [Definiciones de abuso y negligencia de menores]. También puede comunicarse con su agencia local de servicios de protección de menores para obtener más información.

Si le preocupa que un niño o joven pueda estar siendo vigilado o supervisado de manera inadecuada, llame a la Línea Directa Nacional de Abuso Infantil Childhelp al 800.4.A.CHILD (800.422.4453) o visite su [sitio web \(en inglés, disponible en español\)](#) para encontrar más orientación. Si un niño no está en una situación segura, también puede comunicarse con su [agencia local de servicios de protección de menores \(en inglés\)](#).

Muchos Estados ofrecen orientación para los padres que puede ayudarlos a determinar cuándo es apropiado dejar a sus hijos solos en casa. Algunas de estas pautas ofrecen consejos sobre las edades apropiadas para cuándo se puede dejar a un niño solo y por cuánto tiempo, con tiempos que se aumentan según la edad y el nivel de madurez del niño.

EDAD Y MADUREZ

No hay una edad universalmente acordada en la que un niño o joven pueda quedarse solo en casa de manera segura. Debido a que los niños y los jóvenes maduran a ritmos diferentes, los padres no deben basar su decisión solo en la edad. También deben evaluar la madurez de su hijo y cómo ha mostrado un

comportamiento responsable en el pasado. Las siguientes preguntas pueden ayudar:

- ¿Es su hijo capaz de cuidarse a sí mismo tanto física como emocionalmente? Por ejemplo, ¿puede su hijo realizar tareas básicas de autocuidado, como bañarse, vestirse y alimentarse por sí mismo sin ayuda? ¿Es capaz de reconocer y expresar cuándo se siente mal, ansioso o estresado y sabe cómo lidiar con la situación o a quién acudir si necesita ayuda?
- ¿Su hijo obedece las reglas y toma buenas decisiones? Por ejemplo, si usted establece un horario para llegar a casa, ¿su hijo llega a casa a tiempo? Si se enfrenta a la presión de grupo para hacer algo arriesgado, ¿su hijo elige tomar buenas decisiones?
- ¿Su hijo se siente cómodo o temeroso de quedarse solo en casa? Por ejemplo, si usted sale a hacer un mandado rápido y deja a su hijo en casa, ¿su hijo se mantiene calmado o lo llama ansiosamente hasta que usted regrese?

Si su hijo tiene una discapacidad intelectual o del desarrollo y no puede quedarse solo en casa, puede comunicarse con organizaciones de su comunidad, como [The Arc \(en inglés, disponible en español\)](#), que atienden a esta población o a su agencia Estatal o local de discapacidades del desarrollo. Dígales qué tipo de atención necesita y obtenga una lista de proveedores que puedan ayudarlo, como enfermeras visitantes, centros de cuidado infantil y campamentos. Estas son opciones supervisadas que promueven la independencia mientras mantienen la seguridad y el bienestar.

CIRCUNSTANCIAS

Cuándo y por cuánto tiempo un niño se queda solo en casa pueden marcar la diferencia. Considere las siguientes preguntas:

- ¿Cuánto tiempo y con qué frecuencia dejará a su hijo solo en casa? ¿Será durante el día, en la noche o pasará toda la noche solo? ¿El niño necesitará comer mientras usted no esté? Si es así, ¿tiene comida que se puede preparar sin usar estufa (para minimizar el riesgo de incendios o quemaduras)?
- ¿Cuántos niños se quedarán solos en casa? Los niños que parecen estar listos para quedarse solos en casa pueden no estar listos para cuidar a sus hermanos menores o hermanos que tienen discapacidades o necesidades de cuidado específicas.
- ¿Está su hogar libre de peligros? Ejemplos de peligros incluyen alarmas de humo que no funcionan o productos químicos de limpieza, medicamentos, alcohol o armas de fuego que no se almacenan correctamente.
- ¿Hay una alta incidencia de criminalidad en el vecindario?
- ¿Sabe su hijo cómo cerrar o asegurar las puertas? ¿Tiene su hijo la llave de su hogar o un plan si se queda encerrado fuera del hogar?
- ¿Sabe su hijo qué hacer si alguien llega a tocar la puerta?
- ¿Puede su hijo comunicarse fácilmente con usted o con un adulto cercano de confianza (por ejemplo, un amigo, familiar o vecino) quien pueda ofrecer ayuda inmediata si hay una emergencia o si su hijo tiene miedo?

HABILIDADES DE SEGURIDAD

Además de tener una edad y nivel de madurez adecuada, su hijo deberá dominar algunas habilidades específicas antes de poder quedarse solo en casa. Necesita saber qué hacer y a quién contactar en caso de emergencia. Esta información debe escribirse de manera que el niño pueda entenderla y debe mantenerse en un lugar de fácil acceso, como en su refrigerador.

También es útil que su hijo conozca algunos primeros auxilios básicos; por ejemplo, cómo verificar la respiración, ayudar a alguien que se está asfixiando y tratar una quemadura. Considere inscribir a su hijo en un curso de seguridad, como el que ofrece la [Cruz Roja Americana](#). Asegúrese de que haya fácil acceso a suministros de primeros auxilios en el hogar en caso de que sean necesarios. Las siguientes preguntas también pueden ayudar a guiar su decisión:

- ¿Tiene su familia un plan de seguridad para emergencias? ¿Puede su hijo entender y seguir este plan?
- ¿Su hijo se sabe su propio nombre completo, dirección y número de teléfono?
- ¿Sabe su hijo dónde está usted y cómo comunicarse con usted?
- ¿Su hijo conoce los nombres completos y la información de contacto de otros adultos de confianza? ¿Sabe llamar al 911 en caso de emergencia?

La Cruz Roja Americana creó una [guía de referencia de primeros auxilios pediátricos \(en inglés\)](#) y [consejos de seguridad \(en inglés\)](#) que describen los pasos que los padres, niños

y jóvenes pueden tomar para que estar solos en casa sea más seguro y menos estresante. Para información en español sobre primeros auxilios y seguridad en el hogar, vea los siguientes recursos:

- [Guía de primeros auxilios para padres y encargados del cuidado de los niños](#) (Academia Americana de Pediatría)
- [Seguridad en el hogar cuando los niños están solos: información para los padres](#) (Academia Americana de Pediatría)
- [Reanimación cardiopulmonar \(RCP\)](#) (información para padres, KidsHealth)
- [Reanimación cardiopulmonar: un verdadero salvavidas](#) (información para niños, KidsHealth)
- [Primeros auxilios y seguridad](#) (KidsHealth)
- [Poner la casa a prueba de niños y prevenir los accidentes domésticos](#) (KidsHealth)

DEJAR A UN JOVEN CUIDANDO A OTROS NIÑOS

En hogares con más de un niño o joven, hay varios factores importantes que los padres deben tener en cuenta al decidir si un niño o joven está listo para quedarse solo en casa y supervisar a otro niño o hermano. Una consideración importante es la experiencia y el nivel de comodidad de su hijo con respecto a estar solo en casa, además de lo siguiente:

- ¿Se siente cómodo estando a cargo de otros niños?
- ¿Es capaz de manejar con calma las emergencias u otros problemas que surjan?
- ¿Está dispuesto a ser responsable de la seguridad de otros niños?

Otras cosas que debe considerar son las edades de los niños más pequeños, la dinámica entre el joven y los niños, y si los otros niños y jóvenes tienen discapacidades o necesidades específicas de atención.

Recuerde, cada niño y joven es único, y la decisión de dejar que un preadolescente o adolescente cuide a otros niños debe basarse en las circunstancias individuales y el nivel de madurez del joven. Priorice siempre la seguridad y el bienestar de los niños involucrados. Si su hijo supervisará a hermanos u otros niños, considere hacer que tome un curso de cuidado de niños ("babysitting", en inglés), así como un curso de primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar (conocidos por las siglas RCP en español y CPR en inglés), como los que ofrece la [Cruz Roja Americana](#).

COMUNICACIÓN

Existen varias herramientas de comunicación que pueden promover la seguridad y ayudarlo a mantener el contacto cuando deja a su hijo solo en casa. Los teléfonos celulares permiten que los niños se comuniquen con los padres o los servicios de emergencia y pueden incluir funciones de rastreo de ubicación. Puede usar métodos virtuales como videollamadas (por ejemplo, a través de WhatsApp o Facetime) o mensajes de texto como opciones de comunicación adicionales.

Pero es importante recordar que la tecnología debe complementar las medidas de seguridad que ha implementado para su hijo, no reemplazarlas. Incluso con videollamadas, rastreadores y otros dispositivos inteligentes,

los padres deberán enseñar a sus hijos a ser responsables, independientes y seguros, especialmente cuando estén solos en casa. La comunicación y la confianza son fundamentales para promover el bienestar de un niño o joven y desarrollar su confianza en sí mismo. Ya que los teléfonos celulares se han convertido en la forma de comunicación más común y los teléfonos fijos son cada vez más escasos, las familias sin teléfonos fijos deben considerar medios alternativos para la comunicación de sus hijos, especialmente durante una emergencia en la que la comunicación celular puede verse interrumpida.

También debe establecer reglas familiares para el uso de la tecnología, como las redes sociales e internet, para mantener seguros a los niños y jóvenes cuando están en línea, y especialmente cuando usted no está en casa para supervisarlos. Es importante enseñar a los niños y jóvenes sobre comportamientos seguros en internet, incluido no dar información personal y ser cautelosos al comunicarse con personas en una sala de chat o en las redes sociales. Para obtener más información sobre los jóvenes y las redes sociales, consulte [Redes sociales: consejos para padres de crianza y proveedores de cuidado](#).

¿Pueden los padres de crianza temporal dejar solos a los niños y jóvenes que están en cuidado de crianza?

Es posible que los padres de crianza temporal (“foster parents”, en inglés) deban tener en cuenta factores adicionales al decidir si dejar solo a un niño o joven que está en cuidado de crianza (“foster care”, en inglés) en su hogar. La ley Federal con respecto al cuidado de crianza incluye [el estándar de padres razonables y prudentes \(en inglés\)](#), lo que permite a los padres de crianza una mayor discreción para tomar decisiones sobre las actividades diarias de los niños y jóvenes a su cargo. Este estándar se desarrolló para fomentar la normalidad (por ejemplo, que se les permita a los niños o jóvenes quedarse a dormir en la casa de un amigo u obtener una licencia de conducir) y permitir a estos niños y jóvenes las mismas oportunidades y experiencias que los niños y jóvenes que no están en cuidado de crianza. Esto incluye la oportunidad de quedarse solos en casa.

Al igual que con cualquier niño o joven, hay que priorizar su seguridad y bienestar, ya que los niños y jóvenes en cuidado de crianza pueden tener necesidades o vulnerabilidades adicionales que deben tenerse en cuenta. Muchos Estados proporcionan pautas para los padres de crianza acerca de dejar solos a los niños o jóvenes en casa. Para obtener orientación específica, los padres de crianza deben consultar con su trabajador de caso (“caseworker”, en inglés), quien puede proporcionar información adaptada a la situación específica del niño o joven y las regulaciones o pautas locales.

CONSEJOS PARA PADRES Y PROVEEDORES DE CUIDADO

Si ha determinado que su hijo está listo para quedarse solo en casa, las siguientes sugerencias pueden ayudarlo a preparar a su hijo y a sentirse usted más cómodo al dejarlo solo en casa:

- **Tenga un período de prueba y comience con pasos pequeños.** Cuando su hijo esté listo, déjelo solo en casa por un corto tiempo mientras usted se queda cerca de casa. Esta es una buena manera de ver cómo su hijo maneja la situación.
- **Hable con su hijo de antemano.** Anime a su hijo a compartir sus sentimientos con usted acerca de quedarse solo en casa y aborde cualquier pensamiento o inquietud que pueda tener antes de dejarlo solo en casa.
- **Enséñele sobre la seguridad.** Antes de dejar a su hijo solo en casa, asegúrese de que sea lo suficientemente maduro como para manejar la responsabilidad y comprender las reglas de seguridad. Haga un plan de emergencia familiar para ayudarlo a manejar esas situaciones, como qué hacer en caso de incendio o un corte de energía o si un extraño se acerca a la casa. Practique primeros auxilios básicos y enséñele qué hacer si tiene que comunicarse con los servicios de emergencia, tal vez incluyendo un juego de roles.

- **Establezca reglas familiares y límites.** Establezca reglas claras sobre lo que su hijo puede y no puede hacer mientras está solo en casa. Establezca reglas para el tiempo frente a la pantalla, el uso de internet y el uso de electrodomésticos de cocina o cualquier otro artículo que pueda ser peligroso.
- **No se sobrepase.** Evite dejar a su hijo solo en casa durante la noche o por períodos de tiempo demasiado frecuentes. Considere otras opciones o recursos para ayudar a supervisar a su hijo, como familiares y amigos o programas ofrecidos en la escuela de su hijo, centros comunitarios, organizaciones juveniles o grupos religiosos.
- **Hable con su hijo cuando regrese a casa.** Después de que su hijo se quede solo en casa (incluso durante cualquier período de prueba), hable sobre la experiencia con él o ella. ¿Cómo se sintió al respecto? ¿Estaba nervioso? ¿Ocurrió algo inesperado? Si estaba cuidando a otro niño, pregúntele cómo se sintió al hacerlo.

CONCLUSIÓN

La decisión de dejar a su hijo solo en casa depende de muchos factores, y la decisión que sea mejor para una familia puede ser diferente para otra familia. Si tiene dudas sobre qué hacer, hable con familiares, amigos o un profesional (como el pediatra de su hijo) para obtener consejos o consulte las pautas de su gobierno Estatal o local. En última instancia, la seguridad de su hijo, y su nivel de comodidad al estar solo, deben ser la consideración principal al tomar esta decisión.

Dejar a su hijo solo en casa durante la noche

En general, se recomienda que los padres eviten que su hijo adolescente se quede solo en casa durante la noche hasta finales de la adolescencia, aunque esta opción puede variar según el nivel de madurez del adolescente. Considere las siguientes preguntas cuando esté pensando tomar esta decisión:

- ¿Cómo ha manejado su hijo adolescente estar solo en el pasado?
- ¿Su hijo adolescente muestra la capacidad de resistir la presión de grupo?
- ¿Es probable que su hijo adolescente tenga miedo?
- ¿Qué tan consistentemente sigue su hijo las reglas?
- ¿Hay un adulto responsable cerca que pueda ayudar a su hijo adolescente si ocurre una emergencia o si el adolescente se siente incómodo estando solo durante la noche?
- ¿Será su hijo adolescente responsable de cuidar a un hermano u otro niño también? ¿Ambos jóvenes se sienten cómodos estando solos en casa durante la noche sin un adulto presente?

RECURSOS

Los siguientes recursos adicionales pueden ayudar con la decisión de dejar a su hijo solo en casa y a preparar a su hijo para esa experiencia:

- [¿Su hijo está preparado para quedarse solo en casa?](#) (Academia Americana de Pediatría)
- [Dejar a un niño solo en casa](#) (KidsHealth)
- [Safety Steps to Follow if Kids Are Home Alone \(en inglés\)](#) [Pasos de seguridad a seguir si los niños están solos en casa] (Cruz Roja Americana)

CITA SUGERIDA:

Child Welfare Information Gateway. (2024). *Los hijos solos en casa*. U.S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families, Children's Bureau. <https://www.childwelfare.gov/es/resources/los-hijos-solos-en-casa/>



U.S. Department of Health and Human Services
Administration for Children and Families
Administration on Children, Youth and Families
Children's Bureau



Esta publicación forma parte del dominio público y puede ser descargada, reproducida y distribuida sin autorización. Al hacerlo, por favor dé crédito a Child Welfare Information Gateway. Disponible en línea en <https://www.childwelfare.gov/es/resources/los-hijos-solos-en-casa/>.