



## ABUELOS QUE CRÍAN A SUS NIETOS

*“Nunca pensé que estaría criando niños a mi edad. Se suponía que todo eso había quedado atrás.”*

— Martha, abuela de 61 años de edad que está criando al niño de su hija

Hoy, más que nunca antes, los abuelos están asumiendo el rol de padres de los hijos de sus hijos. Si Usted es un abuelo que recientemente tomó sobre sí esta responsabilidad, o si está considerando criar a su nieto o nietos, Usted no está solo. Cuando circunstancias imprevistas les impiden a los padres cumplir con sus deberes paternos, los abuelos suelen tomar la tarea de criar a sus nietos. La mayoría de los abuelos asume la responsabilidad de hacer de padres de sus nietos en un periodo de sus vidas que está típicamente reservado para el retiro, dejando atrás sus sueños de jugar y de visitar por recreación. Estos abuelos precisan apoyo y acceso a recursos comunitarios que los ayuden a sobrellevar las cuestiones de paternidad que surgen de su particular situación. También necesitan cuidar su propia salud y bienestar, para poder cumplir los desafíos y las demandas del ser padres.

### ¿Quiénes son los abuelos que están criando a sus nietos?

Hoy no existe un único aspecto de la situación de los abuelos que están criando nietos. Usted puede estar retirado o trabajando. Puede ser varón o mujer, divorciado, casado o viudo. Puede estar luchando con sus finanzas o tener recursos más que suficientes para afrontar los gastos y la diversión durante meses. Puede no haber terminado nunca la preparatoria o contar con un título universitario y aún más. De hecho, un “abuelo” no necesita ser un pariente biológico. Puede tratarse de una persona mayor que es amigo cercano de la familia, o un pariente mayor, como una tía o un tío, del niño que necesita cuidados paternos.

Los abuelos pueden tener o no tener la guarda legal o la custodia, pueden haber adoptado o no a sus nietos. Para aquellos abuelos sin autoridad legal, las tareas paternas, tales como proveer al niño de seguro de salud, consentir un tratamiento médico o inscribirlo en una escuela, pueden resultar difíciles.

## ¿Qué motiva a los abuelos a criar a sus nietos?

En general, los abuelos crían a sus nietos debido a uno o ambos padres de éstos han muerto o tienen problemas que les impiden brindar a sus niños un cuidado bueno, consistente y amoroso. De este modo, si Usted es un adulto mayor que está cuidando a su nieto o nietos, Usted está casi de seguro motivado para ello porque se interesa profundamente por sus nietos y desea hacer todo lo necesario para brindarles un entorno hogareño sustentable y seguro.

Entre los ejemplos del tipo de problemas que puede padecer un padre cuyo hijo está siendo criado por un pariente mayor, se pueden incluir: dificultades de salud mental, impedimentos físicos, abuso de drogas y alcohol y/o encarcelación. Algunos abuelos crían a su nieto o nietos debido a la muerte del padre del niño a causa de un accidente, suicidio o enfermedad terminal. La razón también puede ser que la madre del niño se embarazó a edad temprana y carece de la responsabilidad o la estabilidad financiera necesarias para brindar cuidados a su hijo. Otras veces, la razón por la que los niños no están siendo criados por sus propios padres es que éstos los abandonaron, abusaron o descuidaron, y los tribunales han ordenado que se los retire del cuidado de sus padres. También podría ser debido a que el padre es soltero o divorciado y necesita ayuda por razones de estudio o de trabajo.

A veces, la situación es temporal, como en el caso de crisis financieras o médicas específicas, descuido de los niños o abuso. A veces es permanente, como en el caso de muerte. Durante las situaciones temporales, cuando se brinda asistencia a tiempo parcial o a tiempo total, los abuelos generalmente tienen la esperanza de que los padres del niño van a superar la crisis y, eventualmente, van a retomar su rol legítimo de principal cuidador. Algunas situaciones, que en un principio se consideraban temporales, terminan siendo permanentes.

Los abuelos generalmente toman el papel de cuidadores por amor a sus nietos y a su familia. La atención de los nietos también puede ser una necesidad: puede no haber más que extraños para ejercer ese rol, situación que a menudo se considera una opción inaceptable para un abuelo que elige criar a sus nietos. En estas situaciones, los sentimientos de amor incondicional de un abuelo se combinan con un sentimiento profundamente arraigado de responsabilidad y compromiso familiares.

## ¿Cuáles son algunos de los beneficios de criar nietos?

Existen muchos beneficios, tanto para los niños como para los abuelos, cuando éstos se convierten en padres sustitutos. Los abuelos pueden brindar a sus nietos estabilidad, predictibilidad y un modelo de rol saludable. También aportan al proceso paternal los beneficios de la experiencia y de la perspectiva.

Brindar atención a los nietos ayuda a algunos cuidadores mayores a sentirse jóvenes y activos, otorgándoles un gran propósito de vida. Los abuelos pueden rejuvenecer al recibir amor y compañía de parte de sus nietos. Algunos abuelos ven el hecho de hacer de padres de sus nietos como la oportunidad de criar a un niño de una manera distinta por segunda vez. Claro que muchos abuelos tienen un vínculo familiar intenso y, a pesar de los desafíos, obtienen satisfacción al comportarse como padres de sus nietos.

## ¿Qué desafíos de la paternidad podrían enfrentar los abuelos?

Transformarse en padres de una generación a la cual no se pertenece presenta un sinnúmero de desafíos. Usted podrá darse cuenta de que le resulta difícil decir “no” o establecer límites si siente lástima por sus nietos en razón de las circunstancias que los llevaron a estar bajo su cuidado. O, a la inversa, puede estar preocupado porque, sin una educación estricta, sus nietos podrían no respetar su autoridad. Los niños de padres que no pueden ocuparse de ellos tienen más probabilidades de presentar problemas emocionales y de conducta, tales como comportamientos rebeldes o que buscan poner a prueba los límites. Los niños, además, pueden experimentar emociones intensas, como preocuparse por sus padres, sentir culpa por la ruptura de la familia o inquietud acerca de su bienestar si algo le ocurriera a su abuelo. Usted podría tener que ayudar a sus nietos a sobrellevar estas cuestiones.

Adicionalmente, Usted puede no sentirse actualizado respecto de las últimas modas pasajeras, programas de TV, películas, Internet y música juveniles. De modo similar, puede no sentirse un erudito en las materias que se enseñan en las escuelas o sobre los nuevos métodos que se utilizan para impartirlas. Esto le dificulta a Usted la comunicación con sus nietos, compartir las experiencias diarias o entender su comportamiento.

A veces, un nieto adolescente puede abusar de su abuelo financieramente, físicamente o sexualmente. El abuelo puede estar avergonzado o tener temor de discutir la situación. Profesionales como los pediatras o los trabajadores sociales suelen no estar al tanto de que en un hogar donde los abuelos están criando nietos puede existir abuso de los mayores. Por lo tanto, estos profesionales a menudo no se fijan en los signos de advertencia o en los síntomas de abuso de mayores, ni abordan el tema durante una conversación. La única forma de detener el abuso es contárselo a alguien y obtener ayuda.

En la mayoría de las comunidades hay profesionales disponibles para ayudarlo con la mayoría de las cuestiones y los desafíos de la paternidad. Los profesionales de la salud mental, incluyendo psiquiatras de niños y de adolescentes, las agencias de salud mental comunitaria y de bienestar infantil y las asociaciones de padres y maestros pueden constituir recursos importantes.

## ¿Cómo Sobrellevan los Abuelos su Nueva Situación de Vida?

Cuidar a los nietos puede ser uno de los hechos más desafiantes, así como uno de los más gratificantes de su vida. Puede exigirle hacer algunos cambios en su vida diaria. Algunos aspectos de su vida que podrían necesitar adaptarse incluyen:

- **Financiero.** Los costos de criar a un nieto o nietos probablemente impactarán en su presupuesto o su fondo de retiro. Podrían afectar planes que Usted hubiese hecho para Usted mismo, tales como vacaciones, reparaciones hogareñas o una inversión.

*Sugerencia:* Dependiendo de su situación financiera, Usted puede tener que determinar si existen beneficios de asistencia gubernamental disponibles para ayudar a cubrir los costos del cuidado de niños. Dichos beneficios pueden cubrir alimentación, gastos de vivienda, vestimenta, así como cuidado de salud física y mental o crédito impositivo por rentas/niños. Por ejemplo, si su nieto sufre algún tipo de discapacidad o el padre de él ha muerto, él puede ser elegible para recibir un cheque de la Seguridad Social cada mes. O quizás su nieto puede calificar para el Programa de Seguros de Salud Infantil (PIS) (*Children's Health Insurance Program – CHIP*) de su estado. También puede haber asistencia financiera del gobierno disponible, especialmente si el niño fue abandonado, descuidado o abusado.

- **Social.** Usted puede aislarse del grupo de su propia edad, muchos de cuyos integrantes, si no todos, están atravesando una experiencia más tradicional de abuelazgo. “Ser padre” puede haberse vuelto lo único que Usted hace. Este aislamiento puede llevar a la infelicidad y la frustración.

*Sugerencia:* Usted, como alguien que brinda cuidados, también necesita tiempo para concentrarse en Usted mismo. Esto es perfectamente aceptable y para nada egoísta. Es importante para Usted seguir en contacto con sus pares y continuar las actividades que disfruta. Tómese un descanso de sus nietos para hacer un recado, pasar tiempo solo o con su cónyuge o con un amigo, o incluso para asistir a alguna clase. Este tiempo alejado de la crianza de niños es esencial para ser una persona más relajada y un mejor abuelo para sus nietos. Es saludable cultivar intereses fuera de las responsabilidades familiares para mantenerse emocionalmente equilibrado. Busque en su familia, círculo de amigos o comunidad, personas comprensivas y compasivas con su situación. Estos individuos probablemente formarán una red de apoyo para Usted, para acudir cuando surjan los problemas.

- **Físico.** Su cuerpo puede no estar listo para encargarse de tener que dar de comer en medio de la noche y de las constantes ocasiones en que deberá levantar o inclinarse mientras persigue a los pequeños. También puede resultar difícil mantener el ritmo de los niños en edad de escuela secundaria, hallar energías para ayudar los que están cursando la escuela media con sus tareas, o asistir a las actividades o conferencias escolares.

*Sugerencia:* Desempeñar el rol de padre siendo un adulto mayor implicará nuevas demandas para su tiempo, energías y recursos familiares. El ejercicio regular puede aliviar el estrés físico y mental. Como adulto mayor, Usted puede enfrentar enfermedades y condiciones comunes relacionadas con su edad. Las presiones añadidas de actuar como padre pueden exacerbar cualquier condición preexistente. Es importante que Usted salvaguarde su salud y consulte rápidamente cualesquiera preocupaciones que pudiera tener respecto de ella, a fin de estar óptimamente preparado para los desafíos de su rol de padre. Su proveedor del cuidado de la salud debería estar enterado de sus circunstancias especiales y estar disponible y sensible a sus necesidades físicas. Así, es importante encontrar un médico de atención primaria (o general) con quien Usted se sienta cómodo hablando acerca de su situación familiar y de sus efectos potenciales

sobre su salud. Cuando los niños dependen de Usted para su bienestar, es de vital importancia que se ocupe de Usted mismo viendo a su médico en forma regular.

- **Emocional.** La transición entre ser un adulto mayor sin personas dependientes y criar nietos puede ser muy traumática. Dedicar su tiempo, su energía y su dinero para hacerse cargo de las responsabilidades de ser un padre primario de nuevo, puede fomentar sentimientos tales como el dolor, la furia, el resentimiento y, posiblemente, la culpa, llevándolo a la depresión o a la ansiedad. El estrés de ser padre puede aumentar cuando en forma simultánea se producen otras demandas de su atención. Estas demandas pueden incluir el ocuparse de su propio padre, hermano o cónyuge mayores. Algunos abuelos pueden sentirse culpables o avergonzados de que sus propios hijos no sean capaces de ser padres de los que se pueda depender. Otros pueden sentirse culpables y descorazonados si no son capaces de criar a los nietos que necesitan cuidados.

*Sugerencia:* se trate de un amigo, un miembro de la familia o un consejero de salud mental, será importante para Usted tener alguien con quien hablar y en quien Usted confíe y que sea lo suficientemente compasivo y comprensivo para guiarlo hasta un profesional apropiado en busca de ayuda si la necesita. Asistir a grupos de apoyo puede permitirle conocer a otros abuelos que están haciendo de padres otra vez. El entorno de grupo brinda la oportunidad de compartir experiencia y aprender del otro.

- **Legal.** Sin autoridad legal, muchos cuidadores enfrentan dificultades para prestar consentimiento a servicios médicos, dentales y psicológicos que sus nietos necesitan. Debido a que las leyes estatales varían, ellos podrían no estar en condiciones de recibir beneficios públicos como *Medicaid*. En forma alternativa, el proceso legal puede ser largo y costoso, y puede dañar una relación de por sí frágil con el padre biológico. Usted incluso podría preocuparse por qué ocurriría con su nieto si algo le ocurriera a Usted.

*Sugerencia:* Usted podría querer poner en la balanza los pros y los contras de obtener la guarda, la custodia o la adopción legal. También podría considerar cambiar documentos legales que ya existían antes de asumir el cuidado de un nieto. Por ejemplo, Usted puede querer renovar su testamento a fin de incluir a un nieto como beneficiario de su herencia, o puede querer designar a otro cuidador primario como guardador en el caso de que algo le ocurriera a Usted.

- **Habitacional/vivienda.** Dónde vivir puede constituir un obstáculo significativo cuando se decide criar a un nieto. Usted puede no tener un cuarto extra para que el niño viva, o puede habitar en una residencia donde no se admiten niños.

*Sugerencia:* Al decidir criar a un nieto, Usted puede necesitar considerar una mudanza si no cuenta con espacio suficiente o si la residencia donde habita no admite niños. Si el niño puede moverse dentro de su casa, podrían necesitarse algunos ajustes; por ejemplo, quizás un área común de estar se transforme en un cuarto de dormir, se comparta un baño, o posesiones valiosas que ocupen espacio deban ser trasladadas o protegidas.

## Dónde obtener ayuda

### Recursos Nacionales

**Centro de Información para Abuelos de AARP (CIA) (AARP's Grandparent Information Center – GIC).** Este Centro ofrece información y recursos sobre todas las cuestiones que enfrentan los abuelos que están criando nietos, a través de artículos, una cartilla de novedades, pizarras de mensajes y más. También contiene una búsqueda para localizar un grupo de apoyo en su zona. Lo ayudará a encontrar las agencias y la asistencia que necesita.

Teléfono: 202-434-2296 u 800-434-3410

Sitio Web: [www.aarp.org/families/grandparents/gic/](http://www.aarp.org/families/grandparents/gic/)

**Asociación Americana de la Barra de Abogados (American Bar Association).** Esta asociación puede derivarlo a abogados que pueden a su vez ayudarlo con cuestiones de guarda, adopción y custodia.

Número de teléfono: 800-285-2221. Sitio Web: [www.abanet.org/home.html](http://www.abanet.org/home.html)

**Generaciones Unidas (GU) Centro Nacional sobre Abuelos y Otros Parientes Que Crían Niños (Generations United – GU National Center on Grandparents and Other Relatives Raising Children).** Esta organización busca mejorar la calidad de vida de los parientes cuidadores y de los niños que ellos están criando. Brinda información útil sobre cuestiones comunes que deben enfrentar los abuelos, incluyendo opciones legales, beneficios públicos, legislación estatal y federal, grupos de apoyo y otros recursos. Teléfono: 202-289-3979

Sitio Web: <http://www.gu.org/projg&o.htm>

**El Sitio de los Abuelos (*GrandsPlace*).** Este sitio *on-line* para abuelos y demás personas que están criando niños ofrece apoyo mutuo mediante pizarras de mensajes, salones de *chat* y también brindando información de recursos.

Sitio *Web*: [www.grandsplace.com](http://www.grandsplace.com)

**Comité Nacional para la Prevención del Abuso de Mayores (*National Committee for the Prevention of Elder Abuse*).** Un sitio *Web* exhaustivo con información sobre abuso de mayores, incluyendo cómo denunciar el abuso, qué servicios están disponibles para detener el abuso y cómo hallar esos servicios en su comunidad. Teléfono: 202-682-4140. Sitio *Web*: [www.preventelderabuse.org](http://www.preventelderabuse.org)

### **Recursos de la Ciudad de Nueva York**

**CornellCARES.** Este sitio *Web*, desarrollado y mantenido por la Facultad de Medicina Weill de la División de Geriátría y Gerontología de la Universidad de Cornell (*Weill Medical College of Cornell University's Division of Geriatrics and Gerontology*), brinda un directorio basado en la *Web* de fácil acceso, de los proveedores de cuidado de salud mental de *Medicare* de la ciudad de Nueva York. Algunos de ellos se especializan el tratamiento de las cuestiones que deben enfrentar los abuelos que están criando nietos. Ingrese a *CornellCARES.com* y haga clic en *Provider Directory* (Directorio de Proveedores) para comenzar la búsqueda de proveedores.

**Departamentos Familiares de Abuelos (*Grandparent Family Apartments*).** Un edificio de departamentos de 51 unidades en South Bronx, el primer desarrollo público en los Estados Unidos diseñado y construido exclusivamente para abuelos que están criando nietos. Los abuelos deben tener la custodia legal para ser elegibles para uno de estos departamentos. Teléfono: (212) 721-6032 ext. 248

**Centro de Recursos para Abuelos (*Grandparent Resource Center*).** Este Centro forma parte del Departamento de la Ciudad de Nueva York para el Envejecimiento (*New York City Department for the Aging*), y ofrece una amplia variedad de servicios y ayuda para abuelos que están ejerciendo el rol de padres, incluyendo derivaciones, cuidado de pausa, grupos de apoyo, recursos de beneficios financieros y de salud, información sobre adopción. Teléfono: 212-442-1094.  
Sitio *Web*: <http://www.nyc.gov/html/dfta/html/grc.html>

**El Centro de la Familia (*The Family Center*).** El Centro de la Familia ofrece una amplia variedad de servicios a los abuelos, incluyendo cuidado de pausa, consejo legal y mediación familiar.

Teléfono: 212-766-4522 u 800-219-4522.

Sitio *Web*: [www.thefamilycenter.org](http://www.thefamilycenter.org)

**Centro del Vecindario de Lincoln Square (*Lincoln Square Neighborhood Center*).** Este consejo ofrece servicios tales como actividades infantiles y juveniles, consejo y defensa legales, y asistencia para la obtención de asistencia financiera para el cuidado de los nietos.

Teléfono: 212-874-0860.

*Este material le brinda información general y breve sobre este tema del cuidado de la salud. Sin embargo, éste no reemplaza las instrucciones específicas de sus proveedores del cuidado de la salud. Para obtener respuestas a otras preguntas que usted pueda tener, consulte a su médico o a otro proveedor del cuidado de la salud.*

Copyright NewYork-Presbyterian Hospital 2005. Se reserva todos los derechos.