

Rutinas de despedida y ansiedad de separación de la madre en niños de 3 a 5 años

Farewell routines and separation anxiety in children aged 3 to 5 years

María Priscila Suárez Roca

Universidad Estatal Península de Santa Elena
maria.suarezroca6057@upse.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0004-8935-3837>
Salinas – Ecuador

Kelly Marianela Villon Cristóbal

Universidad Estatal Península de Santa Elena
kelly.villoncristobal4811@upse.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0002-0640-106X>
La Libertas – Ecuador

Valery Nicolle Borbor Yagual

Universidad Estatal Península de Santa Elena
valery.borboryagual3005@upse.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0004-4101-1600>
Salinas – Ecuador

Zully Adriana Gonzabay Del Pezo

Universidad Estatal Península de Santa Elena
zully.gonzabaydelpezo4556@upse.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0006-2092-9249>
Salinas – Ecuador

Wladimir Calixto Salinas Magallanes

Universidad Estatal Península de Santa Elena
wladimir.salinasmagallanes8199@upse.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0000-2495-6902>
Santa Elena – Ecuador

Ruth Esther Peñafiel Villarreal

Universidad Estatal Península de Santa Elena
rpenafielv@upse.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-2667-7856>
Guayaquil – Ecuador

Formato de citación APA

Suárez, M., Villón, K., Borbor, V., Gonzabay, Z., Salinas, W. & Peñafiel, R. (2025). Rutinas de despedida y ansiedad de separación de la madre en niños de 3 a 5 años. Revista REG, Vol. 4 (Nº. 3). p. 1937 – 1956.

CIENCIA INTEGRADA

Vol. 4 (Nº. 3). Julio - Septiembre 2025.

ISSN: 3073-1259

Fecha de recepción: 13-09-2025

Fecha de aceptación :22-09-2025

Fecha de publicación:30-09-2025

RESUMEN

Este estudio se lo realizó en la Provincia de Santa Elena con el fin de entender como las rutinas de despedida influyen en la reducción de la ansiedad por separación en los niños de 3 a 5 años. En esta investigación se utilizó un enfoque exploratorio, descriptivo por medio de un instrumento que mide las conductas de un niño evaluando a 40 niños, un cuestionario aplicado 40 madres, cuidadores principales o docentes para poder obtener la información requerida. Los resultados más visibles fueron que las conductas de ansiedad comunes en el momento que el niño se separa de su madre es el llanto o grito con el 65 % de la población observada, otra de las conductas que se observó fue la negación o soltarse de su madre con el 62.50 %, sin dejar a un lado la forma en cómo se expresa en el momento de la separación con el 60%. Refiriéndonos a las rutinas de despedida el 40% de las madres o cuidadores principales afirmo que su rutina es un beso y un abrazo, el 47.50% indico que si existe una rutina de despedida y la mayoría de las madres con el 65% piensa que en la forma que se despiden influye mucho en la reacción del niño, el 52.50% de los niños logra integrarse con mucha facilidad con sus pares después de la despedida esto da a entender que la despedida fue exitosa. Este estudio tuvo como objetivo principal determinar los factores determinantes de las rutinas de despedida en la reducción de la ansiedad de separación de la madre en niños de 3 a 5 años.

PALABRAS CLAVE: Ansiedad, Exploratorio, Determinante, Influye, Socioemocional.

ABSTRACT

This study was conducted in the province of Santa Elena to understand how farewell routines influence the reduction of separation anxiety in children aged 3 to 5. An exploratory, descriptive approach was used, employing an instrument to measure children's behaviors. Forty children were assessed, and a questionnaire was administered to 40 mothers, primary caregivers, or teachers to obtain the necessary information. The most common anxiety behaviors observed during separation from the mother were crying or screaming (65% of the sample), followed by resistance or pulling away from the mother (62.50%), and verbal expressions of distress (60%). Regarding farewell routines, 40% of mothers or primary caregivers stated that their routine consisted of a kiss and hug, while 47.50% indicated that they had a specific farewell routine. Most mothers (65%) believed that the way they said goodbye significantly influenced the child's reaction. Furthermore, 52.50% of the children easily integrated with their peers after the separation, suggesting that the farewell was successful. The main objective of this study was to determine the key factors of farewell routines in reducing separation anxiety from the mothers in children aged 3 to 5.

KEYWORDS: Anxiety, Exploratory, Determinant, Inferential, Socioemotional.

INTRODUCCIÓN

La primera etapa del desarrollo emocional y social de los infantes es muy importante ya que de eso depende como se pronostica en un futuro, la separación de su madre o cuidador principal es representativo en la infancia en el momento de ingresar en el entorno educativo. Dicha separación frecuentemente genera síntomas de ansiedad los cuales se demuestran a través de la resistencia, llanto, miedo, y un apego a su cuidador de manera excesiva. Varios estudios logran comprobar que con una buena implementación de rutinas de despedida estructuradas eliminan poco a poco estas consecuencias negativas, motivo por el cual facilita la facilitación y adaptación del niño en el entorno escolar induciendo a una convivencia emocional entre los niños, docentes y padres de familia.

Richardson et al., (2021) en su investigación determinan que si las madres generan un apego seguro en el niño generan un niño más seguro y confiable, por tal motivo es fundamental priorizar la salud emocional del niño. (Salto Cubillos et al., 2024), resalta que la relación de la madre o cuidador principal durante la separación es fundamental para un desarrollo socioemocional estable, destacando que la separación de la madre no es el punto central si no la forma y la calidad emocional que se presenta en ese momento fundamentada en la teoría de John Bowlby. También nos da una visión más actualizada y actualizada acerca del desarrollo infantil dejando atrás la enseñanza tradicional ofreciéndonos una perspectiva holística acerca del Desarrollo Infantil Integral (DII) mediante el cual promueve la diversidad.

Knopp et al., (2022) nos da referencia que si existe una buena comunicación entre el padre y la madre que son los principales cuidadores del niño, este ambiente de armonía ayudara rotundamente a generar un apego seguro y ayuda en el bienestar del niño en su entorno escolar.

MÉTODOS Y MATERIALES

Esta investigación fue tipo exploratoria ya que se busca conocer un tema poco estudiado identificando variables e hipótesis relevantes en este estudio observando cómo reaccionan los niños de 3 a 5 años al separarse de su madre al inicio de clases. También usamos la investigación descriptiva por que describe situaciones o comportamientos sin establecer causales por medio de encuestas y listas de cotejo ya que registra la frecuencia del llanto, aferramiento o rechazo de los niños al momento de ser separados de su madre, en la investigación correlacional buscamos analizar la relación entre las dos variables y determinar si hay una conexión entre ellas, dando nos a conocer si existe un apego seguro o inseguro y el nivel de ansiedad. Valiéndonos en un enfoque cuantitativo analizando datos numéricos y verificando su conexión entre las variables, en el uso de entrevistas de forma objetiva y

verificable, generalizando resultados nos permitió medir la frecuencia de llanto y aferramiento en 40 niños y relacionarlas con la rutinas de despedida. En el diseño de la investigación no experimental se observa variables sin manipularlas registrando los fenómenos tal como ocurren, solo se limitó a observar y medir las conductas, de ansiedad de los niños al momento de separarse de su madre o cuidador principal en el aula sin alterar la rutina diaria que tenía la docente. En el diseño correlacional analizamos la relación entre las dos variables sin manipularlas analizando la relación entre los dos tipos de apego seguro o inseguro y el nivel de ansiedad que presentan los niños de 3 a 5 años.

El instrumento que se utilizó fue la lista de cotejo ya que es un instrumento estructurado para marcar la presencia o ausencia de ciertos comportamientos en donde nos permitió saber si el niño se aferra al adulto, rechaza la actividad propuesta o se integra de manera adecuada tras la separación. En el cuestionario que son preguntas estructuradas y cerradas o abiertas para que los participantes respondan, recolectando datos para medir la frecuencia o intensidad de las conductas. De ansiedad en el aula y las estrategias que se aplican para una adaptación adecuada.

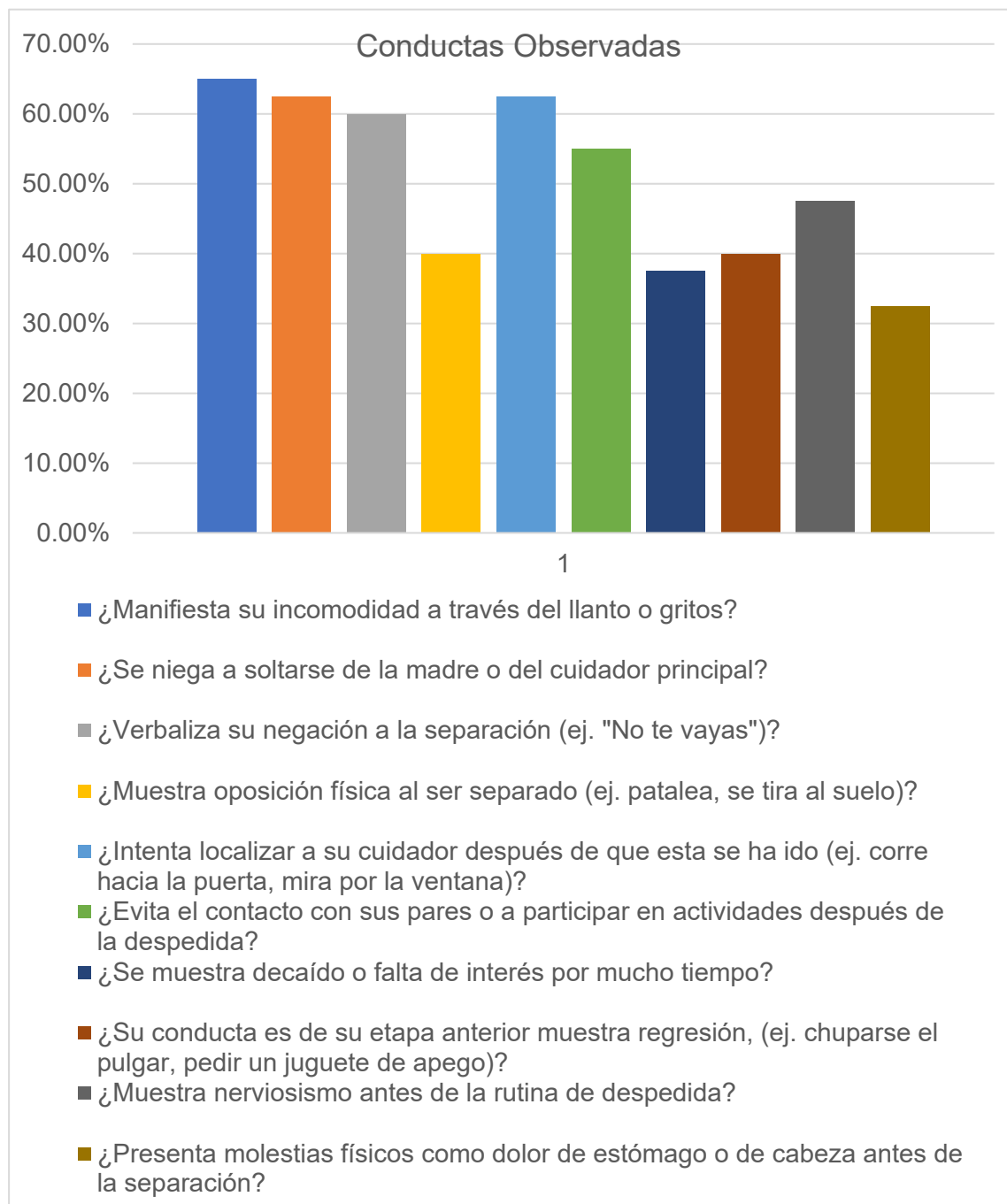
En muestra no probabilística fue por conveniencia se compuso por estudiantes del tercer semestre de la carrera educación inicial se seleccionó de estado se basó a la facilidad y disponibilidad de los participantes, La información que se obtuvo de la encuesta y lista de cotejo permitirá analizar su percepción de este fenómeno en un entorno escolarizado. Para la validación de los instrumentos de investigación se realizó un proceso de validación por juicios de expertos del área de educación inicial quienes evaluaron con claridad y pertinencia cada ítem con sus objetivos de estudio.

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de carácter no experimental y correlacional, en el que se observaron y midieron conductas de ansiedad en 40 niños de 3 a 5 años durante el momento de separación de su madre o cuidador principal, sin alterar la rutina diaria de la docente. Se utilizaron como instrumentos una lista de cotejo, que permitió registrar la presencia o ausencia de conductas como aferramiento, rechazo a la actividad o integración adecuada, y un cuestionario con preguntas estructuradas para medir la frecuencia e intensidad de dichas conductas, así como las estrategias aplicadas para una adaptación favorable. La muestra fue no probabilística por conveniencia, conformada por estudiantes de tercer semestre de la carrera de Educación Inicial, quienes facilitaron el acceso y disponibilidad de la información. Para asegurar la validez de los instrumentos se realizó un proceso de juicio de expertos en el área, quienes verificaron la pertinencia y claridad de los ítems en relación con los objetivos de estudio.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Tabla 1.

Medición de la frecuencia y porcentaje de conductas observables en todos los niños



Nota: Elaboración de los investigadores, 2025

Gráfico 1.

Conductas observadas

No	Conducta observada	Nº de niños que la presentan	Nº de niños que no la presentan	Población	Porcentaje de respuestas N° de niños que la presentan	Porcentaje de respuestas N° de niños que no la presentan
1	¿Manifiesta su incomodidad a través del llanto o gritos?	26	14	40	65,00%	35,00%
2	¿Se niega a soltarse de la madre o del cuidador principal?	25	15	40	62,50%	37,50%
3	¿Verbaliza su negación a la separación (ej. "No te vayas")?	24	16	40	60,00%	40,00%
4	¿Muestra oposición física al ser separado (ej. patalea, se tira al suelo)?	16	24	40	40,00%	60,00%
5	¿Intenta localizar a su cuidador después de que esta se ha ido (ej. corre hacia la puerta, mira por la ventana)?	25	15	40	62,50%	37,50%
6	¿Evita el contacto con sus pares o a participar en actividades después de la despedida?	22	18	40	55,00%	45,00%
7	¿Se muestra decaído o falta de interés por mucho tiempo?	15	25	40	37,50%	62,50%
8	¿Su conducta es de su etapa anterior muestra regresión, (ej. chuparse el pulgar, pedir un juguete de apego)?	16	24	40	40,00%	60,00%
9	¿Muestra nerviosismo antes de la rutina de despedida?	19	21	40	47,50%	52,50%
10	¿Presenta molestias físicas como dolor de estómago o de cabeza antes de la separación?	13	27	40	32,50%	67,50%

Nota: Elaboración de los investigadores, 2025

La interpretación de los valores presentados en las tablas es fundamental en el análisis porcentual, el cual permite cuantificar el grado de cumplimiento de los indicadores establecidos en la lista de cotejo. Cada porcentaje representa la proporción de niños que alcanzaron los criterios como; manifestar incomodidad a través del llanto, mostrar un retroceso en el desarrollo o verbalizar su negación a la separación. Esta representación numérica posibilita identificar tendencias generales, así el valor más alto es de 80% en la conducta observada "Verbaliza su negación a la separación 'No te vayas'", el porcentaje medio es el 45% en la conducta observada "Evita el contacto con sus pares o a participar en actividades después de la despedida" y el más bajo 5% en la conducta observada "Presenta molestias físicas como dolor de estómago o de cabeza antes de la separación". En consecuencia, el análisis porcentual no solo aporta claridad en la exposición de los resultados, sino que también constituye una herramienta esencial para la toma de decisiones fundamentadas en evidencia que origina información como el nivel de ansiedad por separación que experimentan los niños, las conductas más recurrentes que presentan y el grado de adaptación que tienen en el centro educativo

Tabla. 2

Análisis de frecuencia y porcentaje de respuestas seleccionadas por madres o docentes.

Pregunta	Opción de respuesta	N° de respuestas	Población	Porcentaje de respuestas
1. ¿Cuál es la reacción del niño en el momento de la despedida en la guardería o la escuela?	Siempre llora y se aferra a mí.	12	40	30%
	Llora por un momento, pero se calma rápidamente.	12		30%
	A veces llora, a veces no. Es impredecible.	6		15%
	Generalmente acepta la separación sin llorar.	10		25%
TOTAL		100%		
2. De manera general ¿Qué tiempo dura su llanto o angustia después de que usted se va?	Más de 15 minutos.	10	40	25%
	Entre 5 y 15 minutos.	11		27,50%
	Menos de 5 minutos.	9		22,50%
	No presenta reacción de llanto.	10		25%
TOTAL		100%		
3. ¿El niño presenta algún malestar físico como (dolor de estómago, dolor de cabeza) en el momento de la despedida?	Sí, ocurre casi siempre.	6	40	15%
	Ocurre ocasionalmente, pero no siempre.	8		20%
	No, nunca he notado síntomas físicos.	22		55%
	No estoy seguro.	4		10%
TOTAL		100%		
4. ¿Cuál es la rutina más aplicada que utiliza con el niño?	No tengo una rutina fija. Me despido de forma rápida.	11	40	27,50%
	Damos un abrazo y un beso, y me voy rápidamente.	16		40%
	Realizamos una rutina corta y predecible (ej. "abrazo, beso, chocar los cinco").	12		30%
	Tenemos una rutina larga con explicaciones detalladas.	1		2.5%
TOTAL		100%		
5. ¿Con qué frecuencia usted realiza la rutina de despedida?	Siempre.	19	40	47,50%
	La mayoría de las veces.	13		32,50%
	Rara vez.	5		12,50%
	Nunca.	3		7,50%

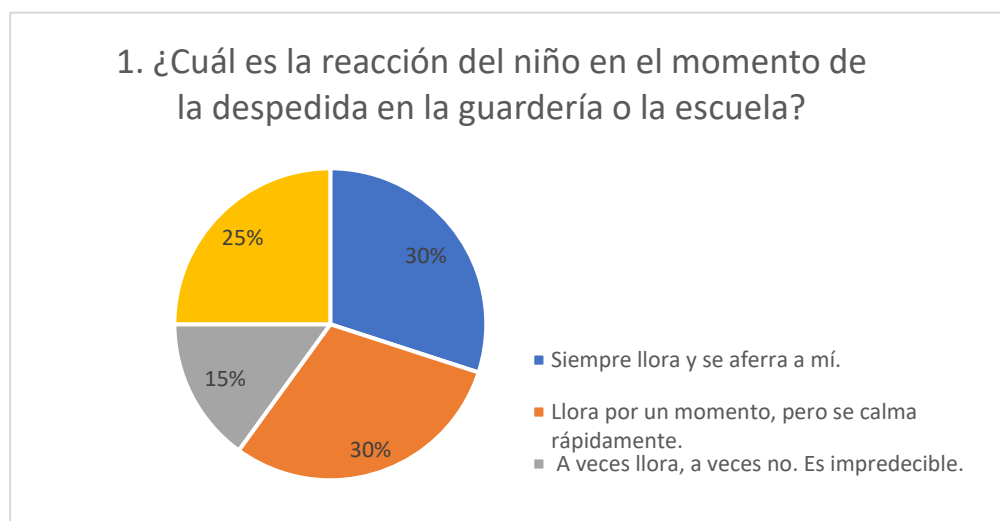
TOTAL		100%		
6. Después que se despide, ¿el niño presenta negación para relacionarse con los otros niños o su docente?	Sí, siempre se aísla por un tiempo.	6	40	15%
	Ocorre con frecuencia.	9		22,50%
	No, se integra con bastante facilidad.	21		52,50%
	No estoy seguro.	4		10%
TOTAL		100%		
7. ¿Ha identificado si el niño retrocede en su comportamiento como cuando era pequeño, (ej. chuparse el pulgar, pedir un biberón)?	Sí, es un comportamiento recurrente.	9	40	22,50%
	Ocorre solo cuando la ansiedad es alta.	7		17,50%
	Ocorre rara vez.	8		20%
	No, no he notado este tipo de comportamientos.	16		40%
TOTAL		100%		
8. ¿Lograrías identificar que tan nervioso o ansioso se muestra el niño al acercarse el momento de la separación?	Muy ansioso; lo demuestra con llanto o irritabilidad.	7	40	17,50%
	Un poco ansioso; se pone más callado.	15		37,50%
	No muestra signos de ansiedad.	15		37,50%
	No estoy seguro de cómo identificarlo.	3		7,50%
TOTAL		100%		
9. ¿Usted cree que la forma en que se despide o se separa del niño influye en su reacción?	Sí, creo que mi rutina tiene un gran impacto.	12	40	30%
	Sí, creo que tiene un impacto menor.	14		35%
	No, creo que la despedida no es el factor principal.	9		22,50%
	No estoy seguro.	5		12,50%
TOTAL		100%		
10. ¿Podrías definir qué tipo de apego existe entre usted y su hijo?	Apego seguro y fuerte.	24	40	60%
	Apego generalmente seguro, pero con algunas dificultades.	9		22,50%
	Relación con dificultades en el apego.	2		5%
	No estoy seguro de cómo definirlo.	5		12,50%
TOTAL		100%		

Nota: Elaboración de los investigadores.2025

La interpretación de los valores presentados en las tablas se fundamenta en el análisis porcentual, el cual permite cuantificar respuestas a las preguntas del cuestionario. Cada porcentaje representa la proporción de niños quienes son sus madres que responden preguntas como: "¿Se angustia el niño o niña al llegar a la institución educativa?", "¿Le cuesta a usted como madre dejarle en la institución?" y "¿Manifiesta el niño o niña problemas de conducta?".

Gráfico.2

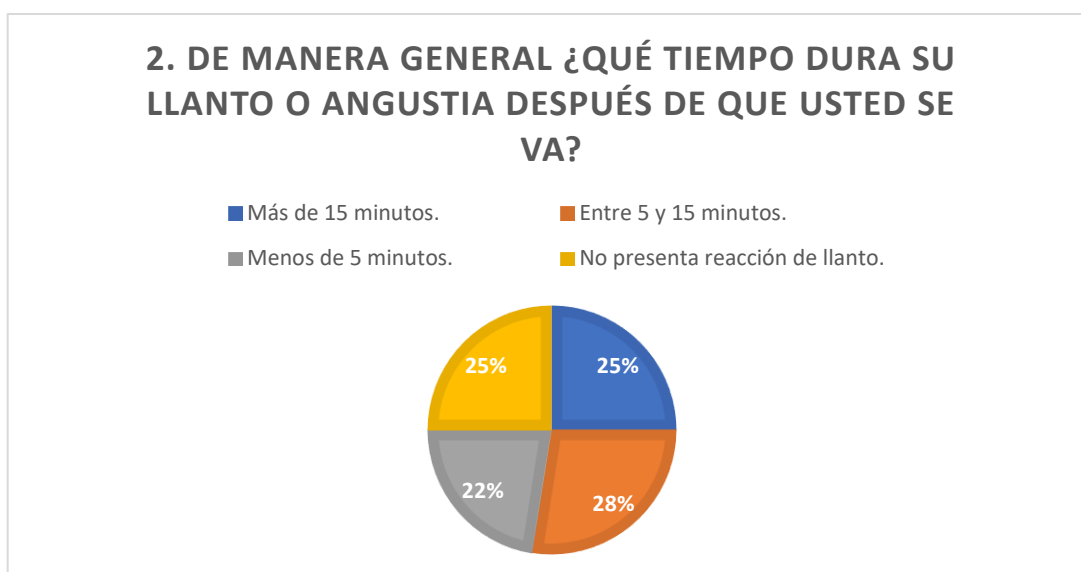
Porcentajes de respuesta a la pregunta 1



Nota: Elaboración de los investigadores, 2025

Gráfico.3

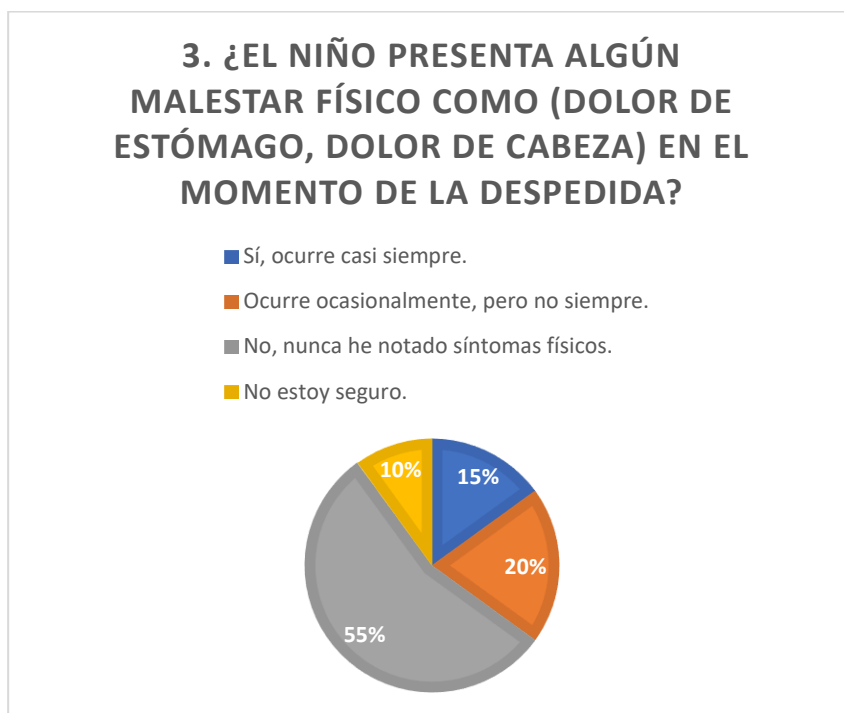
Porcentajes de respuesta a la pregunta 2



Nota: Elaboración de los investigadores, 2025

Gráfico.4

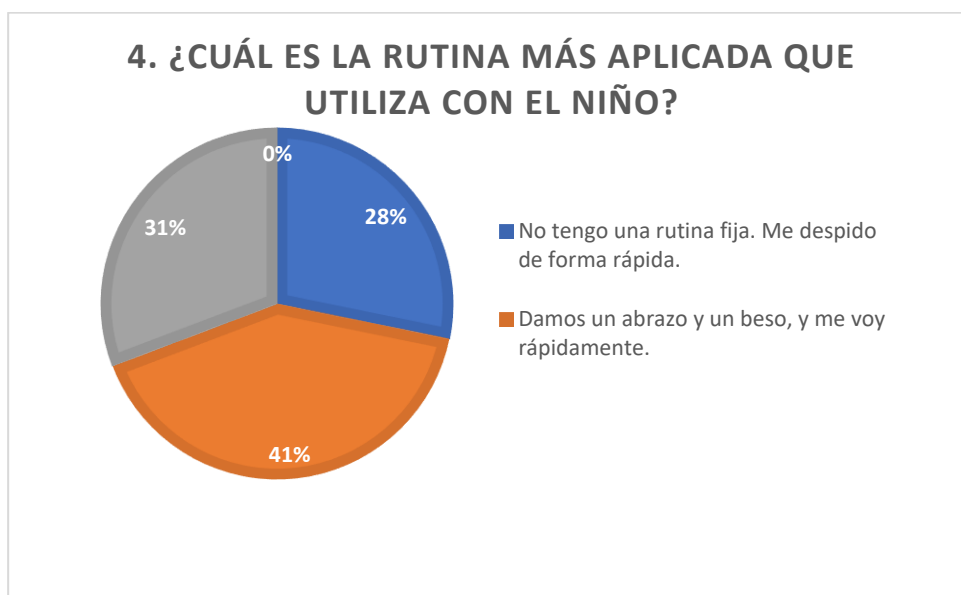
Porcentajes de respuesta a la pregunta 3



Nota: Elaboración de los investigadores.2025

Gráfico.5 Gráfico.

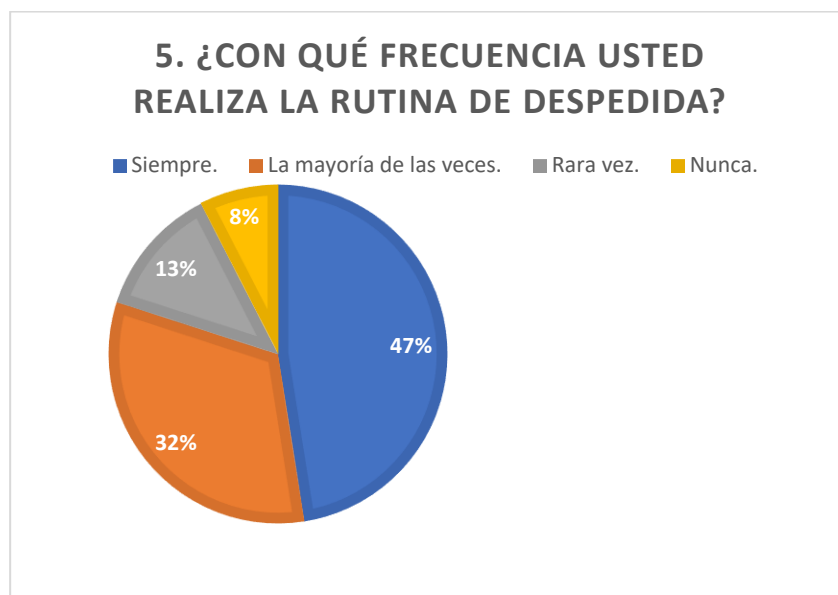
Porcentajes de respuesta a la pregunta 4



Nota: Elaboración de los investigadores.2025

Gráfico.6

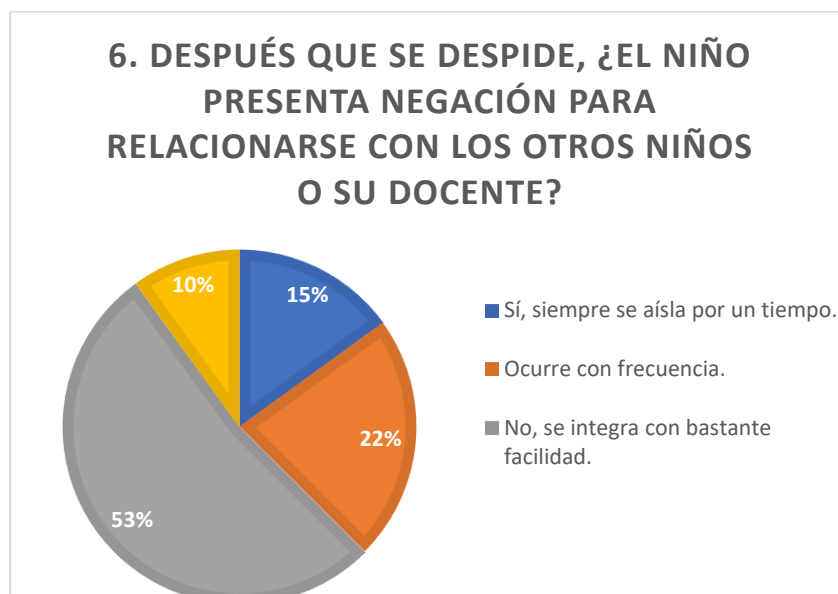
Porcentajes de respuesta a la pregunta 5



Nota: Elaboración de los investigadores

Gráfico.7

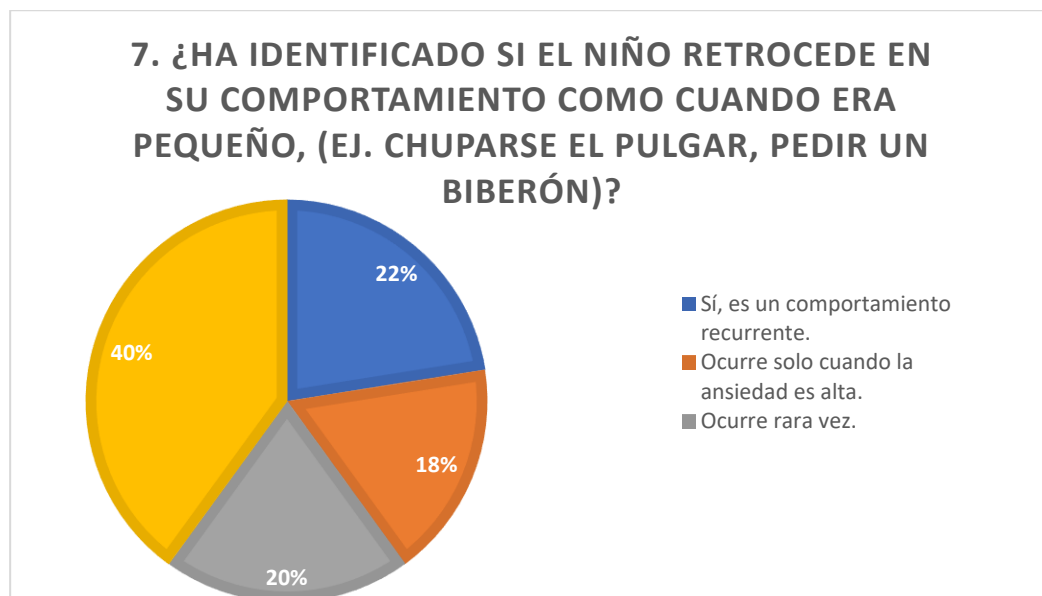
Porcentajes de respuesta a la pregunta 6



Nota: Elaboración de los investigadores.2025

Gráfico.8

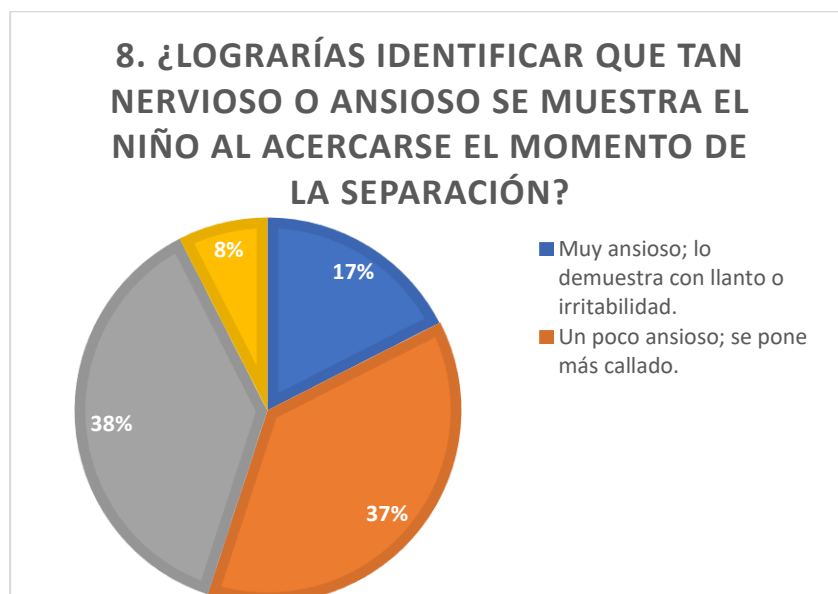
Porcentajes de respuesta a la pregunta 7



Nota: Elaboración de los investigadores.2025

Gráfico.9

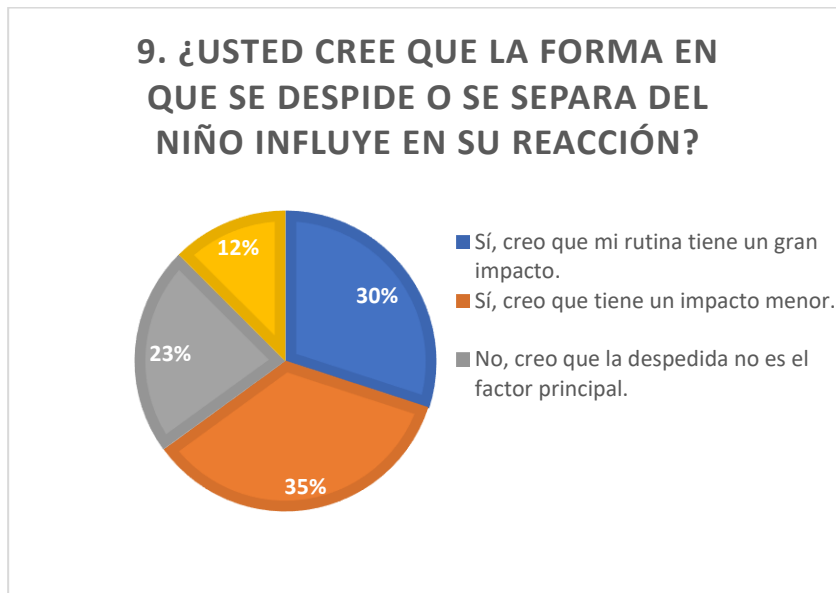
Porcentajes de respuesta a la pregunta 8



Nota: Elaboración de los investigadores.2025

Gráfico.10

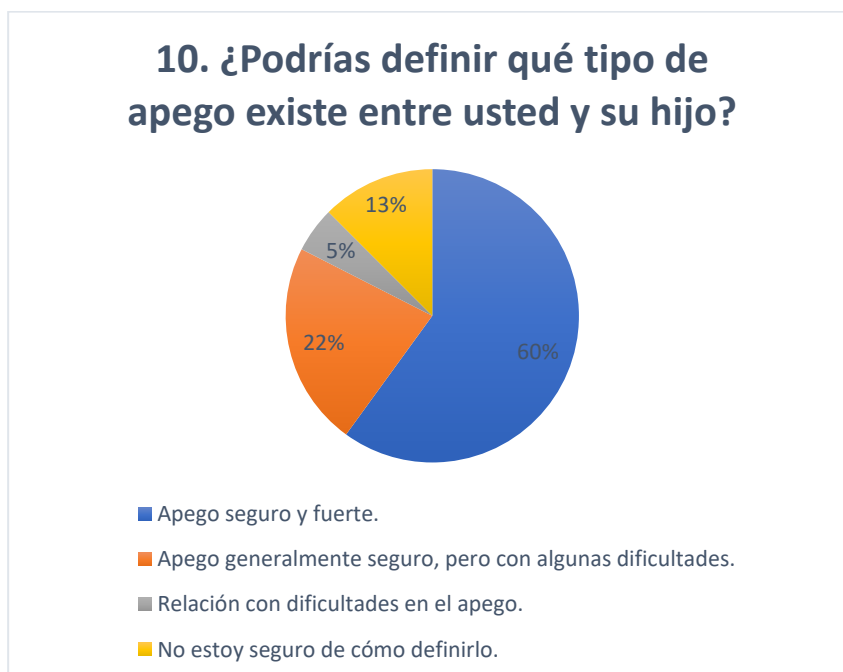
Porcentajes de respuesta a la pregunta 9



Nota: Elaboración de los investigadores.2025

Gráfico.11

Porcentajes de respuesta a la pregunta 10



Nota: Elaboración de los investigadores.2025

Esta representación numérica posibilita identificar tendencias generales, así el valor más alto es de 80% en la opción 1 de pregunta 1 con la respuesta Si se angustia y lo demuestra con llanto, el porcentaje medio es el 45% en la opción 2 de pregunta 1 con la respuesta No se angustia y el más bajo 5% en la opción 1 de la pregunta 1 con la respuesta Otro. Esta representación numérica posibilita identificar tendencias generales, así el valor más alto es de 80% en la opción 1 de pregunta 2 con la respuesta Si le cuesta, el porcentaje medio es el 45% en la opción 2 de pregunta 2 con la respuesta No me cuesta y el más bajo 5% en la opción 1 de la pregunta 2 con la respuesta A veces me cuesta.

Pero si tomamos en cuenta la representación numérica posibilita identificar tendencias generales, así el valor más alto es de 80% en la opción 1 de pregunta 3 con la respuesta Si presenta problemas de conducta, el porcentaje medio es el 45% en la opción 2 de pregunta 3 con la respuesta No presenta problemas de conducta y el más bajo 5% en la opción 1 de la pregunta 3 con la respuesta A veces presenta problemas de conducta.

En la cuarta pregunta la representación numérica posibilita identificar tendencias generales, así el valor más alto es de 80% en la opción 1 de pregunta 4 con la respuesta Si se angustia al momento de la despedida, el porcentaje medio es el 45% en la opción 2 de pregunta 4 con la respuesta No se angustia al momento de la despedida y el más bajo 5% en la opción 4 de la pregunta 1 con la respuesta No se angustia. Y para el cierre del instrumento en la quinta pregunta tenemos representación numérica posibilita identificar tendencias generales, así el valor más alto es de 80% en la opción 1 de pregunta 5 con la respuesta Si se resiste al despedirse de usted, el porcentaje medio es el 45% en la opción 2 de pregunta 5 con la respuesta No se resiste al despedirse de usted y el más bajo 5% en la opción 1 de la pregunta 5 con la respuesta A veces se resiste. En consecuencia, el análisis porcentual no solo aporta claridad en la exposición de los resultados, sino que también constituye una herramienta esencial para la toma de decisiones fundamentadas en evidencia que origina información como la necesidad de apoyo emocional para los niños y sus madres en el proceso de separación, la prevalencia de ciertas conductas y la efectividad de las estrategias de adaptación implementadas en la institución.

DISCUSIÓN

En esta investigación se logró confirmar la hipótesis de que la ausencia de rutinas estructuradas y aplicada de forma rutinaria disminuirá los niveles de ansiedad. Haciendo una conexión con los estudios de Arias et al., (2025) en donde fundamentan que las estrategias que un docente aplica

van a ser que determine que el niño logre una adaptación rápida en su institución educativa. A su vez en los resultados confirmamos la premisa de Saltos et al., (2024) donde establece que la relación del niño con su madre o cuidador principal es importante para su desarrollo socioemocional. Bajo su contexto Izurieta (2025) nos dice que la terapia que se aplica está enfocada en terapia cognitiva conductual (TCC) usando herramientas como la creación de un árbol de apoyo, resalta que, si existe una conexión entre las dinámicas de la familia disfuncionales y el desarrollo de un apego inseguro, no solo no se trata de reducir los síntomas de ansiedad si no intervenir en los conceptos de una familia. Así también Ávila Preciado et al., (2024) se enfoca especialmente en el juego como una estrategia emocional para que el niño se adapta a su nuevo entorno ya que por medio del juego las habilidades socioemocionales se desarrollan de una manera adecuada en esa edad.. Por su parte Armstrong-Carter et al., (2022) nos da a entender que con un buen programa de entrenamiento para padres para mejorar sus emociones mejorara positivamente en la comunicación emocional del niño eso nos hace ver que si un niño percibe miedo en el papa el también tendrá miedo, pero si su padre le transmite una confianza el se sentirá seguro de lo que esta pasando en su entorno. En la investigación de Sánchez & Martínez, (2025) afirman que el juego es una conexión de adaptación entre el aula y el niño, esto facilita no solo que el niño vea la escuela como un lugar de estudio si no también para poder establecer relaciones sociales. Confirmando el aporte anterior Baquerizo et al., (2022) nos dan a conocer que las técnicas lúdicas en aula de clases ayudan en el proceso de adaptación ya que las actividades son de forma cooperativa y esto fortalece las relaciones con sus pares. Por su parte contradiciendo un poco las investigaciones anteriores Kars et al., (2013) dan un sólido argumento en la instrucción directa como la lectoescritura y las matemáticas es importante, no niegan que el juego es importante pero resalta que no se debería enfocar directamente en el juego como una estrategia de adaptación rápida. Es pertinente destacar a los investigadores Meléndez et al., (2023) en donde se centra que el bienestar emocional cambio de forma negativa a partir de la pandemia comparando con tres países determino que los estudios transculturales son herramientas para detectar síntomas psicopatológicos y que el diseño de programas para intervenir de manera oportuna para mitigar el impacto de eventos futuros. Es así como Quijije & Chávez C, (2025) concluye mediante una investigación cualitativa que los factores claves como el entorno escolar, las rutinas y la relación familiar son determinantes en la aparición de síntomas de ansiedad en los resultados verifica que la oportuna intervención de los docentes capacitados con una base innovadora es importante para frenar y superar cada obstáculo como lo es el apego forzado y las rutinas comunes Sin embargo para Nóbrega et al., (2023) nos habla acerca de la sensibilidad materna y el apego de los infantes hace referencia que las rutinas no son mecanismos,



sino que depende de la forma en que la madre sensibilice al niño para su etapa escolar. Según González-Grandón et al., (2021) el juego influye de manera directa en la adaptación pues promueve el desarrollo de las habilidades socioemocionales las cuales son esenciales para la integración del niño. No obstante Massoglia Salas et al., (2023) destaca en su trabajo como factor principal la salud mental de los padres ya unos suelen muy protectores y sienten miedo y ese miedo es transmisible a los niños y en su adaptación escolar, es decir las adaptaciones no solo se encuentran en el niño si no en las madres o cuidadores. Dando sus criterios Hoferichter et al., (2021) revela en su estudio que la instrucción dirigida por el docente es primordial, trata de establecer que un enfoque que no se base en el juego o estrategias lúdicas también da buenos resultados y que el juego puede ser un factor de distracción en el niño. Destaca también que puede usar otro tipo de estrategias para desarrollar las habilidades del niño.

CONCLUSIONES

Dentro del plan de nuestra investigación tuvimos como propósito lograr establecer como la implementación de rutinas de despedida estructuradas y consistentes pueden disminuir la ansiedad por separación en niños de 3 a 5 años. La investigación determina varios signos de ansiedad por separación en los infantes, como llanto, temor excesivo, oposición y apego desmesurado a la madre o cuidador encargado. Esta ansiedad es un acontecimiento emocional natural que sucede cuando los niños ingresan a un ambiente educativo, fingiendo de manera negativa su adaptación socioemocional y aplazando el desarrollo de la autonomía y la autoconfianza

El estudio concluye que existe un vínculo significativo entre la implementación de rutinas de despedida y la reducción de la ansiedad por separación en niños de 3 a 5 años. Los resultados de este plan servirán como guía para los educadores, madres y cuidadores principales, compartiendo estrategias que se utilicen en el proceso de separación y que puedan contribuir al estado emocional de los niños en el periodo inicial de aprendizaje.

El estudio demostró que la ansiedad por separación en infantes de 3 a 5 años es un problema habitual durante la etapa inicial, el cual se expresa mediante llanto, miedo, resistencia y apego desmedido al cuidador principal. La reducción de estos síntomas, que favorece la adaptación socioemocional del niño en el ambiente escolar, se vio potenciada por la implementación de rutinas de despedida estructuradas y constantes.

La investigación realizada indica que la falta de estrategias claras y constantes en el momento de la despedida eleva considerablemente los niveles de ansiedad en los niños de educación inicial. Esta circunstancia retrasa la adaptación al ambiente escolar y restringe la interacción social con otros estudiantes y profesores. Así pues, la puesta en marcha de rutinas de despedida no debe ser vista únicamente como un acto pasajero, sino como un recurso pedagógico que tiene un impacto directo en el desarrollo de competencias socioemocionales esenciales para el crecimiento de los niños.

En esta investigación encontramos que las rutinas de despedida no solo benefician a los niños, sino también a la relación entre los padres, los cuidadores y los profesores. Cuando se implementan prácticas de separación más estructuradas y sensibles, la confianza en la institución educativa aumenta y se promueve una comunicación eficaz entre el colegio y la familia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Armstrong-Carter, E., Siskowski, C., Belkowitz, J., Johnson, C., & Olson, E. (2022). Child and adolescent caregiving for family: Emotional, social, physical, and academic risk and individual differences. *Journal of Family Psychology*, 36(8), 1407-1417. <https://doi.org/10.1037/fam0000969>
- Ávila Preciado, Á. D. R., Looor Looor, W. D. J., Padilla Iñiguez, T. M., Plaza Bustos, K. A., & Rodríguez Navarrete, I. M. (2024). El Papel del Juego en el Desarrollo Socioemocional en la Educación Inicial. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(5), 8940-8950. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i5.14286
- Baquerizo, R. A., Ayón, R. K., & Folleco, L. J. (2022). Técnicas Lúdicas en la adaptación escolar de los niños 3 a 5 años de Educación Inicial. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 3(2), 110-121. <https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.68>
- González-Grandón, X., Chao Rebolledo, C., & Patiño Domínguez, H. A. M. (2021). El juego en la educación: Una vía para el desarrollo del bienestar socioemocional en contextos de violencia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 51(2), 233-270. <https://doi.org/10.48102/rlee.2021.51.2.375>
- Hoferichter, F., Hirvonen, R., & Kiuru, N. (2021). The development of school well-being in secondary school: High academic buoyancy and supportive clacs- and school climate as buffers. *Learning and Instruction*, 71, 101377. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2020.101377>
- Izurieta, P. L. R. (2025). TAREA INDIVIDUAL: S10 TAREA: ELABORACIÓN DEL INFORME FINAL.
- Kahrs, B. A., Jung, W. P., & Lockman, J. J. (2013). Motor Origins of Tool Use. *Child Development*, 84(3), 810-816. <https://doi.org/10.1111/cdev.12000>
- Knopp, K., Stanley, S. M., & Rhoades, G. K. (2022). Moderated mediation in relationship education: Communication, commitment, and sociodemographic disadvantage. *Journal of Family Psychology*, 36(7), 1084-1094. <https://doi.org/10.1037/fam0000958>
- Massoglia Salas, Y., Jara Zapata, F., & Zicavo Martínez, N. (2023). Estrategias de afrontamiento en madres con síntomas de ansiedad en familias monoparentales femeninas de Ñuble, Chile. *Revista de Investigación en Psicología*, 26(1), 153-169. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v26i1.24985>
- Meléndez-Pál, B., Felipe-Castaño, E., & Chivo Moreno, J. F. (2023). Rutinas, Conductas y Ansiedad en la Infancia durante la Pandemia por COVID-19: Un Estudio Transcultural. *Psykhē*. <https://doi.org/10.7764/psykhe.2021.36143>



- Nóblega, M., Conde, G., Núñez Del Prado, J., & Bartra, R. (2023). Sensibilidad Materna y los Aspectos Comportamentales y Representacionales del Apego en Preescolares: Un Estudio Longitudinal. *Psyke* (Santiago), Online First. <https://doi.org/10.7764/psykhe.2021.44961>
- Quijije Ibarra, N. M., & Chávez Córdova, T. A. (2025). Estrategias pedagógicas para el proceso de adaptación en la Educación Inicial: Pedagogical Strategies for the Adaptation Process in Early Childhood Education. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 6(4). <https://doi.org/10.56712/latam.v6i4.4358>
- Richardson, E., Sheskin, M., & Keil, F. C. (2021). An Illusion of Self-Sufficiency for Learning About Artifacts in Scaffolded Learners, But Not Observers. *Child Development*, 92(4), 1523-1538. <https://doi.org/10.1111/cdev.13506>
- Salto Cubillos, M. A., Calle García, T. M., Segarra Figueroa, O. P., & Tapia Urgiléz, J. F. (2024). Desarrollo infantil de 0 a 5 años desde una perspectiva contemporánea y reflexiva: Child development from 0 to 5 years old in a contemporary and reflective view. *Revista Scientific*, 9(31), 22-45. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2024.9.31.1.22-45>
- Sánchez Freire, T. V., & Martínez Yacelga, A. D. R. (2025). Juego de roles para el desarrollo de las habilidades socioemocionales en Educación Inicial. *Revista Social Fronteriza*, 5(1). [https://doi.org/10.59814/resofro.2025.5\(1\)573](https://doi.org/10.59814/resofro.2025.5(1)573)

CONFLICTO DE INTERÉS:

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

NOTA:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

