

# ¡S.O.S. DEL MANEJO DE BERRINCHES!

En exclusiva: el secreto mejor guardado de *Disciplina Inteligente* de **Vidal Schmill**

A petición de los padres desesperados que piden ayuda para el manejo de los berrinches de sus hijos, [escuelaparapadres.com](http://escuelaparapadres.com) ha decidido revelar una de las estrategias clave del libro *Disciplina Inteligente* de Vidal Schmill sobre este tema. Es importante diferenciar entre un berrinche y un aviso real y urgente para resolver una necesidad del niño. Para evitar confusiones, es necesario precisar lo que es un berrinche.

Definición:

- 1) Llanto fuerte y prolongado, que comúnmente hacen los niños, que puede ir seguido del berrinche de los papás u otros responsables del cuidado del menor (maestros, abuelos o tíos).
- 2) Expresión ostensible de gran enfado o enojo.
- 3) Estrategia radical para conseguir algo que se niega al niño por sentido común, protección o berrinche de los padres.

Algunos estudiosos del berrinche señalan que los niños insisten quejumbrosamente nueve veces antes de conseguir lo que quieren de sus cuidadores. Mientras que la experiencia nos demuestra que el 100% de los niños en algún momento de su vida harán un berrinche para conseguir lo que desean, el 100% de los papás manifiestan que al menos una vez perdieron la calma o no supieron qué hacer... Es importante que bajo ninguna circunstancia pierdas la calma o te des por derrotado.

TÚ ERES EL PADRE y ningún berrinche puede más que tú... ¿o si? Manejo de berrinches (“La 240” es la página de *Disciplina Inteligente* que cada vez alcanza mayor notoriedad entre sus lectores)

I. NO hagas tú también un berrinche. Sé tú quien conserva la cordura a pesar de la falta de cordura temporal de tu hijo.

II. NO le grites (no compitas en volumen, tono e intensidad).

III. NO trates de razonar con él (por el momento no escucha, está bloqueado momentáneamente a todo intento de comunicación).

IV. NO le pegues (empeorará el berrinche).

V. NO lo remedies o te burles de él (se puede poner frenético).

VI. Déjalo que acabe de hacer su berrinche, sólo intervén físicamente si intenta golpear a otros o destruir cosas que no le pertenecen. Si se golpea a sí mismo(a) deja que lo haga, hasta que comprenda que no le funciona lastimarse.

VII. Si la situación es embarazosa o muy molesta para otras personas, puedes salir del lugar con el niño en brazos (no arrastrándolo, por favor), espera entonces a que acabe el berrinche.

VIII. Si se le va el aire, ten en mente que una persona puede permanecer sin respirar aproximadamente un minuto sin sufrir ningún daño, por lo que te conviene esperar a que se le pase, de lo contrario, habrá encontrado una forma de chantaje asustándote. Si se pone azulado o

realmente mal, puedes ayudarlo a reaccionar echándole un poco de agua en la cara (una gotas) o con una nalgada.

IX. Una vez que la situación se calme, debes sostener con él una breve plática, tranquila pero firme, en la que le dejes claro que los berrinches no son el camino para lograr lo que desea. Cuando un berrinche se desata como consecuencia de no haberle dado algo que deseaba, no cometas el error de concedérselo para evitar o acallar el berrinche, pues te convertirás en su esclavo(a) y harás de tu hijo un tirano.

NOTA: No te olvides de consultar todo el fundamento teórico que acompaña este breviarío (pp. 240-244).

- 
- #comportamiento
- #saludemocional
- #noticias
- #socialización
- 1 year ago
- Permalink

Share

## PREVENCIÓN DEL ABUSO SEXUAL

Uno de los temas que más inquietan a los padres y madres de familia es el abuso sexual y cómo prevenirlo.

El abuso sexual o agresión sexual, se define como “cualquier contacto de naturaleza sexual entre un infante y un adolescente o adulto, con el fin de estimular o satisfacer la sexualidad del que lo está agrediendo. El abuso varía y puede ir desde mostrar pornografía, exhibir el cuerpo desnudo o semidesnudo, tocar el cuerpo del menor o hacer que éste toque el cuerpo de quien abusa, e incluso llegar al coito”.

### Prevención

La principal responsable en la formación y desarrollo de los niños es la familia y es ahí donde se sientan las bases para relacionarse con su entorno y valerse por sí mismos.

En ese contexto, la educación sexual inicia desde el primer contacto con el bebé, aún cuando no nos propongamos brindarla.

- La prevención puede darse sólo cuando se habla de sexualidad con los hijos y se conoce el cuerpo.
- El camino para iniciar la educación sexual de los más pequeños se da a través del respeto a su integridad física y emocional, lo que les ayuda a entender la importancia y el valor de sus cuerpos.
- Los padres deben averiguar qué es lo que los hijos saben de sexualidad y qué es lo que quieren saber, de acuerdo con las diferentes etapas de su desarrollo.
- El lenguaje que utilizamos para hablar de sexualidad debe ser natural, directo y sencillo.

- En las primeras etapas sobran las largas explicaciones.
- La idea central es que nadie tiene derecho a obligarlos a hacer algo que los incomode, les provoque miedo o les haga daño.

**Frente al abuso se recomienda:**

- Creer lo que el niño dice.
- No considerarlo culpable de lo ocurrido.
- Aceptar los sentimientos encontrados del niño respecto al agresor.
- Evitar cuestionar porque permitió el abuso.
- Mantener la calma.
- Animarlo a hablar pero no presionarlo.
- Expresarle apoyo y afecto sin victimizarlo.
- Buscar ayuda legal y profesional.

**DIRECTORIO PARA VÍCTIMAS DE ABUSO SEXUAL**

- [#noticias](#)
- [#saludemocional](#)
- [#saludfísica](#)
- [#sexualidad](#)
- 1 year ago
- Permalink

Share

## PREVENCIÓN DEL ABUSO SEXUAL

Uno de los temas que más inquietan a los padres y madres de familia es el abuso sexual y cómo prevenirlo.

El abuso sexual o agresión sexual, se define como “cualquier contacto de naturaleza sexual entre un infante y un adolescente o adulto, con el fin de estimular o satisfacer la sexualidad del que lo está agrediendo. El abuso varía y puede ir desde mostrar pornografía, exhibir el cuerpo desnudo o semidesnudo, tocar el cuerpo del menor o hacer que éste toque el cuerpo de quien abusa, e incluso llegar al coito”.

### Prevención

La principal responsable en la formación y desarrollo de los niños es la familia y es ahí donde se sientan las bases para relacionarse con su entorno y valerse por sí mismos.

En ese contexto, la educación sexual inicia desde el primer contacto con el bebé, aún cuando no nos proponemos brindarla.

- La prevención puede darse sólo cuando se habla de sexualidad con los hijos y se conoce el cuerpo.
- El camino para iniciar la educación sexual de los más pequeños se da a través del respeto a su integridad física y emocional, lo que les ayuda a entender la importancia y el valor de sus cuerpos.
- Los padres deben averiguar qué es lo que los hijos saben de sexualidad y qué es lo que quieren saber, de acuerdo con las diferentes etapas de su desarrollo.
- El lenguaje que utilizamos para hablar de sexualidad debe ser natural, directo y sencillo.
- En las primeras etapas sobran las largas explicaciones.
- La idea central es que nadie tiene derecho a obligarlos a hacer algo que los incomode, les provoque miedo o les haga daño.

#### **Frente al abuso se recomienda:**

- Creer lo que el niño dice.
- No considerarlo culpable de lo ocurrido.
- Aceptar los sentimientos encontrados del niño respecto al agresor.
- Evitar cuestionar porque permitió el abuso.
- Mantener la calma.
- Animarlo a hablar pero no presionarlo.
- Expresarle apoyo y afecto sin victimizarlo.
- Buscar ayuda legal y profesional.

#### **DIRECTORIO PARA VÍCTIMAS DE ABUSO SEXUAL**

- [#sexualidad](#)
- [#saludemocional](#)
- [#saludfísica](#)
- [#noticias](#)
- [1 year ago](#)
- [Permalink](#)

Share

## **TEMAS PARA CONVERSAR Y PREVENIR EL ABUSO SEXUAL EN LOS NIÑOS**

*¿Cómo reaccionar si el niño revela que ha sido objeto de abusos sexuales?*

Las consecuencias del abuso sexual serán menos graves si su actitud es comprensiva cuando el niño se confía. El niño víctima sufre toda una gama de emociones: tristeza, cólera, angustia o depresión.

Evite proyectar sus propios sentimientos sobre él, para no reforzar su traumatismo o su sentimiento de culpabilidad. Su niño quizá no está dispuesto, en el momento mismo, a hablarles del agresor o de las circunstancias de la agresión. Encontrará su equilibrio emotivo si lo apoyan sin acosarlo con preguntas.

Cuando los niños y niñas son víctimas de abusos sexuales, no lo dicen siempre con palabras. Pueden también manifestar que sufren por su cambio de comportamiento: ¡sepa observarlo!

Si le habla, créale y tranquilícelo: se sabe que un niño raramente miente cuando se queja de un abuso sexual.

Los siguientes temas de conversación pueden ser de gran ayuda, pero recuerde que no debe forzar al niño a conversar, lo que debe quedar en manos de un especialista.

#### *Cuestionario y respuestas*

#### **Tema de conversación: EL ENGAÑO**

Mensaje sugerido:

Hay personas que con tal de conseguir lo que quieren, son capaces de mentir. Por lo que es importante estar atento a este tipo de situaciones, preocupándote siempre de no hacer caso de lo que te diga un desconocido, aunque te hable de cosas que para ti sean conocidas, como datos de tu familia, amigos, colegio, etc.

Si es alguien que conoces porque lo ves frecuentemente cerca de tu casa o colegio, y te ofrece algo de interés, debes preguntar siempre a tus padres o a alguien de confianza que pueda asegurarse de que no te harán daño.

#### 1. UN VECINO TE INVITA A SU CASA PARA MOSTRARTE

UNOS PERRITOS RECIÉN NACIDOS.

A. Tú lo acompañas ya que te gustan mucho los perritos.

B. Tú no lo acompañas ya que no debes aceptar invitaciones si tus padres no lo saben.

C. Tú dudas si acompañarlo o no.

**B.** Tú no lo acompañas. Si un vecino te invita a su casa para mostrarte unos perritos u otra cosa que sea de tu interés, debes preguntarle a tus padres primero. Tú no sabes cuáles son las verdaderas intenciones de tu vecino.

#### 2. UNA PERSONA QUE NO CONOCES TE VA A BUSCAR A LA SALIDA DEL COLEGIO DE PARTE DE TUS PAPÁS.

A. Le dices no a esa persona, ya que tus padres no te han dicho nada.

B. Te vas con esa persona.

C. Conversas con esa persona para ver si dice la verdad.

**A.** Le dices NO, te alejas de ahí y te acercas a otras personas. Tus padres seguramente nunca mandarían a un desconocido a buscarte al colegio sin avisarte. Por lo tanto, si un día ellos no llegan

a la hora en que debían recogerte, lo mejor es buscar a un profesor o a otros padres para que esperen contigo.

### 3. UN SEÑOR TE DICE QUE ES DOCTOR Y QUE QUIERE EXAMINARTE.

A. Le dices que no, y le cuentas a alguien de confianza.

B. Tienes dudas de dejarlo que te examine.

C. Dejas que te examine.

A. Le dices que NO y le cuentas a alguien de confianza. Recuerda que los verdaderos doctores atienden en clínicas o consultas en los que generalmente hay bastantes personas. A estos lugares tú irás junto a tus padres o alguien de confianza que se asegure de que te examinará la persona indicada.

#### **Tema de conversación: TU CUERPO TE PERTENECE**

Mensaje sugerido:

Todos los niños y niñas tienen derechos que deben ser respetados por los adultos. Uno de tus derechos es decidir sobre tu cuerpo ya que tu cuerpo te pertenece. Nadie tiene el derecho a tocarte o mirarte si tu no quieres. Debes sentirte cómodo, seguro y feliz cuando alguien te acaricia o te mira con afecto.

Si te sientes incómodo o desconfías cuando alguien te pide que te desvistas para mirarte, tienes todo el derecho a decir NO y a contarle a alguien de confianza lo sucedido para que te proteja.

### 4. ALGUIEN TE PIDE QUE TE QUITES LA ROPA PARA MIRARTE.

A. Tú dices que bueno y te quitas la ropa.

B. Te sientes incómodo o incómoda y no sabes qué hacer.

C. Le dices que no y te vas, porque crees que eso no es bueno.

C. Le dices que NO y te vas. Tú no tienes por qué hacer lo que te pide un desconocido. Incluso si es conocido y tú crees que no está bien lo que te pide, debes decir no y alejarte de él o ella.

#### **Tema de conversación: SECRETOS BUENOS Y SECRETOS MALOS**

Mensaje sugerido:

Todos nosotros tenemos secretos que preferimos no contar a nadie y que forman parte de nuestra intimidad. Otras veces se los contamos sólo a nuestros mejores amigos. No está mal tener secretos, pero debes saber que hay algunos que no debemos guardar porque son malos secretos.

Para diferenciar un buen secreto de un mal secreto, debemos pensar en las consecuencias que puede tener el guardarlo. En ocasiones alguien hace algo que no está bien y nos pide que guardemos el secreto. Por ejemplo, alguien puede abusar sexualmente de un niño y le pide que no se lo cuente a nadie. En este caso o en cualquier caso de agresión, si guardamos el secreto y no le contamos a nadie lo que ha pasado, nadie podrá ayudarnos y nadie podrá evitar que nos vuelva a pasar. Guardar este secreto tiene malas consecuencias, por lo tanto es un mal secreto. Debemos contar lo ocurrido a un adulto de confianza para que evite que nos vuelva a pasar o que pueda pasarle a otros niños o niñas.

Los mayores pueden enseñar a los niños algunas cosas sobre sexualidad, pero si su verdadera intención es educar, entonces lo pueden hacer delante de todos y no necesitan guardar el secreto. Si

un mayor te habla de sexo y te pide que guardes el secreto, entonces lo más probable es que esa persona no tenga buenas intenciones contigo.

5. UN NIÑO MÁS GRANDE TE HABLA DE SEXO Y TE PIDE NO CONTARLE A NADIE.

A. Te alejas de él, ya que si te pide no contarle a nadie puede ser malo.

B. Lo escuchas porque eso te interesa.

C. Te sientes incómodo pero prometes no contarle a nadie.

**A.** Te alejas de él. Cuando una persona te pide que guardes este tipo de secretos es porque no está bien lo que está haciendo y no quiere que nadie se entere. Estos son malos secretos que no se deben guardar.

**Tema de conversación: DECIR NO**

Mensaje sugerido:

Todas las personas tenemos derecho a decir NO, aún cuando sea alguien mayor quien nos pide u ordena algo. Los mayores no tienen todos los derechos sobre los niños. Si nos piden que hagamos algo que no queremos hacer o que sabemos que no está bien hacerlo, entonces tenemos derecho a decir NO. Si no te atreves a decir NO porque tienes miedo que te hagan daño, intenta huir lo más pronto posible y buscar a alguien que te proteja o también puedes gritar y hacer mucho ruido para que alguien te escuche. Nadie te puede obligar a hacer algo que no quieres.

También hay situaciones en las que es difícil decir NO, sobre todo cuando es un familiar o un amigo quien nos pide algo, o porque no sabemos como dar una negativa o no queremos herir los sentimientos de los demás. Pero existen formas de decir NO sin herir a los otros, por ejemplo: “lo siento pero NO quiero hacerlo”; “NO, no creo que sea correcto”; “Lo siento pero NO me interesa”; “Prefiero NO hacerlo”; “NO, no me gusta hacer esto”.

Decir NO tiene ventajas como, por ejemplo, evitar que se aprovechen de nosotros, que los demás sepan cuáles son nuestros sentimientos y, por lo tanto, que no nos vuelvan a hacer esa petición.

¿De qué otra forma podemos decir NO?

6. ALGUIEN MÁS GRANDE QUE TÚ AMENAZA CON PEGARTE SI NO HACES LO QUE TE PIDE.

A. Le obedeces porque tienes miedo.

B. Corres y le cuentas a una persona en quien tienes confianza.

C. No sabes qué hacer y lloras.

**B.** Se lo cuentas a un adulto (tu profesor, tus padres o un familiar) para que te proteja y no te vuelva a ocurrir.

7. UN ADULTO QUIERE QUE TÚ LO MIRE SIN ROPA.

A. Te alejas y buscas a alguien para contarle.

B. Te sientes incómodo y no sabes qué hacer.

C: Te quedas mirándolo para que no se enoje.

A. Te alejas y buscas a alguien para contarle y pueda protegerte de esa persona. Los adultos no siempre tienen la razón y también hacen cosas que no están bien.

**Tema de conversación: PEDIR AYUDA**

Mensaje sugerido:

Todos tenemos problemas. A veces los podemos solucionar solos o se los podemos contar a nuestros amigos, pero otras veces son tan grandes que sentimos que nadie puede ayudarnos o que los demás se van a preocupar demasiado por lo que nos está pasando. En estos casos, lo mejor es compartir nuestro problema con alguien de confianza que pueda ayudarnos.

Cuando los niños reciben alguna agresión, ya sea sexual o física, se sienten solos y muchas veces no acuden a nadie. Pero siempre habrá alguien que pueda escucharlos y protegerlos.

El recurso principal de un niño son sus padres, ellos son quienes deben protegerlo y ayudarlo. Pero si por alguna razón un niño no tiene padres, sus padres no le creen, o son ellos mismos quienes le hacen daño, entonces NO debe darse por vencido.

Un niño que no tiene padres o cuyos padres no le creen o no lo protegen, puede buscar a otros adultos de confianza y contárselo hasta encontrar a alguien que le crea. Puede ser alguien de la familia, un tío o tía, abuelito o abuelita, o también un profesor, un carabinero, un médico, un psicólogo, etc.

¿Cómo lo harías tú?

8. TE GUSTARÍA HABLAR DE ALGO QUE TE HAN HECHO, PERO TIENES MIEDO QUE NO TE CREAN.

A. Buscas hablar con alguien que te crea.

B. Decides no hablar con nadie.

C. Piensas que no te van a creer o se van a enojar.

A. Buscas hablar con alguien que te crea. Siempre encontrarás a alguien que te escuche, confíe en ti y te proteja.

**Tema de conversación: SOBORNOS Y REGALOS**

Mensaje sugerido:

Cuando una persona nos hace un regalo nos sentimos contentos ya que éstos son una muestra de afecto. Generalmente recibimos regalos de nuestros familiares y amigos en nuestro cumpleaños, en navidad, cuando nos portamos bien o tenemos buenas notas, cuando estamos enfermos, etc. Incluso, hay ocasiones en las que sin ser un día especial, alguien nos regala algo y nos hace sentir bien.

Sin embargo, a veces alguien nos da un regalo y nos pide algo a cambio, y esto es lo que llamamos soborno. Los regalos son buenos pero los sobornos NO, pues un regalo se hace incondicionalmente y sin pedir nada a cambio. Por esta razón debemos aprender a decir NO a los sobornos ya que nadie puede obligarnos a hacer algo que no queremos a través de sobornos.



¿Puedes nombrar otros ejemplos de soborno?

9. UNA PERSONA TE OFRECE UN REGALO SI LO DEJAS QUE TE TOQUE.

A. Tú aceptas ya que piensas que no tiene nada de malo.

B. Tú dices no, y buscas a alguien de confianza para contarle.

C. Tú conversas con él para ver si sus intenciones son buenas.

**B.** Le dices que NO aceptas el trato y se lo cuentas a un adulto. Las caricias no se compran, eso es un soborno. Tú decides a quien acaricias y cuando lo haces.

No tienes porqué hacer algo que no te apetece o crees que no está bien.

**Tema de conversación: CARICIAS MALAS (PARTES PRIVADAS)**

Mensaje sugerido:

Nuestro cuerpo puede avisarnos cuando algo nos incomoda. Si una persona nos toca de una forma que no corresponde o que nos hace sentir mal, nuestro cuerpo reacciona haciendo que nuestro corazón palpite más rápido, sentimos calor en la cara, a veces podemos temblar o sentir ganas de vomitar.

Esto ocurre generalmente cuando alguien toca nuestras partes privadas. Las partes privadas son las que están cubiertas por el traje de baño.

Si algo así te sucediera tú puedes:

- Decirle ¡basta, esto no me gusta!
- ¡Si me sigues molestando te voy a acusar a...!
- Gritar y hacer mucho ruido
- Tratar de huir del lugar

10. ALGUIEN QUE TÚ CONOCES COMIENZA A TOCARTE EN PARTES PRIVADAS Y TE DICE QUE NO SE LO CUENTES A NADIE.

A. Te dejas tocar ya que es alguien a quien conoces.

B. Te incomodas pero te dejas tocar porque dudas que esa persona te quiera hacer daño.

C. Te alejas y buscas alguien a quien contarle ya que piensas que nadie debe tocar tus partes privadas.

**C.** Tú te alejas y buscas a alguien a quien contarle. No importa que sea un familiar, un amigo o un desconocido. Tu cuerpo te pertenece y nadie debe hacerte cosas que te molesten. Tienes derecho a decirle NO a un adulto, aunque tú lo conozcas bien.

**Tema de conversación: CULPA / AGRESOR**

Mensaje sugerido:

Los adultos deben proteger a los niños, sin embargo, en ocasiones éstos pueden hacerles daño. A los adultos que abusan de los niños y niñas obligándoles a hacer cosas sexuales se les llama agresores sexuales. Estos adultos a veces son personas conocidas, familiares o amigos, y pueden ser hombres o mujeres, jóvenes o viejos.

Los adultos que abusan de los niños, pueden hacerlo obligándolos a través del uso de la fuerza o intentando engañarlos usando frases como: “no es nada malo”; “lo vamos a pasar muy bien”; “va a ser nuestro secreto”; “yo sé que esto a ti también te gusta”.

También pueden amenazarlos diciéndoles por ejemplo, “si no haces lo que te digo le haré daño a alguien que tú quieres”. O quizás los obliguen a no contarle a nadie a través de frases como: “si cuentas lo que pasa tu mamá te abandonará o se volverá loca”; “si cuentas nadie te va a creer”; “si cuentas todos creerán que es tu culpa”; “por tu culpa se destruirá la familia”.

Lo importante es que tengas claro que un niño NUNCA TIENE LA CULPA de las acciones de los adultos abusadores. Ellos son los únicos responsables de sus actos y deben aprender que lo que hacen no está bien. Si un niño es abusado por un adulto, tiene derecho a decir NO y a contarle a alguien para que lo proteja.

11. UN MIEMBRO DE TU FAMILIA TE HA HECHO ALGO Y TE DICE QUE NO LE CUENTES A NADIE PORQUE TE VAN A ECHAR LA CULPA.

A. No le cuentas a nadie para que no te echen la culpa.

B. Buscas a quien contarle lo sucedido ya que piensas que no es tu culpa.

C. No sabes qué hacer ya que te sientes un poco culpable.

**B.** Buscas a alguien a quien contarle lo sucedido. En estos casos siempre debes contarle lo ocurrido a un adulto de confianza (padres, profesor, familiar, vecino, etc.). Si te ocurriera esto, nunca sería culpa tuya y tampoco debes sentir vergüenza. La culpa es siempre del agresor.

**Tema de conversación: JUEGOS SEXUALES**

Mensaje sugerido:

Todos los niños tienen derecho a jugar, incluso los más grandes. Tanto niños como niñas pueden jugar con pelotas, muñecas, autos, legos, juegos de casa, juegos de salón, etc. Sin embargo hay juegos que no son apropiados para los niños porque afectan su desarrollo normal y pueden provocarles problemas en la vida adulta.

A estos juegos los llamamos juegos sexuales inapropiados, y son aquellos que se producen entre niños con bastante diferencia de edad, o entre niños de la misma edad pero que los mantienen ocupados gran parte del tiempo dejando de lado otros juegos que antes les gustaban o han llegado a extremos como desvestirse y tocarse las partes privadas.

Es importante que aprendamos a conocer nuestras partes privadas, para lo cual es necesario que de vez en cuando nos toquemos. Pero eso lo podemos hacer nosotros solamente, nadie tiene derecho a tocar nuestras partes privadas.

Cuando un niño de tu edad o mayor que tú, insiste en ver o acariciar tus partes privadas, aun sin tu consentimiento, es importante que lo hables con un adulto, pues los niños que se comportan de ese modo, es decir, son muy insistentes respecto a temas y juegos sexuales, probablemente son o han sido víctimas de una situación abusiva de la que probablemente nunca han hablado, y si tú le cuentas a un adulto responsable, probablemente estarás ayudando a ese niño.

## 12. UN NIÑO MÁS GRANDE TE INVITA A JUGAR A DESVESTIRSE Y TOCARSE.

- A. Le dices que no, te acercas a un adulto de confianza y le cuentas.
- B. No quieres jugar a eso porque no te parece bien, sin embargo, te da miedo y terminas jugando con él.
- C. Juegas con él ya que si es un juego no tiene nada de malo.

**A.** Le dices que no, te acercas a un adulto de confianza y le cuentas. Ese tipo de juegos no son adecuados y si un niño más grande que tú te invita a jugar de esa manera, es importante que le cuentes a alguien ya que él no está actuando bien y probablemente necesita ayuda.

### **Tema de conversación: CARICIAS BUENAS**

Mensaje sugerido:

Cuando una persona nos hace cariño para demostrar su afecto, nos sentimos bien, seguros, felices y cómodos. Las caricias buenas generalmente las recibimos de parte de nuestros padres, familiares, profesores, amigos o amigas y algunos ejemplos de éstas son: un abrazo, un cariño en la cabeza, un beso en la frente, un golpe suavcito en la espalda, unas cosquillas, etc.

Si alguien te acaricia y te sientes bien, es bueno decir lo que sientes ya que así las personas te conocerán mejor y podrán complacerte con más frecuencia.

Los vínculos sanos o seguros, se caracterizan por una comunicación abierta y espontánea de necesidades, sentimientos y emociones. No tengas miedo de decir lo que sientes o de pedir algo que quieres, quien te aprecia agradecerá tu franqueza.

## 13. ALGUIEN QUE TÚ QUIERES MUCHO TE HACE CARIÑO Y ESO TE HACE SENTIR QUERIDO.

- A. Estás contento.
- B. Estás contento, pero no te atreves a decirlo.
- C. Estás contento, lo dices, y es todavía mejor.

En esta pregunta las tres respuestas son correctas, pero es bueno que te atrevas a decir lo que sientes cuando estás contento o molesto, porque así las personas sabrán lo que te agrada o desagrada. Cuando alguien que nos quiere nos acaricia de una forma que nos gusta, nos sentimos contentos, podemos decirle que nos han gustado mucho esas caricias e incluso podemos devolverle el cariño.

Tomado de: *Abuso sexual infantil. Cómo conversar con los niños*, 1ª Edición, Ediciones de la Universidad Internacional SEK, Santiago de Chile 2006.

[www.abusosexualinfantilno.org](http://www.abusosexualinfantilno.org)

- 
- #sexualidad
- #saludemocional
- #saludfísica
- #noticias
- 1 year ago
- Permalink

Share

# CUANDO LOS HIJOS SE VAN DE CASA...

- *La independencia de los hijos debe marcar el momento de tu propia independencia como papá.*
- *Los jóvenes mexicanos tienden a permanecer más tiempo en los hogares con mayores recursos económicos.*
- *Tener recursos propios derivados de la inserción laboral, es el principal impulso que alienta a los hijos a partir o casarse.*

La prueba de fuego del trabajo que han realizado los padres con sus hijos ocurre cuando salen de casa: ¿es un acuerdo negociado o sucede en medio de gritos y tirones? ¿Se van temporalmente a estudiar? ¿Se casan?

Sea cual sea la circunstancia, cuando los hijos se van se abre una posibilidad inesperada para los padres, quienes podrán hacer un nuevo proyecto de vida centrado en sí mismos, que responda a sus prioridades y retomando aquello que se había dejado de lado en el camino.

La percepción que los jóvenes tienen sobre la relación con sus padres difiere a lo largo del curso de la vida. Los hijos que viven con sus padres tienden a manifestar mayores grados de conflicto y estrés en sus relaciones por el desgaste cotidiano, en cambio, la distancia proporciona una percepción más relajada en torno al ambiente familiar.

Es importante saber que la salida del hogar no es un fenómeno que ocurra una sola vez en la vida de una persona, es un proceso caracterizado por varias salidas y retornos.

Mientras que en los países de Europa Occidental y Norteamérica la falta de empleo retrasa la salida de los jóvenes del hogar paterno, en México, muchos de los adultos jóvenes inician su transición a la vida laboral para contribuir a la economía familiar, lo que puede aplazar su salida del hogar.

Por otra parte, la incorporación al mercado laboral marca la transición de la juventud a la edad adulta de las generaciones recientes de mexicanos, mientras que en Europa o América del Norte, los jóvenes lo hacen para lograr su independencia.

Las llamadas transiciones familiares: salir del hogar paterno, casarse o unirse, o tener un hijo, ocurren la mayoría de las veces después del inicio de la vida laboral.

En zonas urbanas, la salida del hogar paterno coincide con la terminación de la educación formal.

La estadía prolongada de los hijos en el hogar paterno mexicano responde a la estrecha relación filial no sólo en términos sociales sino financieros: los jóvenes cuidan de sus padres emocional y económicamente.

En años recientes se observan las siguientes tendencias en México:

- 1) Las hijas permanecen más tiempo en el hogar paterno en comparación con sus madres.
- 2) Los hombres permanecen más tiempo con los padres en la medida en que se vuelven proveedores.
- 3) Las hijas de localidades rurales tienden cada vez más a salir del hogar por razones laborales, a menor edad, y no sólo para casarse (fenómeno migratorio).
- 4) Los jóvenes rurales tienden a salir del hogar antes que los urbanos (fenómeno migratorio).

La emancipación del hogar paterno tiende a acelerarse cuando se es mujer, se vive en comunidades rurales y en ambientes familiares restrictivos. En el sentido opuesto, habitar en hogares democráticos para la toma de decisiones, con buena comunicación con los padres y gozar de una buena situación económica, retrasa la salida.

### **Jóvenes que trabajan, se emancipan e inician su vida en pareja**

De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de la Juventud (2000) y el INEGI, 40% de los jóvenes encuestados han realizado la transición de salida de sus hogares paternos, 35% de los hombres y 44% de las mujeres. De ese total, un tercio ya había tenido algún tipo de unión previo a su salida del hogar paterno: 43% de mujeres contra 28% de los hombres.

- Pero no todos los hijos se van cuando se casan, el 40% de los hombres y el 27% de las mujeres permanecen en el hogar aun después de unirse en pareja.
- En la mayoría de los casos, el primer empleo se consigue mientras se habita en el hogar paterno, y son los hombres quienes se insertaron en mayor medida: 70% contra 59% de las mujeres.
- La salida del hogar vía no unión ocurre alrededor de los 18 años para ambos sexos. Los jóvenes rurales lo hacen primero, seguido de los urbanos, luego las mujeres urbanas, y finalmente las rurales.
- La educación de los jóvenes frente a la decisión de salir de casa sólo tiene efecto para aquellos que salen vía unión: a mayor educación, mayor será la estadía en el hogar paterno. El nivel de escolaridad no marca ninguna diferencia en el caso de los jóvenes que no salen vía unión.

Vivir en un ambiente restrictivo acelera la salida del hogar, y más en el caso de los jóvenes que optan por la unión como vía de emancipación del hogar paterno. Para este tipo de partida, cada aumento en el índice de prohibiciones triplica y casi cuadruplica la probabilidad de dejar el hogar para hijos e hijas, respectivamente.

La comunicación con los padres retrasa la salida del hogar. Cada aumento del índice de comunicación, provoca una disminución del 67% y 35% en los riesgos relativos de dejar la casa vía unión, o no unión para la población masculina. En el caso de la femenina, disminuyen 75% y 52% vía unión y no unión respectivamente. (Encuesta Nacional de la Juventud 2000, INEGI, Instituto Mexicano de la Juventud).

### ENCUESTA NACIONAL DE JUVENTUD 2000

- El 39.1% de los jóvenes de 15 a 29 años de edad han estado fuera de la casa paterna por más de seis meses.
- La edad a la que salieron se dio básicamente entre los 15-19 (51.1%) y los 20-24 (25%) años de edad.
- La mayoría lo hace porque se casa o une en pareja (35 %), el segundo lugar la salida del hogar por motivos de trabajo (26%) y, por motivos de estudio (15%).

- #comportamiento
- #noticias
- #socialización
- 1 year ago
- Permalink

Share

## ¿CUÁLES SON LOS ACCIDENTES MÁS FRECUENTES EN LOS NIÑOS?

- *En México, los accidentes son la primera causa de muerte infantil.*

Desafortunadamente las principales víctimas de los accidentes son los niños y la mayoría de ellos ocurren dentro del hogar donde los pequeños se encuentran bajo la responsabilidad de un adulto que debería cuidarlos.

El envenenamiento, las quemaduras, las heridas, las fracturas y luxaciones y la obstrucción de la respiración son las principales lesiones que sufren los niños.

La prevención de accidentes infantiles consiste en proporcionar al niño un ambiente natural y sin riesgos para que realice sus actividades. La principal forma de prevenir accidentes en el hogar es mantener el orden en la casa para que cada cosa esté en su lugar y los objetos de riesgo, fuera del alcance de los niños.

Los adultos debemos estar conscientes de los riesgos que representa dejar al alcance de los niños objetos punzocortantes, líquidos tóxicos, venenos, aceites, cerillos, armas de fuego, herramientas, etcétera. Es fácil que los menores, por su curiosidad natural, les llame la atención algún objeto o animal; por ello es nuestro deber indicarles qué pueden tocar y qué no, con el fin de proporcionarles la mayor seguridad posible.

Los accidentes son situaciones que se presentan rápida e inesperadamente y ponen en peligro, en la mayoría de las ocasiones, la integridad física y la vida de las personas.

En los niños, un suceso de este tipo les causa desde sufrimiento y dolor hasta la pérdida de energía y, en ocasiones, invalidez o incluso la muerte. En el hogar son frecuentes las caídas, quemaduras y asfixias, debido a que no se toman las precauciones necesarias o los pequeños están al cuidado de un miembro de la familia o conocido menor de edad. También la ingestión de bebidas tóxicas es un accidente constante por la curiosidad natural del niño y porque los menores de cinco años tienen la tendencia de llevarse cosas a la boca.

### *Prevención y primeros auxilios*

#### **Obstrucción**

La obstrucción de la respiración se presenta cuando se nos atora algún objeto en la garganta y nos impide respirar; esta situación puede llevarnos a la asfixia. La obstrucción de las vías respiratorias es común en los niños porque suelen llevarse a la boca muchos de los objetos que encuentran a su paso.

Cuando enfrentemos un accidente de este tipo no debemos sacar el objeto con la mano porque podemos hundirlo más. Se recomienda intentar su expulsión colocando al niño boca abajo y golpeándolo en la espalda con la palma de la mano; si no lo expulsa, la decisión más adecuada consiste en acudir inmediatamente al servicio médico más cercano.

La causa más frecuente de la obstrucción es un fragmento de comida o un objeto alojado en la garganta. Cuando esto ocurre, **puede sobrevenir una asfixia mortal en menos de cuatro minutos.**

Otra causa de ahogamiento son las contracturas musculares por la inhalación de gases venenosos.

Un signo inequívoco de ahogamiento es la imposibilidad de hablar, la víctima tose y hace esfuerzos por respirar, la falta de oxígeno hace que se le ponga el rostro amoratado y después azulado.

Para eliminar una obstrucción golpee con fuerza la espalda del lesionado tres o cuatro veces. Si no resulta, colóquese de pie detrás de ella, rodeándole con los brazos la parte inferior del pecho, cierre una mano en forma de puño, y sujétela fuertemente con la otra, ambas manos sujetarán la zona central y por debajo de las costillas de la víctima.

Esta persona debe inclinarse hacia adelante, con los brazos y la cabeza colgando. Entonces, aplique un fuerte apretón hacia adentro y arriba sobre el abdomen. De ser necesario, repita esta maniobra varias veces para forzar a la víctima a que expulse el objeto que produce la obstrucción.

### **Mordeduras de animales y picaduras de insectos**

Las mordeduras de animales y las picaduras de insectos son accidentes que pueden resultar fatales. Por ejemplo, la mordedura de un perro o rata con rabia puede ocasionar que nos contagiemos de esa enfermedad mortal, o una picadura de abeja también puede traer graves consecuencias.

Cuando vivamos un accidente de este tipo, lo más importante es acudir de inmediato a la Unidad de Salud. Si nos ha atacado un perro o una rata, es necesario investigar si el animal sufre de rabia, pues de eso dependerá el tratamiento que vamos a seguir.

Las mordeduras y picaduras venenosas son, relativamente, poco frecuentes, sin embargo, algunas pueden causar desfallecimiento, palidez, náusea, vómito, dificultad respiratoria y aceleración del ritmo cardiaco, o en el peor de los casos pueden ser mortales. Los distintos venenos de los animales requieren un tratamiento médico distinto, por lo que se debe identificar al animal responsable o capturarlo para su identificación por expertos competentes.

Si el lesionado ha sido mordido o arañado por algún animal, lave la herida con agua y jabón, póngale una venda y busque asistencia médica.

Si el insecto ha dejado el aguijón en la piel, debe extraerse utilizando unas pinzas.

Si la víctima ha recibido una picadura en la boca, dele un cubo de hielo para chupar y que haga buches con una solución de bicarbonato de sodio con agua, esta medida ayudará a reducir la hinchazón.

### **Caídas**

Los accidentes más comunes durante la infancia son las caídas, incluso estamos acostumbrados a verlas como algo normal, sin embargo, pocas veces nos percatamos de que pueden ocasionar lesiones tan graves como una fractura o incluso la muerte.

Cuando una caída origina un raspón leve o un rasguño, sólo debemos lavar la herida con agua y jabón. Pero cuando un hueso se ha roto o se ha salido de su lugar, debemos acudir al médico para que el accidentado reciba atención profesional lo antes posible.

La libertad de explorar implica tropiezos, y el medio de un niño pequeño debe permitir “tropiezos seguros”, Además de la lección aprendida, estos tropiezos pueden considerarse como una preparación contra accidentes más graves a través del incremento de la confianza del niño en su propia habilidad para enfrentarse a cambios inesperados.

### **Golpes en la cabeza**

En el caso de golpes en la cabeza, alrededor del 80% de los traumatismos son menores y producen dolor de cabeza leve y un chichón de regular tamaño, al que se le puede aplicar hielo envuelto en un

lienzo. No obstante, es de suma importancia mantener al niño bajo observación por 72 horas, poniendo atención las primeras 24 horas que es cuando se manifiesta un posible daño neurológico, caracterizado por:

Pérdida del conocimiento (aunque sea momentáneo), dolor de cabeza intenso que no mejora con analgésicos, vómito después de que haya cesado el llanto, convulsiones, hemorragia nasal sin haber recibido un golpe directo sobre nariz, salida de líquido claro por nariz u oído, salida de sangre por los oídos, somnolencia con dificultad para despertar o reconocer a las personas cercanas, pérdida del equilibrio, debilidad en un lado del cuerpo, hablar incoherencias, arrastrar la lengua al hablar, movimientos involuntarios, parálisis facial (desviación de la boca), párpados hinchados o amoratados, no saber lo que pasó, ceguera, confusión, moretones detrás de las orejas, cualquier herida abierta o hundimiento de la cabeza, visión doble o borrosa. **Ante cualquiera de estos síntomas debe acudir de inmediato al médico.**

Si el niño está bien pero se siente muy cansado y se quiere dormir, o coincide con la hora de su siesta, por ejemplo, deje que se duerma siempre y cuando hayan pasado 20 minutos, sin embargo, es importante que trate de despertarlo, sin que lo haga por completo, y verifique que puede moverse con normalidad, que le reconozca y parece coherente. **Si tiene alguna duda sobre su estado, debe acudir al médico de inmediato.**

#### **Envenenamiento e intoxicación**

El envenenamiento y la intoxicación se presentan por ingerir sustancias tóxicas que pueden dañar nuestro organismo. Entre los elementos venenosos más comunes se encuentran los limpiadores domésticos como el cloro, el detergente y la sosa.

También son muy dañinos los insecticidas, las medicinas y los alimentos descompuestos.

Cuando nos percatemos de que una persona ha tragado una sustancia venenosa, no debemos hacerla vomitar, es mejor transportarla rápidamente al hospital más cercano.

Hay cuatro formas fundamentales de envenenamiento: inhalación de agentes nocivos (como el humo de los automóviles), ingestión de venenos, absorción de productos químicos por la piel e inyección. Al ser ingeridas las sustancias venenosas, afectan al estómago y al intestino produciendo vómitos, dolor o diarrea. Si se ingieren corrosivos, se pueden producir quemaduras en labios, boca y estómago con dolor intenso y lesiones graves.

Muchos productos de limpieza, como los blanqueadores, son tóxicos, por eso se deben mantener fuera del alcance de los niños. También algunas plantas y hongos son venenosos.

Algunos venenos pueden afectar al sistema nervioso produciendo delirio, convulsiones y pérdida de conocimiento.

Cuando algún accidente de esta naturaleza ocurra:

Solicite asistencia médica de urgencia.

Si la víctima está consciente pregúntele qué sucedió.

Si no lo está compruebe si tiene libres las vías respiratorias.

No intente provocar el vómito, si la persona deja de respirar, aplíquele respiración artificial.

#### **Quemaduras**

Muchos accidentes que ocurren en la casa están relacionados con el fuego; una quemadura grave puede ocasionar la muerte de un niño o discapacitarlo para toda la vida. Pocas veces pensamos que una quemadura en la mano impedirá que un niño pueda tomar un lápiz o una herramienta, eso cambiará su vida en forma definitiva.



Cuando nos enfrentemos a una quemadura no debemos tocar el área lesionada, ni retirar nada que haya quedado adherido a la lesión, es conveniente colocar la parte quemada bajo el chorro suave del agua limpia y acudir de inmediato al servicio médico.

En las quemaduras de primer grado, el daño se limita a la capa más externa de la piel, en la que tiene lugar un enrojecimiento, aumento del calor y, en ocasiones, formación de ampulas y ardor si se toca la zona afectada. Un ejemplo son las quemaduras solares.

En las de segundo grado, la lesión se extiende más allá de la capa externa y afecta capas más profundas ocasionando formación de ampollas.

Con las de tercer grado, todo el espesor de la piel está destruido y se observa una capa carbonizada de tejido. La gravedad de la quemadura depende de la superficie quemada y de la profundidad de la lesión.

La aplicación correcta de los primeros auxilios es esencial para una rápida recuperación:

Si las ropas de la víctima están ardiendo, tírelo al suelo y apártelo de las llamas inmediatamente. Para apagar el fuego que prendió la ropa, envuelva a la persona con una tela que no sea inflamable y, si es posible, quite todos los objetos que pueden oprimir como anillos, pulseras, cinturón, zapatos, ya que la zona afectada puede hincharse y después es difícil retirar estos objetos.

En las quemaduras de primer grado, mantenga la zona quemada bajo agua fría hasta que cese el dolor. No sumerja en agua las quemaduras de segundo o tercer grado.

Cubra el área quemada con una compresa estéril o utilice un trozo de sábana seca y limpia, toque lo menos posible la zona de la quemadura y no aplique lociones ni pomadas.

### **Cortaduras**

Las heridas se provocan cuando un objeto filoso o punzocortante llega a nuestro organismo y nos causa una lesión. Esta lesión puede ser de diversa magnitud, va desde una pequeña cortadura hasta una mutilación o pérdida de una miembro.

Cuando tenemos una herida debemos lavar perfectamente con agua y jabón la parte afectada y acudir a la Unidad de Salud para que un médico revise la lesión. Una cortadura es una rotura de la piel que permite la salida de la sangre y puede causar una infección.

Las heridas incisivas, por ejemplo, hechas con una hoja afilada, suelen sangrar abundantemente; las heridas contusas con los tejidos desgarrados, sangran menos que las incisivas, pero pueden cicatrizar con mayor dificultad. Los cortes puntiformes pueden tener orificios relativamente pequeños, pero a veces son profundos y causan daños graves a los tejidos subyacentes.

La mayoría de los cortes son leves y no requieren atención médica. Si la víctima tiene una herida profunda y sucia, se debe consultar un médico, ya que puede ser necesaria la vacunación antitetánica. Cualquier herida grande debe ser examinada por un médico, pues tal vez sea necesario suturarla.

La limpieza es muy importante en la curación de todas las heridas para que se alivien más pronto y no se infecten.

Para curar una herida, primero lávese bien las manos con agua y jabón, entonces lave bien la herida con agua hervida y fría; si es posible, use una jeringa o una pera de hule; utilice jabón, ya que cualquier basurita dejada en la herida, puede causar infecciones peligrosas, como el tétanos.

Al limpiar la herida, tenga cuidado de quitar toda la tierra; si la herida forma un pellejo, levántelo y quite toda la basura, para esto puede usar unas pincitas o cualquier instrumento, pero siempre hiérvalo primero para que esté bien limpio (estéril).

Nunca ponga alcohol, tintura de yodo o mertiolate dentro de una herida, ya que puede dañar los tejidos y tardar el alivio.

La prevención de accidentes infantiles consiste en proporcionar al niño un ambiente natural y sin riesgos para que realice sus actividades. La principal forma de prevenir accidentes en el hogar es mantener el orden en la casa para que cada cosa esté en su lugar y los objetos de riesgo, fuera del alcance de los niños.

Los adultos debemos estar conscientes de los riesgos que representa dejar al alcance de los niños objetos punzocortantes, líquidos tóxicos, venenos, aceites, cerillos, armas de fuego, herramientas, etcétera. Es fácil que los menores, por su curiosidad natural, les llame la atención algún objeto o animal; por ello es nuestro deber indicarles qué pueden tocar y qué no, con el fin de proporcionarles la mayor seguridad posible.

#### *El botiquín de primeros auxilios*

Para prevenir las heridas, debemos estar alertas ante la presencia de tijeras, cuchillos, astillas de madera, navajas de afeitar, vidrios rotos y clavos entre otras cosas. Todo esto debe estar lejos de los niños.

También es conveniente contar con un botiquín que contenga algodón, alcohol, gasas, agua oxigenada y mertiolate, estos elementos nos ayudarán a mantener la herida limpia y con grandes posibilidades de una rápida recuperación.

El botiquín es el espacio donde la familia o la comunidad tienen los medicamentos necesarios para prestar los primeros auxilios a una persona. Debe tener los materiales indispensables para tratar lesiones, infecciones leves y enfermedades comunes.

Es importante que los miembros de la familia entiendan que el botiquín es para beneficio de todos, por tal motivo, debe encontrarse al alcance, pero no a disposición de niños pequeños; es importante tener presente que el lugar donde esté, sea fresco, limpio, alejado de la humedad y de los rayos del sol. Los diversos materiales que se encuentran en él necesitan estar marcados y se debe revisar frecuentemente su fecha de caducidad.

Tomado de: Escuela y padres de familia,

SEP [http://www2.sep.df.gob.mx/para\\_padres/familia\\_escuela/accidentes\\_frecuentes.jsp](http://www2.sep.df.gob.mx/para_padres/familia_escuela/accidentes_frecuentes.jsp)

- 
- #noticias
- #saludfísica
- #comportamiento
- 1 year ago
- Permalink

Share

## ¿POR QUÉ ROBAN LOS NIÑOS?

Robar, es uno de los comportamientos de los hijos que suelen dejar a los padres perplejos y confundidos, sin saber qué hacer ni cómo abordarlo, ya sea con niños o con adolescentes.

No obstante, “robar forma parte del proceso ‘normal’ de desarrollo del niño, normal pero no correcto, y los papas no pueden dormirse en sus laureles”, afirma el psicólogo Juan Pablo Arredondo.

La conducta del robo infantil debe entenderse como un asunto de manejo de la frustración. “Para el niño, lo que se pone a prueba es su capacidad para tolerar que las cosas no siempre resultan como él las quiere, y puede intentar pedir las (los *pedinches*) o abusar del mecanismo para conseguir lo que quiere tener”, explica el especialista.

El niño pequeño suele tomar el objeto que desea y punto, y puede continuar este comportamiento hasta los cuatro o cinco años, cuando agrega a este impulso una estrategia para conseguirlo, como la distracción del otro o esperar a estar solo y ocultar su hurto.

Las explicaciones de los niños suelen ser muy imprecisas como “me lo encontré” o “me lo regalaron”.

### **Etapas y características del robo:**

De 0 a 3 años

Es normal, pero no correcto, que un niño pequeño tome algo que desea o le llame la atención, lo que no puede considerarse un robo.

De 3 a 5 años

En esta etapa los padres tienen que educar de manera activa a sus niños acerca de la propiedad ajena cuando tomen algo que no les pertenezca, y pedirles que reflexionen si les gustaría que alguien les robara sus cosas. No debemos sermonearlos ni ponerles etiquetas como “eres malo”, “ladrón” o “ratero”.

De los 5 años en adelante

Aunque los niños hayan aprendido que robar es malo, pueden hacerlo por varias razones:

- Tener cosas iguales a las de su hermano que perciben favorecido por los padres.
- Mostrar valentía ante sus amigos o para ser aceptado.
- Hacer regalos.
- Temor a la dependencia de otros (obtener lo que desean sin pedirlo).
- Recibir atención y afecto. El efecto robado se convierte en un sustituto.

Si los padres toman medidas adecuadas, en la mayoría de los casos el robo cesa según el niño va creciendo:

### **Acciones efectivas de los padres frente al robo:**

- Decir al niño que robar está mal, PERO NO etiquetarlo a él de ladrón, ni predecirle que será un delincuente cuando crezca.
- Ayudar al adolescente a resarcir el daño, pagar o devolver el objeto robado.

- Impedir que el niño se beneficie del robo bajo ninguna circunstancia.
- Dejar claro que robar es un comportamiento inaceptable dentro de la familia y la comunidad.
- Ayudarle a reflexionar en lo que puede sentir la persona que es despojada de su bien.
- Dar un buen ejemplo.

Una vez que el niño ha resarcido el daño, los padres deben permitirle comenzar de nuevo sin recriminaciones que lo llenen de culpa.

Si el problema persiste y está acompañado de otros comportamientos nocivos, debe buscarse ayuda profesional para valorar las razones de fondo y atenderlas.

Es muy importante diferenciar el robo de la cleptomanía, que es un trastorno de la conducta en el cual el objeto sustraído no tiene un valor en sí mismo, sino que representa liberación de la ansiedad, como tomar un clip de la maestra.

La cleptomanía es un síntoma, una conducta que libera la tensión acumulada por otros problemas como:

- Carencias afectivas
- Necesidad de llamar la atención
- Ansiedad
- Depresión
- Enojo
- Rivalidad con los hermanos

Los niños que roban repetidamente tienen dificultad para confiar en otras personas y para establecer buenas relaciones con los demás.

**¿Cuándo debemos considerar que un chico ha traspasado el límite?** *Cuando el robo es:*  
**Originado por emociones:** frente a la “oportunidad” (pertenencias no vigiladas, casas o carros abiertos), por aburrimiento o falta de actividades estructuradas como asistir a la escuela, por considerar que el delito de robo no es algo serio.

**Dirigido por la recompensa:** deseo de obtener bienes materiales, estar consciente de que se hace por carecer de medios alternativos para conseguir lo que se desea.

Fuente: Elaborado con base en: American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, “Los niños que roban” núm. 12, EUA, 2009.

- #comportamiento
- #noticias
- #socialización
- 1 year ago
- Permalink

Share

# EDUCACIÓN SEXUAL DE LOS NIÑOS

La sexualidad es uno de los aspectos de la vida que define nuestro ser: el género, la reproductividad, el erotismo y la vinculación afectiva interpersonal. Por esta razón, la educación sexual de nuestros hijos no puede omitir ninguno de los aspectos que la componen: el biológico, el psicológico, el emocional y el social.

Muchos de los problemas relacionados con las conductas incorrectas de los niños provienen de la falta de educación sobre sexualidad adecuada a su edad. Si se ofrece información básica sobre el cuerpo y su cuidado, los límites, las manifestaciones normales del desarrollo y los riesgos, disminuirá la probabilidad de sufrir desequilibrios y abusos.

Ante esta necesidad, muchos padres se preguntarán y ¿cómo educamos a nuestros hijos si nosotros no lo fuimos? Un buen comienzo es reemplazar la información falsa o creencias por datos verdaderos, y nombrar a cada parte del cuerpo por su nombre.

En el documento *Sexualidad Infantil Y Juvenil. Nociones introductorias para maestras y maestros de educación básica*, preparado por la Secretaría de Educación Pública, se recomienda a los padres hablar con sus hijos e hijas cuando éstos pregunten acerca de temas sexuales, asumiendo una actitud natural, sin miedos ni vergüenzas, de confianza, respeto y atención; sin solemnidad ni artificio, aunque sí con la delicadeza suficiente que requiera el tema. Esta actitud es válida para cualquier edad de los hijos, pero particularmente importante con los infantes.

“Hay que escuchar exactamente qué quieren saber los menores, qué sentimientos o miedos están detrás de las preguntas que formulan. Es preciso saber qué se imaginan, así como qué situación o persona motivó la duda. Lo mejor en estos casos es pedir al niño o a la niña que explique lo que cree saber acerca del asunto que causa su inquietud. Eso dará a los padres una idea del nivel de complejidad que su hijo o hija es capaz de recibir en la respuesta, pues así como hay que desterrar conceptos erróneos, tampoco conviene responder con explicaciones que no estén al alcance del pequeño por su complejidad o profusión”.

Tarde o temprano, los niños preguntan a sus padres cómo nacieron. El diálogo puede iniciarse preguntando al niño: “¿Tú, como crees?” “Mmm ¿cómo los gatos?” “¿Por qué crees que es así?” Los papás pueden hablar de las similitudes y las diferencias entre los seres humanos y otros seres vivos: “Cuando dos personas se quieren pueden tener un hijo como tú. Esas dos personas son el papá y la mamá...” Puede ser que las preguntas del niño se detengan ahí o continúen: “¿Cómo tú y mi papá?” “Sí... el hombre pone dentro de la mujer una semilla que va creciendo aquí” ... “¿En la panza?”, “Sí, en el vientre, ahí va creciendo y creciendo y a los nueve meses nace un bebé”.

Los padres deben estar preparados para sostener estas conversaciones con información verdadera, es decir, deben investigar y desechar creencias falsas.

A medida que sus hijos crezcan, las preguntas sobre sexualidad serán cada vez más complejas y diversas, pues tocan la esencia del ser hombre o ser mujer, desde los enfoques de género, reproductividad, erotismo y la vinculación afectiva interpersonal.

En la adolescencia es común que surjan dudas a cerca de qué es un condón y cómo se pone, a qué edad comienza el hombre a eyacular, cuándo empieza la menstruación, qué es el orgasmo, qué es la virginidad, a qué edad pueden tenerse relaciones sexuales, que es la homosexualidad, etcétera. Si esta información no es proporcionada por los padres y los educadores, de cualquier forma llegará a los jóvenes, y muy probablemente estará fragmentada y distorsionada.

Ahora se sabe que la ausencia de educación sexual en el ámbito familiar y escolar puede ocasionar conductas de riesgo como embarazos no deseados y contagio de enfermedades de transmisión sexual.

- En México cada año se registran 300 mil embarazos en chicas adolescentes. (CIMAC).
- La edad promedio de inicio de relaciones sexuales entre las y los adolescentes es de 15 años de edad. (CIMAC).
- Durante el primer encuentro 70% de las jóvenes no utiliza anticonceptivos contra el 49 por ciento de los varones. (CIMAC).

También puede descargar el documento:



*Sexualidad Infantil Y Juvenil. Nociones introductorias para maestras y maestros de educación básica, preparado por la Secretaría de Educación Pública (SEP).*

Link original:

<http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/83955/SEXUALIDADINFANTILYJUVENIL1.pdf>

- 
- #sexualidad
- #noticias
- 1 year ago
- 1
- Permalink

Share

## ALIMENTOS Y BEBIDAS INDUSTRIALIZADOS QUE PODRÁN VENDERSE EN ESCUELAS PÚBLICAS Y PRIVADAS

Las secretarías de Salud y Educación dieron a conocer la primera lista de 31 alimentos y bebidas industrializados cuya venta estará permitida en los planteles de enseñanza básica a partir de 2011.

Se trata de un listado dividido en: 1) Bebidas para secundaria<sup>[1]</sup>, 2) Leche, 3) Yogurt y alimentos lácteos fermentados, 4) Jugos de frutas y verduras, 5) Néctares, 6) Alimentos líquidos de soya, 7) Botanas, 8) Galletas, pastelillos, confites y postres, 9) Oleaginosas y leguminosas secas.

No es una recomendación para su consumo, sino la autorización para que sean expendidos en las escuelas ya que al momento cumplen con los parámetros señalados por el *Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad*, respecto de la cantidad de calorías por porción, grasas totales, sodio y ácidos grasos trans.

[http://www.insp.mx/alimentosescolares/alimentos\\_permitidos.php#irabajo](http://www.insp.mx/alimentosescolares/alimentos_permitidos.php#irabajo)

De hecho, se hace énfasis en las propiedades nutricias de los alimentos y bebidas con el objetivo de que padres y alumnos se familiaricen con la información básica nutrimental.

- Considera cómo principales criterios para la etapa 1: caloría por porción y grasas totales, por lo que aquellos alimentos con altos contenidos de grasas totales (más de 40% del total de calorías) no son recomendables para su consumo en las escuelas. Para los siguientes dos ciclos escolares se establecen límites para azúcares añadidas, sodio y grasas saturadas.

- Los lineamientos dados a conocer son obligatorios a partir del primero de enero del 2011 para todas las escuelas públicas y privadas de educación básica.
- Incluyen, tanto alimentos preparados en la escuela como alimentos procesados disponibles en la misma.
- Son un estándar nacional que debe aplicarse en todas las entidades federativas.

<http://www.insp.mx/alimentos Escolares/criterios.php>

Estos criterios incorporan el compromiso de la industria de coadyuvar al consumo de agua simple y potable, de manera que, en un plazo máximo de 2 meses después de haber comenzado el ciclo escolar 2010-2011, se retirarán las bebidas azucaradas.

El grupo de las oleaginosas (p.ej. cacahuates, nueces, almendras, pistaches, etc.) y leguminosas secas (p. ej. habas secas) no se encuentra sujeto al criterio de grasas totales por su alto valor nutrimental ya que, a pesar de su alto contenido de grasas, su consumo moderado ha sido asociado con efectos positivos para la salud, siempre y cuando no tengan grasas añadidas.

El antecedente de este listado se puede consultar en:

[ALIMENTOS Y BEBIDAS NO PERMITIDOS SEP 2010-2011](#)

[ALIMENTOS Y BEBIDAS PERMITIDOS SEP 2010-2011](#)

**[1] Se podría permitir la venta de bebidas con edulcorantes no calóricos en porciones de 250 ml., o menos, sin cafeína y sin taurina.**

- 

- #alimentación

- #noticias

- 1 year ago

- Permalink

Share

## CANTIDAD Y CALIDAD DE TIEMPO PARA NUESTROS HIJOS

*La calidad de tiempo con los hijos no se mide por lo entretenido que haya sido el rato que pasamos con ellos.* Los padres de hoy tienen muchas más complicaciones para pasar tiempo con sus hijos que en épocas anteriores, el trabajo fuera de casa impacta directamente la forma en que deben administrar el tiempo para atender las necesidades tanto físicas como emocionales de los hijos. Para un hijo es tan importante la calidad como la cantidad de tiempo que sus padres le brindan y ese equilibrio debe permitir a un padre conocer, comprender, saber qué sienten y quiénes son sus hijos.

La autora del libro *De la culpa... a la calma*, Ángela Marulanda, escribe al respecto lo siguiente: “Parece que en nuestra loca carrera por estirar el tiempo, finalmente logramos hacer todo... menos vivir, si por ello entendemos compartir, jugar, reír, conversar, gozar... amar. Por andar ocupados en que nada les falte a los hijos, los padres no les damos más sino menos, menos sosiego, presencia, comprensión, menos de todo lo que precisan para crecer tranquilos”. “Los niños perciben cuando fingimos prestarles atención, pero realmente no lo estamos haciendo”. Si el tiempo que dedicas a tus hijos sólo alcanza para darles órdenes, suplicarles, corregirlos y apurarlos o sólo prestas atención cuando gritan, lloran o hacen alguna travesura, ese tiempo, aunque sea mucho, no es de calidad.

La opción es buscar espacios para estar presentes de cuerpo y alma porque, afirma Marulanda, muchas de las dificultades que nuestros hijos enfrentan son el resultado de no haberse sentido suficientemente valorados por nosotros, porque no estuvimos ahí para ellos.

“La calidad de tiempo con los hijos no se mide por lo entretenido que haya sido el rato que pasamos con ellos, sino por lo mucho que ese tiempo nos permita conocerlos. Es en esa quietud cuando son evidentes sus inquietudes, sus tristezas, sus dichas, es decir, lo que ocurre no fuera, sino dentro de nuestros hijos. Tenemos que propiciar encuentros en los que podamos percibir su confusión y orientarlos, así como sus cualidades y fortalezas para reafirmarlas”.

“No son las diversiones sino nuestro interés y dedicación personal a los hijos lo que nos permite tejer con ellos esos lazos afectivos que no se dan con la mera convivencia, y que son los que les hacen ver que ellos son lo más importante de nuestra vida, que los amamos más que a nadie”, eso es calidad y se debe dar en suficiente cantidad.

**Fabiola Bautista / [escuelaparapadres.com](http://escuelaparapadres.com)**

**Fuente:** <http://escuelaparapadres.tumblr.com/>