

Poder hablar todo con los hijos, clave en la crianza. Sí al diálogo incómodo



Junto a su hija menor: "Ella no entendía lo que era cáncer en ese momento pero sí le dije que yo estaba enferma y me acompañó mucho".

Hace pocos días, luego de que Fernando Báez Sosa, un joven de 19 años, muriera asesinado por otros jóvenes a la salida de un boliche en Villa Gesell, **volvió a cobrar centralidad entre los especialistas la importancia de que exista una buena comunicación entre padres e hijos.**

Aunque pueda confundirse con el intercambio verbal de trivialidades cotidianas, **el diálogo con los hijos es cosa seria y hasta muchas veces algo incómodo.** Se trata de un proceso más profundo, en el que se transmiten valores, pautas de conducta y posiciona el vínculo en un ámbito de mutua confianza.

Los especialistas coinciden en que es también un espacio fundamental para la crianza, irremplazable, a pesar de que vivamos en un entorno saturado de información y a veces tienda a suponerse que los chicos ya saben todo. Por el contrario, aclaran que la sobreabundancia informativa encarna potenciales riesgos y requiere de la presencia adulta para tamizarla de manera criteriosa. Sobre todo, cuando se imponen temas incómodos o difíciles.

La sobreabundancia informativa encarna potenciales riesgos y requiere de la presencia adulta para tamizarla de manera criteriosa. Sobre todo, cuando se imponen temas incómodos o difíciles.

Si bien la principal forma de comunicación entre seres humanos es verbal, cuando los interlocutores son los hijos, a veces nos quedamos sin palabras. ¿Cómo hablarles sobre la muerte o la sexualidad? ¿De qué manera responder a sus dudas sobre aborto o diversidad de género? ¿Cómo -y a partir de cuándo- encarar estos y otros asuntos, como el peligro de la droga y los excesos? **En definitiva, ¿cómo transformar situaciones como el crimen de Villa Gesell en una oportunidad para hablar sobre lo que importa?**

La clave reside en la construcción de un vínculo sólido, en el que el hablar esté presente desde los primeros años de vida. De poco sirve acordarse de conversar con los hijos cuando llegan a la adolescencia si el hábito estuvo poco presente durante los años anteriores.

Durante los primeros años de vida, la muerte y la sexualidad suelen ser temas espinosos. **"Hoy los niños preguntan más sobre la muerte porque la sexualidad es menos un tabú. En cambio, a los padres les cuesta mucho hablar sobre la muerte.** Cuando decimos 'temas difíciles' no se trata de que lo sean para los niños solamente, sino que también lo son para los padres", explica Luciano Luterau, psicoanalista y autor de los libros Más crianza, menos terapia y Esos raros adolescentes nuevos, ambos editados por Paidós.

Cuando decimos 'temas difíciles' no se trata de que lo sean para los niños solamente, sino que también lo son para los padres.

Luciano Luterau, psicoanalista

Las pediatras Vanesa Patrucco y Alejandra Olivieri, miembros del comité nacional de Familia y Salud Mental de la Sociedad Argentina de Pediatría, **coinciden en poner el acento en la necesidad de hablar de otros temas también insertos en la vida cotidiana**, que suelen dejarse de lado porque incomodan, generan vergüenza, son dolorosos o no se sabe hasta dónde se debe dar una respuesta.

" Hay temas que existieron siempre pero que a muchos les sigue costando hablar, como los nacimientos, el divorcio, las pérdidas, las enfermedades, el cuidado del propio cuerpo y de la intimidad, la sexualidad, y en los más grandes y los adolescentes se suman la violencia de género, el racismo, el bullying, el grooming, el aborto, etc.", puntualizan juntas las especialistas.

Cercanos y reflexivos

Pero, ¿de qué manera abordarlos? **Lo ideal es buscar contextos adecuados, sin transformar el diálogo en algo solemne.**

" Los chicos perciben nuestras inconsistencias y toman nota de nuestras contradicciones, de ahí que no sea aconsejable acercarnos a ellos desde el lugar del sabelotodo, sino adoptar una actitud cercana, reflexiva, tolerante a la crítica y al disenso, remarca Mariángeles Castro Sánchez, directora de la licenciatura en Orientación Familiar de la Universidad Austral.

No es aconsejable acercarnos a ellos desde un lugar de sabelotodo, sino adoptar una actitud cercana, reflexiva, tolerante a la crítica y al disenso.

Mariángeles Castro Sánchez, Universidad Austral

Cuando en 2003, y a los 41 años, **la vida la sorprendió con un diagnóstico de cáncer de mama, la estrategia que empleó Sofía Zancaner para hablar con sus tres hijos de, por entonces, 15, 11 y 6 años fue hacerlo por separado.**

" Santi, el mayor, me preguntó si me iba a quedar pelada -recuerda-. 'Si hago quimio, sí', le contesté; y le pedí que nos mantuviéramos cerca. Bauti, el de 11, me preguntó si me iba a morir. Le dije que esperaba que no y que planeaba hacer todo lo que estuviera a mi alcance para no morirme. **Entonces me contó que un compañero le había dicho: 'Tu mamá tiene cáncer y se va a morir'.** Para ese momento yo había hablado antes con algunas mamás del cole. **Francisca, la más chiquita, no entendía lo que era el cáncer en ese momento, pero sí le dije que yo estaba enferma y me acompañó mucho."**



"Todo fue siempre muy hablado y naturalizado", asegura Sofía Zancaner. Crédito: Mauro Alfieri
 Cuando se le empezó a caer el pelo, rememora, primero se lo cortó corto y después se rapó.
 "Me recuerdo diciéndole a los chicos: **'Mirame a los ojos, sigo siendo tu mamá con o sin pelo'**.
 Todo fue siempre muy hablado y naturalizado", recuerda Zancaner, quien considera que la comunicación es fundamental en casos como el suyo porque, por otra parte, los hijos perciben lo no dicho. "Recuerdo haberme cruzado con una mujer que había preferido no contarle a su hijo -agrega-. Ocultaba que estaba pelada usando pelucas. La vi un tiempo más tarde y me contó que su hijo la había dibujado pelada."

Zancaner considera que la comunicación es fundamental en casos como el suyo porque, por otra parte, los hijos perciben lo no dicho.

" Hoy en día la enfermedad no es algo coyuntural sino crónico en muchos casos: muchas personas viven con una enfermedad durante muchos años. Lo importante es cómo explicarle al niño que la enfermedad no desautoriza al padre o madre, pero el primer paso es que el enfermo no se desautorice a sí mismo", analiza Luterau, también doctor en Psicología y Filosofía por la UBA.

***El primer paso es que el enfermo no se desautorice a sí mismo.
 Luciano Luterau, psicoanalista***

Evitar hablar de ciertos temas no los hace desaparecer. Si el adulto no logra posicionarse como referente inmediato y de confianza para los hijos, lo más frecuente será que busquen esa información en fuentes alternativas y no siempre fidedignas. "Gracias al acceso a Internet y a la pertenencia a redes sociales, los niños y adolescentes descubren temas a edades más tempranas. **Buscan información y respuestas en otras fuentes, muchas veces no las más adecuadas, y eso debe movilizarlos, como adultos, a conocer esta realidad y a prepararnos para escuchar, preguntar, analizar, responder, acompañarlos en esta búsqueda de respuestas y conocimiento, para que no queden expuestos"**, recomiendan Patrucco y Olivieri. **No ser claros en los conceptos por evitar ciertos temas o por temor a las reacciones de los chicos también puede generar confusión.** "A edades muy cortas, no comprenden las metáforas. Tenemos niños en la fundación que tienen miedo de que los aviones atropellen a su ser querido muerto porque les dijeron que estaba en el cielo", puntualiza Aldana Di

Costanzo, directora de la Fundación Aiken, una organización social que acompaña a niños, niñas y adolescentes en duelo por muerte de padre, madre o hermanos.

Si el adulto no logra posicionarse como referente inmediato y de confianza para los hijos, lo más frecuente será que busquen esa información en fuentes alternativas y no siempre fidedignas.

Di Constanzo considera fundamental que tanto en el caso de la muerte como en el de otros temas, sean los adultos quienes les abran a los chicos una ventana al mundo. "Se supone que sabemos generar contextos - continúa-. Nada mejor que un adulto referente y amoroso porque uno de los ejes para hablar de cualquier tema difícil es el cuidado. Asimismo, es fundamental la verdad, obviamente adecuando las palabras y la cantidad de información a la edad del niño."

Cuando en septiembre de 2018 y con casi 4 años murió su Taniel, su hijo menor, Flavia Alvarez debió encontrar las palabras para contárselo a Jazmín, su otra hija, de 8 años. "Al momento de su nacimiento, nos encontramos con que Tai tenía el síndrome de Patau, que tiene un pronóstico de vida de entre 4 meses y un año. Con Emi, mi pareja, se nos presentó la disyuntiva de qué hacer con Jaz. Entonces me asesoré con una psicopedagoga y decidimos no contárselo y dejar que ella disfrutara de su hermanito sin estar pensando en que iba a morir."



Jazmín (8), junto a sus padres, Flavia y Emiliano; ellos tuvieron que tratar la muerte de su hijo más chico. Crédito: Gentileza

Tras contraer una neumonía fulminante en 2018, los médicos les dijeron a los padres que no había mucho por hacer: Taniel falleció en cinco días. **El momento más crudo para Jazmín fue el sepelio de su hermano.**

Con el paso de los días, **la niña comenzó a mostrar raptos de llanto y de enojo y su mamá empezó a temer que todos esos sentimientos decantaran en ella de una manera negativa.** Al poco tiempo comenzaron a asistir a la fundación Aiken. "En una de esas jornadas, Jazmín pudo verbalizar su enojo por no haber podido despedirse de su hermano", rememora Flavia, de 42 años, quien reconoce que fue todo un desafío aprender a contener a su hija sin esconder su propio duelo.

Jazmín pudo verbalizar su enojo por no haber podido despedirse de su hermano.
Flavia Álvarez

Independientemente del tema que se trate, la clave es forjar una comunicación consistente y sin tabúes, sostenida desde el afecto y el ejemplo. Así lo considera, también, el médico especialista en Pediatría y Adolescencia Enrique Berner. "Hay un montón de contenidos para hablar desde los primeros años de vida -reflexiona-. El desarrollo, la responsabilidad, la autonomía y la seguridad, la sexualidad, el respeto al otro; demostrarles desde el ejemplo el ser solidarios y el respeto a todos en general. **Uno tiene que prepararlos para la adolescencia desde la infancia.**"

Lorena Oliva

La Nación, 27 de enero de 2020

<https://www.lanacion.com.ar/comunidad/si-al-dialogo-incomodo-poder-hablar-todo-nid2327901>

Una etapa de cambios que requiere mas acompañamiento

"Impetuosos, prepotentes y contestatarios." Enrique Berner, jefe del servicio de Adolescencia del hospital Cosme Argerich explica que así describía el mismísimo Sócrates a los adolescentes. **"Ellos no han cambiado, lo que cambió es el contexto"**, alerta este médico especialista en Pediatría y Adolescencia.

A su entender, los adolescentes circulan en un contexto plagado de peligros y sin demasiada contención social o estatal por lo que se hace fundamental la presencia de los padres.

" La neurociencia ha confirmado que el cerebro humano alcanza el estatus adulto a los 25 años. Esto los ubica en un estado de vulnerabilidad porque están en proceso de maduración biológica, psicológica y social. Requieren acompañamiento **y los adultos somos responsables, tenemos que implicarnos en su cuidado como cuando eran más chiquitos"**, recomienda Berner.

En un mundo que encarna potenciales peligros, la palabra del adulto se vuelve fundamental durante la adolescencia. **Hablar de sexualidad, de drogas y de violencia se vuelve imperioso, aun cuando eso implique asumir que los hijos han dejado de ser niños.**

Para el psicoanalista Luciano Luterou, hay temas relacionados con la sexualidad que los padres no tocan porque no los creen necesarios o porque los obliga a reconocer la sexualidad del hijo o hija no como algo que vendrá, sino como ya acontecida. **Sin embargo, considera que "aunque parezca tonto, hay que explicarles que el preservativo no solo es un método de prevención del embarazo, sino también de las enfermedades de transmisión sexual".** Y detalla un fenómeno que demuestran por qué es necesario: "El incremento de enfermedades de transmisión sexual; no sólo la infección de VIH sino el retorno de 'venéreas' como la gonorrea y la sífilis".

Luciano Luterou explica que hay temas relacionados con la sexualidad que los padres no tocan porque no los creen necesarios o porque los obliga a reconocer la sexualidad del hijo o hija no como algo que vendrá, sino como ya acontecida.

En ese sentido, Berner es enfático: "Los contenidos de educación sexual deben estar desde los primeros años de la vida. **De poco sirve mostrarle un preservativo a un chico a los 15 si antes nunca se habló sobre su importancia**". Y recomienda a los padres hablar del cuerpo sin tabúes, del pene, la vagina, dejando en claro que los genitales marcan el sexo biológico, pero no más que eso.

"Hay temas, como, por ejemplo, la pastilla del día después, en los que sí creo que los padres tienen un conflicto a la hora de ver qué decir. **Algunos lo hablan y otros no. El temor común es que sienten que incentivan algo**", reconoce Luterou.

**Hay temas, como, por ejemplo, la pastilla del día después en los que los padres tienen un conflicto a la hora de ver qué decir.
Luciano Luterou, psiconalista**

Por otra parte, **es durante la adolescencia en donde cobra mayor relevancia el grupo de pares**. "Una de las formas que tienen los chicos de sentirse poderosos frente a un mundo muy difícil para ellos y que los asusta es juntarse en grupos. La idea de que los grupos sean para los jóvenes una segunda familia está buena. **Pero cuando empiezan a tener mucha preeminencia, el riesgo es que puedan ocurrir situaciones como las que hemos visto en la Costa**", analiza Miguel Espeche, coordinador general del Programa de Salud Mental Barrial del Hospital Pirovano.

Berner recomienda hacer foco en la autonomía de cada chico. **"Hay que decirles que a veces el grupo los puede llevar a donde no quieren ir y que ellos tienen que ser autónomos y no dejarse llevar"**, aconseja el médico, quien agrega que el servicio que dirige en el Argerich organizó un encuentro con adolescentes con diferentes perfiles socioeconómicos explicaron, mediante el formato de charlas TED, qué necesitan de los adultos. Uno de ellos, recuerda, expresó el siguiente pedido: **"Aunque yo cierre la puerta, vuelvan a golpearla. Porque tal vez yo tenga algo más para decir."** Llegó la hora de escucharlos.

La Nación, 27 de enero de 2020

<https://www.lanacion.com.ar/comunidad/si-al-dialogo-incomodo-poder-hablar-todo-nid2327901>

- **MATERIAL BIBLIOGRÁFICO:** En los últimos años se lanzaron diferentes libros relacionados con la crianza de los hijos. Entre ellos, Más crianza, menos terapia y Esos raros adolescentes nuevos, ambos del psicoanalista Luciano Luterou y editados por Paidós, en los que el autor destaca cuán importante es el acompañamiento de los adultos
- **EN LA WEB:** El servicio de Adolescencia del hospital Cosme Argerich tiene una página en [Facebook](#). También el [Instituto de Ciencias para la Familia](#) cuenta con diferentes programas de orientación en formato virtual.
- **ORIENTACIÓN ESPECÍFICA:** La [Fundación Aiken](#) es una organización social sin fin de lucro que acompaña a niños, niñas y adolescentes en duelo. También el Programa de Salud Mental Barrial del Hospital Pirovano cuenta con diversos [talleres](#).

Por: [Lorena Oliva](#)