



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

DIVISIÓN SISTEMA UNIVERSIDAD ABIERTA

**ESTILOS DE CRIANZA Y SU RELACIÓN CON LAS VULNERABILIDADES DEL
HIJO ADOLESCENTE**

Tesis

Que para obtener el título de

Licenciado en Psicología

P R E S E N T A

ENOC LÓPEZ ZÁRATE

Directora: Maestra Patricia Paz de Buen Rodríguez

Primera Revisora: Maestra Gabriela Romero García

Sinodales: Maestra Socorro Escandón Gallegos

Maestra Yolanda Bernal Álvarez

Licenciada Gabriela Villarreal Villafañe

Ciudad de México, 2023.





Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos

A Enoc, mi hijo, por alegrar mi vida. A mi esposa que ha sido una fuente inagotable de apoyo y amor. A Cassandrita, mi hija, por su amor incondicional.

A mis padres que me han impulsado a dar lo mejor de mí.

A mis maestras que me han acompañado durante toda mi vida académica.

Ningún éxito en la vida compensa el fracaso en el hogar.

- David O. McKay

Índice

Introducción.....	1
Capítulo 1 Vulnerabilidades de los adolescentes en México, sus derechos y responsabilidades de sus padres.....	6
Primera parte: La adolescencia y estadísticas asociadas a sus vulnerabilidades	6
Número de adolescentes en México y en el mundo	10
Vulnerabilidades en adolescentes hombres.....	11
Violencia física y homicidio	12
Sexualidad.....	14
Mala alimentación y escasa actividad física.....	16
Problemas emocionales.....	20
Suicidio.....	22
Adolescentes privados de su libertad y adicciones.....	23
Problemas educativos.....	26
Violencia en las escuelas	28
Violencia virtual	29
Trabajo infantil.....	31
Segunda parte: Derechos de los adolescentes y los roles y obligaciones de los padres .	33
La familia y el hogar	33
Derechos de los niños y las familias	36
Los padres y sus roles	40
Capítulo 2 La dinámica familiar y su influencia en las vulnerabilidades del adolescente	48
Primera parte: Dinámica familiar y el cuidado del hijo adolescente.....	48
El adolescente en el hogar y en la dinámica familiar	49
Madres	54
Padres	56
Conflictos maritales y su incidencia en las vulnerabilidades del adolescente.....	59
Segunda parte: Vulnerabilidades intrafamiliares de los adolescentes.....	61

Niñez sin cuidados parentales.....	62
Violencia intrafamiliar.....	67
Pobreza	75
Exclusión	79
Capítulo 3 Personalidad del adolescente y estilos de crianza de los padres	84
Primera parte: Personalidad del adolescente.....	85
Desarrollo cerebral del adolescente	86
Vida social presencial y virtual: distancia de sus padres, cercanía de sus pares	89
Conflictos y la búsqueda de riesgos.....	93
Segunda parte: Estilos de crianza	97
Estilo permisivo	99
Estilo autoritario	99
Estilo participativo	100
Crianza positiva.....	101
Tercera parte: Estrategias efectivas para mejorar el ambiente en el hogar y mitigar las vulnerabilidades de adolescentes hombres.....	102
Límites.....	103
Afecto	107
Comunicación, emociones y sentimientos	110
Conclusiones.....	120
Referencias	126
Bibliografía.....	126
Cibergrafía.....	126
Documentos especializados	129
Hemerografía.....	134

Introducción

El objetivo de este estudio es poner de relieve las vulnerabilidades en la adolescencia, específicamente la de los hombres mexicanos. Así como la manera en que los estilos de crianza de los padres son relevantes para el comportamiento de los y las adolescentes. México es un país con mucha gente joven, de acuerdo con cifras del INEGI el 15% de la población total es menor a 18 años, de los cuales 13,060,300 están en el rango de 12 a 17 años (2022a). Lo cual, entre otras razones, hace de suma importancia conocer sobre este segmento poblacional, así como las oportunidades y retos que plantea esta edad.

Este trabajo se origina en la idea de que muchos padres y madres, muy probablemente, criarán hijos e hijas que transcurrirán la adolescencia. Pero al criar varones, los padres tienen desafíos distintos que los que crían hijas. Esto representa retos específicos tanto en el hogar como en la escuela y otros lugares de convivencia. Conocer los riesgos que enfrentan, y cómo los padres pueden atenuar o exacerbar estos riesgos a través de su comportamiento, puede ser primordial en la crianza de sus hijos. Para ello es fundamental conocer desde la psicología los cambios físicos y psicológicos de los adolescentes, para entender sus comportamientos, cambios y la manera en que conceptualizan a sus padres, amigos, a la autoridad y a ellos mismos.

Aunado a lo anterior, la educación y la salud de estos futuros adultos jóvenes es de gran importancia para la definición de políticas públicas que inciden en el sistema de salud y la productividad de su trabajo. En este sentido, brindar oportunidades a partir del acercamiento y conocimiento de los adolescentes desde el hogar, como agente primario socializador, plantea una posible solución, para que la convivencia entre los jóvenes y su entorno familiar y social esté libre de violencia.

Este trabajo consta de tres capítulos. El capítulo 1: ***Vulnerabilidades de los adolescentes en México, sus derechos y responsabilidades de sus padres***, expone las

principales vulnerabilidades de un adolescente hombre mexicano. Para ello se presentan datos estadísticos que refieren la incidencia de riesgos en estos adolescentes, así como la manera en que estas vulnerabilidades se enlazan, dando pie a que el adolescente padezca otros peligros. También pone de relieve los derechos de los adolescentes y las responsabilidades de los padres con sus hijos adolescentes al aceptar su rol en la familia.

En el capítulo 2: ***La dinámica familiar y su influencia en las vulnerabilidades del adolescente***, se hace mención de la manera en que los padres conciben la idea de lo que será su hijo al crecer, los cuidados necesarios, la idealización de las familias, la relación de pareja, los cuidados que brindan las madres y los padres a sus hijos. Así como la manera en que la omisión de los cuidados y responsabilidades para con los hijos repercute en el ambiente doméstico.

El capítulo 3: ***Personalidad del adolescente y estilos de crianza de los padres***, refiere cambios en la personalidad del adolescente, su autoconcepto, la búsqueda de su lugar en el mundo, su desarrollo cerebral y la ampliación de su círculo social. También se menciona cómo las conductas de los padres influyen en una mejor armonía en el hogar y en la atenuación de las vulnerabilidades de sus hijos adolescentes hombres.

Esta investigación se enfoca en identificar la manera en que los estilos de crianza de los padres y las madres son relevantes en relación con las vulnerabilidades del hijo adolescente. Para obtener conocimiento concluyente de esta relación, se investigó y se expusieron las principales vulnerabilidades del adolescente hombre mexicano, la dinámica familiar y su influencia en las vulnerabilidades de los adolescentes, la clasificación de los estilos de crianza más habituales y conductas de los padres y madres que inciden en la prevención de vulnerabilidades en los adolescentes.

Para lograr estos objetivos, se realizó una investigación documental orientada a la revisión bibliográfica de documentos especializados de organizaciones de atención a la infancia y organismos especializados en esta materia, como la Organización de las Naciones Unidas

(ONU), la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH), la Asociación Panamericana de la Salud (PAHO), la Secretaría Ejecutiva del Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes (SIPINNA), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), entre otros. Para obtener información sobre el tema, se revisaron diversas fuentes: revistas, libros, artículos científicos, páginas electrónicas y diversos trabajos académicos. Lo cual amplió la visión sobre el problema y así también permitió establecer relaciones entre las fuentes y compararlas para analizar críticamente la información recopilada y responder a la pregunta de investigación propuesta.

El primer capítulo consta de dos partes. Capítulo 1, primera parte: ***La adolescencia y estadísticas asociadas a sus vulnerabilidades***, presenta el concepto de adolescencia y sus etapas, así como el concepto de pubertad y la desambiguación de la adolescencia. También presenta algunas conductas de riesgo en adolescentes hombres en México, entrelazándolas con otras que se suceden como consecuencia. Así mismo, se compara estadísticamente los riesgos entre hombres y mujeres.

El capítulo 1, segunda parte: ***Derechos de los adolescentes y los roles y obligaciones de los padres***, define el concepto de familia y su clasificación, también el concepto de hogar y hace referencia a los derechos de las familias y de los niños. Para este propósito se refiere a documentos de vigencia actual, con validez en México y en mundo. De igual modo se exponen las responsabilidades de los padres con sus hijos. Por último, se mencionan los roles que la cultura mexicana busca implantar para el padre y la madre y cómo impacta en la crianza de sus hijos.

El capítulo 2, primera parte: ***Dinámica familiar y el cuidado del hijo adolescente***, menciona el cambio de prioridades del padre y la madre al concebir un hijo. También se mencionan los cuidados que los padres deben tener con sus hijos, así como el cambio de la dinámica en el hogar con un nuevo integrante. Se menciona el hogar como cuna de la socialización y lugar de enseñanza primaria de habilidades para la vida. También se menciona

el rol de la madre, su unicidad con el bebé y la complementariedad del padre en la protección del hijo y de la madre, así como el aporte necesario del padre en la crianza del hijo. Se expone cómo los conflictos maritales inciden en la crianza y en las vulnerabilidades del adolescente.

El capítulo 2, segunda parte: ***Vulnerabilidades intrafamiliares de los adolescentes***. Refiere las consecuencias derivadas de las conductas de los padres en el hogar y la forma en que inciden en el comportamiento de los hijos. Se explica cómo repercute la ausencia de los padres, el abandono, la violencia, los problemas económicos y la exclusión en el adolescente. Se menciona, también, cómo las conductas de los padres se transmiten de generación en generación.

El capítulo 3, primera parte: ***Personalidad del adolescente***, menciona los principales cambios en el neurodesarrollo del adolescente y la acción de algunas hormonas que son determinantes en la gratificación que les permiten a los adolescentes vivir nuevas experiencias. También, se hace referencia a la vida social presencial y virtual de los jóvenes en esta edad. De igual manera, se explica el deseo de alejarse de sus padres y su hogar y buscar relacionarse más con sus pares. Se hace referencia a cómo influyen los cambios en su capacidad cognitiva, hormonales y nuevos círculos sociales en la búsqueda de riesgos y conflictos.

El capítulo 3, segunda parte: ***Estilos de crianza***, se expone el concepto de crianza y la clasificación de los estilos de crianza. Se hace referencia a cómo estos estilos varían en el fortalecimiento de la autonomía, el establecimiento de límites y el acuerdo de las consecuencias ante determinadas conductas. Se conceptualiza la crianza positiva y se hace referencia al buen trato a los hijos.

El capítulo 3, tercera parte: ***Estrategias efectivas para mejorar el ambiente en el hogar y mitigar las vulnerabilidades de adolescentes hombres***, se declara el concepto de límite y se diferencia la flexibilidad y acompañamiento del control para establecerlos. También se mencionan las conductas adecuadas de los padres cuando el adolescente transgrede los

límites y cómo ayudarlo a que fortalezca la postergación de la gratificación en beneficio de su autodominio. Por último, se menciona una alternativa al castigo y cómo implementarla.

En el último apartado: **Conclusiones**, se mencionan los hallazgos de esta investigación de acuerdo con los documentos estudiados y la nueva comprensión que se obtiene de esta problemática. Así también se mencionan sugerencias a los padres y gobiernos para acciones preventivas en el cuidado de la población adolescente.

Capítulo 1 Vulnerabilidades de los adolescentes en México, sus derechos y responsabilidades de sus padres

México como país tiene características que lo asemejan a otros en América Latina. Una de ellas es la gran cantidad de niños y jóvenes que hay. Dentro de este largo rango de edad hay una en particular que representa una gran oportunidad: la adolescencia. Esto debido a que, en esta edad, todavía están en formación la personalidad y se puede incidir para aprovechar las oportunidades y evitar problemas asociados a este grupo etario.

Al inicio de esta edad, los hombres y mujeres comienzan a exhibir características físicas muy distintas. La constitución física de los hombres, su posición en la sociedad y la expectativa cultural son aspectos muy relevantes a observar en sus conductas de riesgo. Cuestiones como: las adicciones, la alimentación, la violencia, el suicidio, la escasa actividad física, entre otras problemáticas son solo algunas de las que vulneran su salud y bienestar.

Estas vulnerabilidades pueden tener una génesis en los soportes estructurales que la sociedad ofrece por medio de derechos, así también es necesario conocer la importancia que reviste el cuidado de quienes fungen como sus padres, al pasar más tiempo con ellos y ser sus cuidadores primarios.

Primera parte: La adolescencia y estadísticas asociadas a sus vulnerabilidades

La adolescencia es una etapa de gran relevancia en el ser humano, pues conecta la niñez con la edad adulta y durante esta etapa se espera que haya una preparación para enfrentar los retos futuros. Si bien la adolescencia conlleva cambios que son benéficos, también estos cambios son una fuente de vulnerabilidades, aunado a los nuevos contextos en los que el adolescente incursiona. Además, los cambios físicos y cognitivos estimulan el deseo y curiosidad por tomar ciertos roles, experimentar y tomar decisiones, algunas veces prematuras, para las que todavía no están preparados.

Uno de los objetivos de la adolescencia es completar el proceso de dependencia a los padres, hacerse de una identidad propia y trazar un proyecto personal de vida. Al respecto,

Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa mencionan que “el desarrollo biológico, cognitivo y psicosocial que logren desarrollar [sic] los adolescentes en esta etapa del ciclo vital, determinará la forma en que vivirán su vida como adultos” (2013, p. 2).

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), menciona que la adolescencia es el periodo en el que se cristaliza la madurez física, emocional y cognitiva. Así también, se desarrolla la identidad, la personalidad, intereses, capacidades y habilidades para desempeñarse en la edad adulta (2018a).

El punto de partida de la adolescencia coincide con la pubertad. De acuerdo con la UNICEF: “El inicio de la pubertad, que puede ser entendido como el inicio de la adolescencia, varía entre niños y niñas (en ellas empieza de 12 a 18 meses antes) y entre individuos del mismo sexo” (2018a, p. 164). El momento de inicio es distinto para cada persona, de hecho, algunos autores toman la edad de 10 años como la coincidencia de la pubertad y la adolescencia. Pero más aún que esta diferencia de criterio de edad, también está la definición misma de pubertad.

De acuerdo con Papalia: “La pubertad implica cambios biológicos notables. Esos cambios forman parte de un largo y complejo proceso de maduración que empezó antes del nacimiento, y sus ramificaciones psicológicas continúan en la adultez” (2012, p. 355). Para Papalia, la pubertad no comienza para dar paso a la adolescencia, sino más bien, la pubertad está siempre presente, en tanto el cuerpo esté madurando, es un continuo que empieza desde la concepción. De la pubertad, también explica que la primera etapa transcurre entre los seis y ocho años. En esta etapa, se secretan niveles gradualmente crecientes de andrógenos, especialmente dehidroepiandrosterona (DHEA), la cual, a los 10 años es 10 veces mayor del nivel que tenía a los cuatro años. Esta hormona influye en el crecimiento corporal más rápido y crecimiento del vello púbico (2012).

Por otro lado, respecto a la pubertad, Santrock menciona que: “la pubertad constituye un periodo de rápida madurez física en el que se producen cambios hormonales y corporales que tienen lugar, principalmente durante la adolescencia temprana” (2006, p 389).

En cuanto a la adolescencia, la Secretaría de Salud (SSA) usa la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS): “la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años” (2015). Además, la OMS menciona que en cada una de estas etapas se verifican cambios fisiológicos; anatómicos; psicológicos, referentes a la integración de la personalidad e identidad; y la adaptación a los cambios culturales y sociales (2015).

La OMS y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) definen a los adolescentes como personas entre los 10 y 19 años de edad y dividen la adolescencia de la siguiente manera:

	Mujer (años)	Varón (años)
Pre-adolescencia	9 a 12	10 a 13
Adolescencia temprana	12 a 14	13 a 15
Adolescencia intermedia	14 a 16	15 a 17
Adolescencia tardía	16 a 18	17 a 18 (2006)

Por su parte, la UNICEF afirma que la adolescencia puede dividirse en dos fases, que son las siguientes:

- La preadolescencia. Entre los 11 y 13 años, aproximadamente y se caracteriza por los primeros cambios físicos orientados a la madurez psicosexual. Hay una mayor capacidad de ver al futuro y comprender las consecuencias de sus acciones. Es común que tengan más responsabilidades en la escuela y en casa, así como un mayor sentido de independencia que en la etapa previa.
- La adolescencia. A partir de los 13 años aproximadamente. Se presentan grandes cambios en su altura y peso, y la aparición de características sexuales propias de hombres y mujeres. Es una etapa de muchos cambios, inestabilidad en el estado de

ánimo, desafío a los adultos y sus ideas, e interés en dar mayor importancia a las actividades y opiniones de sus amigos. También los adolescentes muestran muchos deseos de experimentar (2019).

Para esta investigación, aunado a lo que menciona la OMS/OPS, se empleará lo dicho por el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP): “La adolescencia se considera a partir de que los individuos tienen 10 años hasta los 19 años de edad” (2020, p. 100). Esto significa que el inicio de la adolescencia coincide con los cambios hormonales más fuertes debidos a la pubertad.

Es importante mencionar que, para este trabajo, la palabra niño o niña incluye a adolescentes, pues esto se ciñe a lo expuesto en el artículo 1 de la Convención sobre los Derechos del Niño, "se entiende por niño todo ser humano menor de dieciocho años de edad" (1989, p. 2).

También, al hacer esta investigación, se tomó en cuenta que, en los documentos aquí citados, la palabra “niño”, se refiere a personas menores de dieciocho años, tanto del sexo masculino como del sexo femenino. Sin embargo, también hay autores e instituciones que usan las siglas NNA para referirse a niños, niñas y adolescentes. Por lo que, para el presente estudio usaré la palabra niños para referirme tanto a niños hombres como mujeres. Pero cuando haya necesidad de ser específico se usará: niños hombres y niñas, en plural o en singular para diferenciar a ambos.

Por otro lado, el término padres, en los documentos consultados, es usado para “padre y madre”. De manera similar, para esta investigación se especifica “padres hombres” o su contraparte: “madres” para diferenciar cada rol.

La adolescencia no solo es importante desde el punto de vista biológico sino también social y económico ya que una buena parte de las sociedades comprende a ese grupo etario. Dependiendo de la región y/o país este grupo poblacional define en mayor o menor medida los planes gubernamentales.

Número de adolescentes en México y en el mundo

La composición de toda población tiene una gran incidencia en su estado presente y futuro. Conocer la cantidad de hombres, mujeres y grupos etarios como la niñez, la juventud, edad adulta, etc., son de gran relevancia para los gobiernos y la manera en que conducen sus políticas. América Latina y en especial México tiene una composición joven de su población, lo cual puede presentar grandes oportunidades, pero también riesgos.

Actualmente tenemos la mayor cantidad de adolescentes en el mundo. Valenzuela, Ibarra, Subarew y Correa mencionan que en el “2009 una quinta parte de la población mundial fueron adolescentes, número que ha aumentado a más del doble desde 1950 y un 85% de ellos se encuentran en países en desarrollo” (2013, p. 3). También de acuerdo con datos de la UNICEF: “en 2010, los y las adolescentes de 10 a 19 años sumaban 110 millones, representando casi una quinta parte (18,7%) de la población total de América Latina y el Caribe” (2015b, p. 6).

Así, tal como pasa en el resto del mundo, en México, de acuerdo con datos del Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE) del 2015, habían 6.8 millones de adolescentes que tenían entre 12 y 14 años y 10.8 millones entre 15 y 19 años (SEGOB, s.f.). Para el 2018 y de acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID), en México había “30.7 millones de jóvenes que representan 24.6% del total de habitantes. Por grupos de edad, de cada 100 jóvenes, 37 (11.3 millones) tienen entre 15 y 19 años” (INEGI, 2020b, p. 1), lo cual corresponde a un porcentaje de 51.6 y 48.4 para hombres y mujeres respectivamente.

Estas cifras muestran que en México hay una gran cantidad de gente joven y uno de los aspectos más importantes en todo grupo poblacional es la salud. Tener una población sana implica una mayor capacidad de desarrollo y progreso en todos los aspectos, por lo que la salud de los adolescentes es una preocupación latente para gobiernos, comunidades y familias. Para la OMS: “la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (2006, p. 1).

Conocer la cantidad de adolescentes que conforman la población de un país o región es fundamental para planear y aprovechar las oportunidades que ofrece ese segmento poblacional. Por lo que la toma de decisiones responsables por parte de los gobiernos, sociedades y familias tiene una injerencia directa en la adolescencia y en su desarrollo posterior.

Vulnerabilidades en adolescentes hombres

La adolescencia es una etapa en la que los seres humanos son especialmente vulnerables, por lo que de acuerdo a las conductas que más prevalezcan en los adolescentes, se definirá el mantenimiento de su salud o ponerla en riesgo, pudiendo incluso derivar en muertes prematuras. La adolescencia conlleva una diferenciación de hombres y mujeres, el aspecto biológico, intelectual, social, entre otros, presenta diferencias marcadas entre ambos sexos, las cuales permiten prever riesgos específicos para cada sexo.

Para lograr un estado de bienestar es necesario que los adolescentes crezcan en ambientes seguros y sanos, lugares que los alejen de peligros y vulnerabilidades. Algunos adolescentes toman riesgos innecesarios durante esta etapa de sus vidas, asumiendo conductas de riesgo, las cuales “pueden ser potencialmente prevenibles en la adolescencia temprana, sin embargo, se observa a nivel mundial una franca tendencia al aumento, siendo un motivo de preocupación para las autoridades de salud” (Valenzuela, Ibarra, Subarew y Correa, 2013, p. 2). Actualmente, los retos que se divulgan en redes sociales y otros medios de comunicación, someten a los adolescentes a presión social que les lleva, en algunos casos a situaciones que ponen en riesgo su salud. “La adolescencia es una etapa de gran importancia en términos de consolidar formas de vida que permitan mantener la salud y retrasar el daño” (Valenzuela, Ibarra, Subarew y Correa, 2013, p. 2), pero lo anterior, también actúa en sentido contrario, pues al descuidar la salud en esa etapa las complicaciones en la edad adulta son mayores.

La niñez es la etapa más vulnerable del ser humano y la adolescencia es parte de esa edad de gran vulnerabilidad. El Ministerio de Salud del gobierno de Chile, menciona que en la adolescencia:

se adquieren la mayoría de los hábitos que pueden tener consecuencias para la salud a largo plazo, originando conductas de riesgo tales como el tabaquismo, sedentarismo, malnutrición, consumo de drogas adictivas, actividad sexual sin protección, las cuales tienen repercusiones biológicas y psicosociales negativas tales como el embarazo, obesidad, complicaciones metabólicas, drogadicción, deserción escolar, pobreza e incluso causar invalidez o muerte, como los accidentes, suicidios y homicidios. (2013, p. 11)

Los hábitos que los adolescentes cultivan tienen una gran repercusión en todos los aspectos de su vida, lo cual incluye evitar la violencia y permanecer en lugares seguros con compañeros que influyan de manera positiva en su toma de decisiones.

Violencia física y homicidio

En los últimos años México ha tenido un alza en homicidios, lo cual ha involucrado a toda la sociedad. Los adolescentes no han estado exentos de la violencia, la cual permea en su vida a través de los medios de información e incluso de manera directa a sus familias o a ellos mismos. La violencia hacia hombres y mujeres es distinta en frecuencia, grado y tipo. También la violencia ha ocupado espacios como los deportes e incluso el esparcimiento, espacios que antes, más bien ponían a prueba el intelecto, la fuerza o la rapidez, ahora miden exclusivamente la agresividad.

Los hábitos generalmente son influidos por la familia y por los pares, quienes inciden directamente en la conservación o deterioro de la salud. Estos hábitos permiten un desarrollo sano o por el contrario la pérdida de la salud y eventualmente, en casos críticos, sobreviene la muerte. A nivel mundial "las principales causas de defunción de adolescentes y jóvenes adultos son las lesiones y los traumatismos (incluidos los causados por el tránsito y los ahogamientos),

la violencia, las conductas autolesivas y las dolencias ligadas a la maternidad” (OMS, 2022). La OPS también confirma lo antes expuesto: “en las Américas, la violencia interpersonal, los traumatismos causados por el tránsito y los suicidios son las tres principales causas de muerte en esta población” (2014). También la misma organización menciona que “la mitad de todas las muertes de jóvenes de entre 10 y 24 años en las Américas se deben a homicidios, siniestros viales y suicidios, todos los cuales se pueden prevenir” (2019).

Desafortunadamente, en los últimos años México ha sido un protagonista regional y mundial por la cantidad de sucesos violentos. El número de homicidios que se reporta diariamente ha permanecido en aumento durante más de tres lustros. González-Pérez y Vega-López mencionan que “la violencia en el país ha alcanzado niveles lo suficientemente elevados –en magnitud, intensidad y crueldad– como para convertir la inseguridad en un tema central del debate público a escala nacional” (2019, p. 2).

Si bien las causas que pueden desencadenar la muerte de adolescentes son diversas, el apartado de violencia resalta entre varias de las causas. De acuerdo con lo que reporta el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia: “Varios estudios han documentado el incremento de la violencia homicida en la población juvenil mexicana en el presente siglo, lo que ha provocado que los homicidios sean la principal causa de muerte entre los hombres jóvenes mexicanos” (2019, p. 2). Otros datos son más específicos en cuanto a la problemática de la violencia de acuerdo con rangos de edad en los años de adolescencia:

Cada 7 minutos, en algún lugar del mundo, un adolescente es asesinado en un acto violento. Sólo en 2015, la violencia costó las vidas de alrededor de 82.000 adolescentes en todo el mundo. Las personas de 15 a 19 años son particularmente vulnerables, ya que tienen tres veces más posibilidades de morir violentamente que las personas adolescentes de 10 a 14 años (UNICEF, 2017b, p. 5)

En cuanto al registro de muertes, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) reporta para el 2021, 138 homicidios en hombres de 10 a 14 años de un total de 220

que se cometieron. De 15 a 19 años se reportan 1948 homicidios en hombres de un total de 2290 (2022b).

Además de la muerte violenta, también hay otro tipo de condiciones que representan vulnerabilidades para los adolescentes, por ejemplo: problemas de salud mental, lesiones no mortales, infecciones de transmisión sexual, continúan siendo una amenaza para la población joven en el continente americano (OPS, 2018a). De estas, los problemas de salud sexual implican vulnerabilidad por desconocimiento o conociendo el problema, se calla por vergüenza y/o temor.

Las conductas agresivas han permeado en todas las sociedades, son parte incluso del diario vivir de las familias. Una de las grandes problemáticas asociadas a la violencia es su naturalización y la búsqueda de emular actos reprobables por parte de los adolescentes. Continuamente la publicidad asocia la violencia a conductas de riesgo como adicciones y comportamientos sexuales inapropiados para un adolescente. Buscan parear la violencia con actividades placenteras.

Sexualidad

El tema de la sexualidad es de gran relevancia durante la adolescencia debido a que en esta etapa hay cambios físicos y cognitivos que se llevan a cabo a la par del aspecto emocional, lo cual aumenta la curiosidad y el deseo de conocerse, definirse y relacionarse con sus pares. Por lo anterior la información y orientación en cuestiones de sexualidad es definitiva, pues el desconocimiento de estos temas acarrea problemas en la esfera familiar, escolar, social, física, etc.

El inicio de la vida sexual a temprana edad aumenta, en mucho, la probabilidad de contraer infecciones de transmisión sexual (ITS). Además, el comienzo de la vida sexual activa es un episodio relevante en el ser humano, pues tiene consecuencias que le llevan a asumir nuevos roles y comportamientos que modifican su desarrollo y su vida adulta. En México, los datos disponibles demuestran que la población adolescente comienza su vida sexual cada vez

más joven. El Instituto Nacional de Salud Pública afirma que 24.4% de los hombres inicia su vida sexual en el rango de edad de los 12 a los 19 años (2020, p. 108).

En cuanto a protección para evitar embarazos en un estudio publicado en el 2020, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) reporta que “del total de adolescentes de 12 a 19 años edad que reportaron haber iniciado vida sexual, 19.1% [. . .] no utilizó métodos anticonceptivos” (INSP, 2020, p. 109). Este dato pone de manifiesto que los adolescentes se exponen a riesgos aún desde su primera relación sexual. Además, la misma encuesta afirma que “53.7% de los hombres no conoce que el condón masculino se usa para prevenir embarazos e ITS” (2020, p. 109). Cifra que pone de relieve la falta de información entre la población adolescente, información que debe recibirse en casa, en la escuela y de parte de las instituciones de salud.

De hecho, la Ensanut evidencia que “90.4% de la población de 12 a 19 años de edad (88.6% hombres y 92.3% mujeres) reportó haber escuchado hablar de algún método anticonceptivo” (2020, p. 108). Sin embargo, no solo basta con haber escuchado del método, sino saber usarlo o conocer su eficacia o más aún las consecuencias de no usarlo. El informe menciona que el haber escuchado hablar de algún método anticonceptivo no significa que las/os adolescentes tengan un conocimiento adecuado sobre su uso correcto, por eso, es necesario reforzar la información de manera completa y oportuna, a fin de lograr una vida sexual responsable y saludable (INSP, 2020). Esto hace necesario que las familias y los sistemas de salud redoblen esfuerzos para que la información que provean sea mejor y oportuna, lo cual conlleve a que los adolescentes ejerzan su sexualidad de manera sana y responsable.

Responsabilidad que no solo es personal, sino también con la pareja, que muchas de las veces, también es adolescente. El INSP menciona que el 3.7% de la población adolescente reportó haber recibido consulta médica o tratamiento durante el último año, lo que puede significar prácticas sexuales sin protección. El 15% de los adolescentes declaró haberse

realizado la prueba de VIH alguna vez y de estos, 17.8% desconoce el resultado (INSP, 2020). Lo anterior, pone de manifiesto que algunos adolescentes desean conocer su estado físico, cuando consideran que su conducta pone en riesgo su salud; sin embargo, por su poca experiencia, no dan continuidad a los tratamientos médicos.

La información y orientación en cuestiones de sexualidad es definitiva en la adolescencia debido a los riesgos que se presentan al desconocer un aspecto vital para su salud, el cual al ser de índole íntima complica aún más la búsqueda de información de manera abierta con los padres. De la salud sexual dependen muchos aspectos de la vida actual y futura de un adolescente, pues es de los aspectos más relevantes en la formación de una identidad propia. La salud sexual incide en la salud psicológica y física, tanto como las actividades sociales sanas, el ejercicio regular y una buena alimentación.

Mala alimentación y escasa actividad física

Si bien las enfermedades transmisibles de índole sexual representan un factor de riesgo para toda la población, también las no transmisibles últimamente han tenido el foco de atención. Los adolescentes son especialmente propensos a que debido a su estilo de vida sean vulnerables a propiciar el inicio de enfermedades crónico-degenerativas. La actividad física, la alimentación y las condiciones físicas preexistentes son fundamentales para el desarrollo correcto del adolescente.

Desde hace poco más de dos décadas, las enfermedades del corazón, tumores malignos y diabetes mellitus pasaron a ocupar el primer, segundo y tercer lugar respectivamente, en incidencia en la población mexicana. Si bien las condiciones genéticas son relevantes en estos padecimientos, un estilo de vida inadecuado acompañado de un aumento en el consumo de calorías, azúcares simples y grasas, así como la reducción en la actividad física agravan esta problemática de salud pública (INSP, 2020).

La escasa actividad física y el aumento del consumo de calorías se asocia directamente con la diabetes, de acuerdo con Villalpando, de la Cruz, Rojas, Shamah-Levy, Ávila, Gaona,

Rebollar y Hernández, en menos de 50 años “el 14.4% de los adultos mayores de 20 años tienen la enfermedad, siendo el porcentaje mayor de 30% después de los 50 años” (2010). Además de ser una enfermedad con una alta letalidad, también “es motivo más frecuente de incapacidad prematura, ceguera y amputaciones de extremidades no causadas por traumatismos. Es una de las cinco enfermedades con mayor impacto económico al sistema de salud” (INSP, 2020, p. 45).

El antecedente de los adultos con diabetes es que muchos de ellos sufren: “en los primeros años de la vida adulta de concentraciones anormales de colesterol, triglicéridos, colesterol HDL y ácido úrico. Años más tarde, puede aparecer la hipertensión arterial. Con el paso del tiempo, la concentración de glucosa en sangre aumenta” (INSP, 2020, p. 45). Posterior a este cuadro se elevan las posibilidades de tener complicaciones crónicas, entre las más frecuentes están: “el infarto del miocardio, la insuficiencia cardíaca, el infarto cerebral y la insuficiencia arterial en miembros inferiores. Otras complicaciones como el daño renal y ocular ocurren varios años después de la aparición de la enfermedad” (INSP, 2020, p. 46).

Si bien es una enfermedad con poca prevalencia en la adolescencia, tal como ya se aclaró, es durante los primeros años de la vida adulta que se inicia una curva ascendente de problemas que llevan a otras complicaciones. Estos problemas bien pueden tratarse durante la adolescencia, debido a que la diabetes es el resultado de un proceso que comenzó varias décadas antes (Olaiz-Fernández, Rojas, Aguilar-Salinas, Rauda y Villalpando, 2007). Es decir, la adolescencia es un momento clave para tratar de manera preventiva esta enfermedad.

Uno de los problemas asociados directamente con la concentración de altos niveles de triglicéridos, glucosa y ácido úrico es la obesidad. Cuya incidencia es del: “15.1% [en] hombres, todo ello en 2018. El grupo de edad con la mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad fue a los 12 años en el caso de los hombres” (INSP, 2020, p. 226). Pero lo preocupante es que en adolescentes hombres de 12 años tiene la mayor prevalencia, una edad en la que debería haber mucha actividad física.

Las razones de la escasa actividad física son diversas, pero una situación que ha agravado esto, es la pandemia del COVID-19. “Bajo la sombra de la COVID-19, la vida de millones de niños y jóvenes ha quedado limitada a sus hogares y sus pantallas. Para muchos, internet se convirtió rápidamente en la única forma de jugar, socializar y aprender” (UNICEF, 2021). Estas nuevas generaciones de niños han estado limitadas para jugar y socializar al aire libre, por el detrimento y escasez de espacios públicos para la actividad física, gusto por los juegos de video, recrudecimiento de la violencia, entre otras dificultades. Esto conlleva que tengan una vida bastante sedentaria, aunado a las restricciones de movilidad y el distanciamiento para evitar contagios, lo cual profundiza el sedentarismo drásticamente. De hecho, el aislamiento por la pandemia incentivó la poca movilidad y la escasa actividad física de los jóvenes.

Si bien la poca actividad física incide en la salud, también una alimentación deficiente conlleva problemas en personas de cualquier edad. Una pobre ingesta nutrimental se refleja en problemas como la anemia. En un estudio llevado a cabo en México, la prevalencia nacional de la anemia en adolescentes de 12 a 19 años fue del 9.2% en hombres. Así también, los hombres adolescentes entre los 12 y 14 años presentaron una mayor proporción de anemia en relación con los adolescentes de 15 a 19 años. (INSP, 2020).

Prácticamente un adolescente hombre de cada diez tiene problemas de anemia que aunado a otros problemas de salud compromete el bienestar físico de esta población. El mismo estudio enfatiza que este problema se ha agudizado, pues al comparar los datos de la Ensanut la prevalencia de anemia aumentó, tanto en zonas urbanas (9.2 pp) como en las rurales (9.6 pp) comparado con la encuesta llevada a cabo en el 2012 (2020). Lo cual pudiera marcar un problema ascendente al paso de los años, con las generaciones subsecuentes y la edad adulta de estas generaciones.

Por otro lado, y de acuerdo con información de la Ensanut MC 2016, “el sobrepeso, la obesidad y la prevalencia de ambas categorías, son el problema nutricional más frecuente en la

población escolar, adolescente y adulta del país” (2020, p. 18). De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, el sobrepeso y la obesidad son la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Para identificar si los adultos tienen sobrepeso u obesidad se utiliza el índice de masa corporal (IMC), el cual se calcula dividiendo el peso de una persona entre el cuadrado de su talla (kg/m^2) (2021). Un adolescente tiene sobrepeso si su IMC está en el rango: 25-29.9 y tiene obesidad si su IMC es 30 o superior (González, 2015).

El sobrepeso y la obesidad en adolescentes hombres de 12 a 19 años aumentó de 33.2% en el 2012 a 35.8% en el 2018. En cuanto a cifras de la prevalencia de la obesidad en hombres de ese rango de edad fue del 15.1% (INSP, 2018).

Los índices elevados de anemia y obesidad permiten observar que los jóvenes si están comiendo algo; sin embargo, lo que comen no los alimenta, al contrario, les provoca desnutrición y problemas de peso.

Hay, por lo tanto, jóvenes que no consumen las raciones de comida que deberían, lo que se considera inseguridad alimentaria, y no obtienen los requerimientos mínimos de nutrientes que necesita una persona. En México el 51.1% de los hogares urbanos viven con inseguridad alimentaria que va desde leve a severa. En el caso de los hogares en zonas rurales la inseguridad alimentaria alcanza el 69.1% (INSP, 2018). En cuanto al consumo de alimentos en la población de 12 a 19 años, las siguientes cifras muestran el porcentaje de población que consume alimentos recomendables para consumo cotidiano: agua: 79.3%; lácteos: 37.0%; frutas: 35.2%; leguminosas: 37.0%; carnes: 50.0%; huevo: 28.9%; verduras: 24.9% (INSP, 2018). Por otra parte, y con datos del mismo estudio, las cifras de los adolescentes que consumen alimentos no recomendables de manera cotidiana son: bebidas no-lácteas endulzadas: 85.7%; botanas, dulces y postres: 53.7%; cereales dulces: 35.2%; bebidas lácteas endulzadas: 10.9%; comida rápida y antojitos mexicanos: 22.9%; carnes procesadas: 10.2% (2018).

La adolescencia es la última llamada para lograr un adulto sano. La alimentación adecuada y el ejercicio regular son hábitos que impiden o atenúan en mucho la aparición de enfermedades crónico-degenerativas. Si bien estos aspectos son muy referidos para el cuidado de la salud, hay otro hasta cierto punto descuidado: la salud emocional. La cual tiene gran incidencia en la salud física.

Problemas emocionales

A la par de la salud física está la salud emocional. Ambas condiciones de salud inciden en nuestra salud general. Sin embargo, siempre se ha dado mayor importancia a la salud física en detrimento de la salud emocional. Se ha considerado que las emociones no inciden o inciden poco en la salud. No obstante, las emociones son muy relevantes en la convivencia que los adolescentes tienen con otras personas y consigo mismos.

En cuanto al acceso a internet, la UNICEF manifiesta que “existen pruebas que sugieren que pasar más tiempo en internet conlleva realizar menos actividades al aire libre, reduce la calidad del sueño, aumenta los síntomas de ansiedad y fomenta hábitos de alimentación poco saludables” (2021). La salud física y emocional pueden deteriorarse debido a las actividades que impiden llevarse a cabo por el tiempo que se invierte en internet. Desde antes de la pandemia de COVID-19, los jóvenes ya pasaban gran parte de su tiempo interactuando con dispositivos automáticos y aplicaciones dotadas de inteligencia artificial, lo cual ya había provocado problemas psicológicos, problemas que se intensificaron durante ese confinamiento.

También respecto a internet, la UNICEF afirma que para los adolescentes que ya padecían distintos tipos de sufrimiento tanto en internet como en el mundo real, pasar más tiempo frente a las pantallas pudo haber agravado su situación. El confinamiento, el distanciamiento físico y la creciente presión que soportan las familias vulnerables han reducido algunas de las medidas de protección con las que contaban (2021). El confinamiento tuvo afectaciones en la salud emocional, pues la socialización en la escuela y otros espacios

representan por sí misma protección para los problemas que enfrenta la adolescencia.

Problemas que conducen a síntomas de índole psicológica e incluso psiquiátrica.

Dos estados emocionales que al ser continuos afectan la salud física de las personas son: la tristeza y la ansiedad. La tristeza “es una expresión emocional de dolor, infelicidad, pérdida, desesperanza o impotencia. Mientras que la ansiedad es la anticipación aprensiva de un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento de disforia o de síntomas somáticos de tensión” (INSP, 2020, p. 44).

Tanto la depresión como la ansiedad han provocado graves problemas de salud en los adolescentes al profundizarse con las condiciones de confinamiento de la pandemia por COVID-19. Estos estados emocionales tienen una amplia sintomatología que aun cuando no se tome como un peligro inminente para la salud física, lo es, pues “la depresión, la ansiedad y los trastornos del comportamiento se encuentran entre las principales causas de enfermedad y discapacidad entre los adolescentes” (OMS, 2022). Tanto, que la OMS menciona que: “los trastornos de salud mental explican un 16% de la carga mundial de morbilidad y lesiones en las personas de entre 10 y 19 años” (2022).

También es importante resaltar que “la mitad de todos los trastornos de salud mental en la edad adulta comienzan antes de los 14 años, pero en la mayoría de los casos no son detectados ni tratados” (OMS, 2022). Aunado a lo anterior, la OPS expresa que “las consecuencias de no abordar los trastornos mentales en los adolescentes se extienden a la edad adulta; lo que afecta la salud física y mental y limita las oportunidades de llevar una vida satisfactoria como adultos” (2018b).

Un mal estado de la salud mental se asocia a efectos importantes en la salud general y el desarrollo del adolescente, y tiende a ir asociado a un consumo más elevado de alcohol, tabaco y sustancias ilícitas, el embarazo adolescente, el abandono escolar y la asunción de conductas delictivas (OMS, 2020). Lo anterior pone de manifiesto que la adolescencia es un

grupo etario con una gran relevancia en la génesis de problemas emocionales de la edad adulta, así como el diagnóstico, prevención y tratamiento de estos durante este periodo.

El cuidar de la salud emocional durante la adolescencia garantiza que al llegar a la edad adulta se tendrán menos problemas asociados a enfermedades mentales. La adolescencia es el periodo en el cual los trastornos tienen un mejor diagnóstico que en la edad adulta.

Trastornos que de ser tratados evitan problemas escolares, familiares, sociales, de violencia, incluso contra sí mismo.

Suicidio

La violencia entre las personas puede derivar en homicidios; sin embargo, si la salud emocional está muy deteriorada, la violencia puede volverse contra la persona misma. Alguien que atenta contra sí mismo, provocándose lesiones leves, puede escalar en la magnitud, frecuencia y propósito de estas lesiones, hasta llegar al punto de atentar contra su propia vida. La pérdida de la vida siempre es un hecho lamentable, pero si son los adolescentes por sí mismos quienes acaban con su vida, el hecho es aún más trágico. El aumento de los suicidios ha sido drástico en todo el mundo, no son privativos de una sola región o país, lo cual lo ha convertido en un problema grave de salud pública mundial.

Los problemas emocionales en los adolescentes, algunas veces, desafortunadamente, derivan en su muerte. “Entre jóvenes de 15 a 29 años de edad, en particular, el suicidio es la segunda causa principal de muerte a nivel mundial” (OMS, 2014, p. 3) y de acuerdo con cifras del INEGI del 2020, la tasa de suicidios por cada 100,000 personas de 10 a 17 años en hombres es 5.2 (2021b).

De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en México, para 2018 sucedieron 641 fallecimientos por lesiones autoinfligidas del grupo de adolescentes de 10 a 17 años. La tasa en hombres de 10 a 17 años se encuentra en 4.2 por cada 100 mil (2020c).

Además de las lesiones que un adolescente pudiera provocarse, también está el tema de lesiones que provoca a otras personas. La violencia física y verbal se asocia mayormente con el sexo masculino, pues su fuerza física y la imposición de un rol social pueden exponerlo a varios riesgos y vulnerabilidades que inciden en su salud. La OPS afirma que, desde una socialización en la masculinidad hegemónica, el hombre conformaría una tríada de riesgo: hacia las mujeres y niños; hacia otros hombres y hacia sí mismo (2019b). En nuestra sociedad hay mucha expectativa social de acciones y actitudes de parte de los hombres en la que se espera que demuestre arrebatos en sus decisiones y exhibición de fuerza.

Los hombres adolescentes tienden a exhibir mayor fuerza y decisión ante grandes desafíos, de ahí que los hombres que atentan contra su vida elijan métodos muy contundentes. Por lo que también, cuando vuelcan su agresividad a alguien más, la mayoría de las veces hay consecuencias legales como sanciones menores o incluso la pérdida de su libertad.

Adolescentes privados de su libertad y adicciones

La libertad es uno de los aspectos fundamentales del ser humano. Sin embargo, algunas adolescentes ven truncados su proyecto de vida al perder su libertad física y su libertad de elección al consumir drogas que les impiden desenvolverse en un medio adecuado. También el consumo de drogas incide en el desarrollo y maduración de los procesos biológicos que se llevan a cabo en la adolescencia.

Para que un adolescente se desarrolle adecuadamente y logre su potencial es necesario que haya un medio propicio que lo fomente. Sin embargo, algunos adolescentes al infringir la ley son puestos en reclusión. De acuerdo con el medio Expansión, de los adolescentes en reclusión de cada diez, nueve son hombres (2018).

También una encuesta llevada a cabo por la UNICEF con adolescentes de 16 a 18 años, privados de su libertad en México afirma que: “44% señaló que consumía alcohol con frecuencia antes de ingresar al centro de internamiento así como 57% dijo que había consumido drogas, algunos con mayor frecuencia que otros” (2015a, p. 46), más

específicamente, “52% dijo haber consumido marihuana” (UNICEF, 2015a, p. 13) y “60% de los adolescentes que consumían drogas lo hacía diariamente” (UNICEF, 2015a, p. 46). Es evidente que el uso de estas sustancias altera el juicio del consumidor, así como sus metas, sus expectativas y su círculo social; al mismo tiempo que se contraponen a estilos de vida saludables y productivos.

Lo anterior nos permite afirmar que la reclusión en centros de internamiento está estrechamente relacionada con la propensión a adicciones en la adolescencia. Una de las adicciones más comunes es el alcohol. En lo que respecta al ambiente familiar, Silva y Pillón mencionan que “los hijos de alcohólicos tienen cuatro veces mayor probabilidad que otros niños en convertirse en alcohólicos” (2004, p. 360). Además, los mismos autores afirman que en los hogares donde “los padres utilizan abusivamente alcohol o drogas ilegales . . . es más probable que los niños abusen de drogas y del alcohol en la adolescencia” (2004, p. 362).

El INSP afirma que, de acuerdo con sus encuestas, los adolescentes que refieren consumir bebidas alcohólicas tienen un patrón de consumo diario de 1.2% para el caso de los hombres. En cuanto al abuso del alcohol entre los adolescentes, 22.3% de los hombres afirman haber consumido cinco copas o más por ocasión en el último mes en el último mes (2020).

Un factor de alarma es la edad a la que los adolescentes empiezan a consumir alcohol. Datos de una encuesta del 2016 de la Secretaría de Salud informan que, en promedio, los hombres iniciaron el consumo de alcohol a los 16.7 años (2017).

Para el caso del tabaco, en México, la edad promedio de inicio de consumo entre los hombres fumadores es de 15 años y su prevalencia de consumo de tabaco es de 8.8% (1 014 100 fumadores) (INSP, 2020).

Así como el alcohol, el tabaco es altamente adictivo y los ambientes en donde se consumen estas sustancias exponen a los adolescentes a drogas más adictivas y dañinas. Estas últimas tienen un alto consumo en los adolescentes. De acuerdo con los datos de la

SSA, 3.4% de los hombres de 12 a 17 años consumió alguna droga ilegal durante el 2016 (2017).

Las cifras antes mencionadas nos hablan de que el consumo de drogas es una vulnerabilidad presente en los adolescentes y que afecta más a los hombres. Al hablar de drogas, muchas veces ilegales, se pone de manifiesto un riesgo para la salud. Debido a la afectación química de estas sustancias, el razonamiento, la percepción, orientación y los sentidos se ven afectados de manera inmediata. Las drogas tienen relación con múltiples tomas de decisiones que suelen no ser las más adecuadas, entre ellas las de índole sexual. De acuerdo con Castaño, Arango, Morales, Rodríguez y Montoya:

El alcohol es la sustancia más consumida y la que más influye en la conducta sexual, y es usada para reforzar la confianza y rebajar las inhibiciones; la marihuana, por su parte, ha sido utilizada para facilitar el inicio, desinhibirse y aumentar la excitación; igualmente, la cocaína y el *popper* son usados para buscar mayor placer y prolongar la relación; y la heroína, para evitar la eyaculación precoz. El éxtasis fue mitificado en las décadas del 80 y 90 del siglo pasado como la droga del amor, y muy usada, por ello, en las prácticas sexuales.

Existen numerosos estudios que muestran una fuerte asociación entre el consumo de drogas y las prácticas sexuales de riesgo. La relación entre el alcohol, las otras drogas y el sexo entre adolescentes, tiene importantes repercusiones en la salud pública, debido al peligro de contraer VIH, infecciones de transmisión sexual (ITS) y al incremento de los embarazos no deseados (2013, p. 38)

Los daños de estas drogas tienen consecuencias inmediatas en la salud y en el mediano plazo, incluso la muerte. La UNICEF menciona que cuanto más se postergue o se evite el uso de estas sustancias, mejor para el desarrollo adolescente (2021g).

Una afectación directa de las drogas es en el cerebro del adolescente, pues todavía está en formación y en pleno desarrollo. El consumo excesivo de sustancias prohibidas impide

el funcionamiento normal del lóbulo frontal, asociado con la capacidad de evaluar riesgos y medir consecuencias. A largo plazo, las consecuencias del consumo excesivo de drogas generan daños a nivel cerebral. Su consumo puede afectar específicamente el proceso de especialización neuronal que sucede durante la adolescencia, el cual da como resultado un cerebro más eficiente. Si en esta etapa el consumo de sustancias prohibidas es alto, este proceso de especialización cerebral no se llevará a cabo (UNICEF, 2021g).

Para un adolescente, perder la libertad está asociado a la pérdida de su voluntad ante adicciones. Los centros de internamiento son lugares donde los adolescentes hacen uso de drogas y/o continúan su uso. Las drogas impiden que la maduración cerebral se lleve como está programada, así también afecta la sociabilidad, intereses y logros de los adolescentes que las usan. Tanto en la reclusión como en la adicción a sustancias es muy marcada la diferencia en hombres adolescentes que tienen esta problemática en relación con las mujeres. El permanecer en reclusión y/o usar drogas implica alejarse de la familia, de amigos y de actividades sanas: de esparcimiento, culturales, escolares, entre otras.

Problemas educativos

El permanecer en reclusión y/o el uso de drogas afecta todas las áreas de la vida, también la convivencia en el hogar y la escuela. Opuesto a un centro de reclusión, se espera que las escuelas sean centros de apoyo y refugio, que ofrezcan habilidades para la vida y que se fomenten hábitos saludables. La escuela no solo transmite conocimientos, sino que es un espacio excepcional de socialización y puesta en práctica de principios y valores.

Las afectaciones del consumo se relacionan, también, con otras problemáticas de los adolescentes. De acuerdo con una encuesta de discriminación llevada a cabo en el 2017, el 33.9% de los adolescentes y jóvenes de 12 a 29 años afirma que las adicciones (alcohol, tabaco, droga) son la principal problemática de ese grupo de edad; por otro lado, el 20.55% declara que el principal problema es la falta de oportunidades para continuar sus estudios

(INEGI, s.f.). En muchos casos, las adicciones a estas sustancias impiden que los adolescentes continúen sus estudios, posponiendo o cancelando metas personales y profesionales.

Respecto a la educación, actualmente estamos al borde de la oportunidad o la crisis por la gran cantidad de jóvenes que, en unos años, debido a su educación y trabajo, pudieran ser autosuficientes y aportar a las personas que ya han dejado de ser productivas. Cifras de la UNESCO exponen que en el mundo 230 millones de niños (61% del total) entre 12 y 14 años no podrá alcanzar los niveles mínimos de competencia de su nivel al terminar su educación secundaria (2017, p. 2). Cifra alarmante, pues precisamente dos de las habilidades más importantes que se obtienen en la escuela son la competencia en lectura y en matemáticas, habilidades que son necesarias en cualquier ámbito de la vida diaria.

Lo anterior, aunado al abandono escolar, dibujan un panorama muy complicado para la adolescencia. De acuerdo con datos del Instituto Nacional para la Evaluación Educativa (INEE), entre los ciclos 2012-2013 y 2016-2017, se reportó un abandono de 0.2 y 0.9 en secundaria y preparatoria, respectivamente. No es una cifra menor, pues en términos absolutos representan 29,460 estudiantes de secundaria y 143,881 de educación media superior (2019b).

Los factores que llevan a que los adolescentes deserten son variados, pero uno de ellos es el paso de un nivel educativo a otro. Esto queda de manifiesto en la inscripción a secundaria y educación media superior, de acuerdo con el informe anual de México de la UNICEF “mientras que el 84.4% de los adolescentes está inscrito en secundaria, solo el 63.9% lo está en media superior” (2021a, p. 20). Datos del Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación afirman que, en cuestiones escolares, en general los hombres son los que más abandonan la escuela. Aunque en primaria no hay diferencia, en secundaria la divergencia entre las tasas de hombres y mujeres fue de 2 puntos porcentuales, y en media superior se incrementó hasta 4.4 puntos (2019a).

Se espera que la escuela brinde conocimiento y habilidades para la vida, pero los estudiantes no obtienen las habilidades mínimas de los grados o niveles que concluyen.

También, la escuela debería ser un segundo hogar para los estudiantes, un refugio a los riesgos que les rodean; sin embargo, las condiciones sociales, educativas y de violencia en el país dificultan este cometido. Algunas escuelas se han vuelto lugares muy peligrosos por el contacto que se tiene con adicciones y violencias de distintos tipos.

Violencia en las escuelas

La escuela como institución es uno de los pilares para el desarrollo de los niños. Tal vez es la institución que más influye en sus vidas, después del hogar. En los mejores casos, las escuelas son espacios seguros y estimulantes donde los niños se preparan para desenvolverse adecuadamente en su edad y en la edad adulta. Sin embargo, las escuelas no están exentas de desafíos, incluso la convivencia diaria en su espacio puede tornarse difícil y tiene alcance fuera de sus aulas, en el espacio público y privado, tanto físico como virtual.

Las escuelas funcionan como lugares de protección, pueden preservar a los niños de los riesgos del trabajo infantil, la explotación y el matrimonio prematuro. En la escuela, el niño puede ponerse a salvo de la violencia y elegir un futuro más pacífico (UNICEF, 2018c).

Por otro lado, la referencia anterior también menciona que, a nivel mundial, la mitad de los estudiantes de entre 13 y 15 años declararon haber sufrido violencia en la escuela y sus alrededores, a través de agresión física u acoso, castigos corporales, castigos humillantes, agresiones sexuales y violencia de género. De hecho, cerca de 720 millones de niños viven en países donde las leyes no los protegen contra el castigo corporal en sus escuelas. Así, la escuela en lugar de brindar cobijo y promover el aprendizaje y la inclusión, es un lugar donde existen relaciones perniciosas que se caracterizan por la exclusión, el acoso y la agresión. La escuela es un lugar donde algunos adolescentes, incluso, encuentran más conflictos que puntos de apoyo para su formación (2018c).

Esto permite considerar que para muchos adolescentes en el mundo, la escuela es un lugar peligroso, pues “la violencia en las escuelas supone un riesgo para el cuerpo, para la

mente y para la vida. Ocasiona lesiones físicas y puede conducir a la depresión, a la ansiedad y al suicidio” (UNICEF, 2018c, p. 1).

Domínguez-Alonso, López-Castedo y Nieto-Campos afirman que en los centros educativos los hombres son quienes sufren más agresiones y castigos. También mencionan que los hombres presentan menos acciones violentas; sin embargo, son más intensas (actos de hombría). Además, estadísticamente, ellos se implican en más relaciones problemáticas con los docentes (2018) que las mujeres.

Los hogares y las escuelas son los lugares idóneos para mejorar la convivencia, fomentar la cultura de paz y evitar la violencia. Pero actualmente las escuelas tienen desafíos aún entre el mismo personal. Se necesita capacitar mejor a quienes trabajan y están al cuidado de los niños en los centros escolares. La violencia se ha diversificado y las escuelas son centros, en los que, en algunas ocasiones, los estudiantes reciben más violencia, no solo de sus pares, sino de quienes deben cuidarlos. Esto los vulnera al ser víctimas de violencia, alejarlos de la escuela o que opten por conductas antisociales.

Violencia virtual

El uso de dispositivos conectados a internet es un aspecto al que los jóvenes se han acercado con mucha curiosidad. Las relaciones inmediatas que pueden escalar para hacerse íntimas o pasajeras, así como la idea que ellos pueden ocultarse y exhibirse a placer provoca que sean confiados en cuanto a la información que comparten a través de estos dispositivos, lo cual los vulnera y los pone en peligros serios. Peligros que afectan a los adolescentes en su entorno inmediato e incluso global. Desafortunadamente, la violencia y la vulnerabilidad a la privacidad e intimidad son constantes en este tipo de espacios.

Es indudable que la tecnología ofrece oportunidades vastas para que los niños continúen su educación, se esparzan y tengan contacto con sus pares, pero estas mismas herramientas también los hacen vulnerables. “Incluso antes de la pandemia, la explotación

sexual en internet, los contenidos dañinos, la desinformación y el ciberacoso ponían en peligro los derechos de los niños, así como su seguridad y su bienestar mental” (UNICEF, 2021).

Debido al uso indiscriminado de las redes sociales, los adolescentes se han visto envueltos en estas herramientas para tener vida social, situación que se agravó con la pandemia del COVID-19. La UNICEF afirma que durante el segundo año de la pandemia de COVID-19 el internet y las tecnologías desempeñaron un papel muy relevante en la vida de millones de niños. Pero también manifiesta que es necesario tener un internet más seguro para los niños, dónde se dé prioridad a su bienestar físico y mental (2021).

El pasar mayor tiempo en el espacio virtual ha provocado que algunos adolescentes sean molestados en ese espacio, conducta que es conocida como ciberacoso. El INEGI menciona que el ciberacoso es la exposición repetida y prolongada de actos con la intención de dañar o molestar y que estas acciones pueden ser llevadas a cabo por una o más personas usando teléfonos y/o internet. Las situaciones más comunes que implican ciberacoso son: mensajes y llamadas ofensivas, publicación de información personal, ser criticado por su apariencia o clase social, envío de contenido sexual, suplantación de identidad, ser vigilado en línea y ser provocado para reaccionar negativamente (2021c).

De acuerdo con datos de México, en el rango de 12 a 19 años el ciberacoso a hombres es del 22.2% (INEGI, 2021c), pero cuando se habla de rango de edad y nivel educativo, "los estudiantes de educación media superior que experimentaron ciberacoso durante el 2020, fue de 31%, tanto en hombres como en mujeres" (2021c, p. 12), es decir ambos sexos representan la misma vulnerabilidad en el nivel bachillerato o equivalente.

Si bien el ciberacoso puede originarse en cualquier lugar, la escuela, por la cantidad de contactos que la víctima tiene, es un medio prolífico para obtener información con la cual molestar y dañar a los adolescentes. Tanto el ciberacoso, como la violencia escolar son motivos que conducen en casos extremos a la muerte o en grado mínimo a la pérdida de autoestima, al ausentismo o a la deserción escolar. Sin embargo, de acuerdo a un informe

anual de la UNICEF, los principales motivos de la deserción escolar adolescente son porque la educación no les es relevante, no les proporciona habilidades que ocuparán en el futuro y la pobreza de la familia (2021a).

Las conductas violentas están en todos los ámbitos de la sociedad y la violencia virtual debe tener especial atención con el aumento de la accesibilidad a dispositivos electrónicos y al internet. La adolescencia es cuando más se valora la intimidad y este tipo de violencia busca vulnerarlos al exponer no solo lo privado, sino lo íntimo. Situación que golpea la autoestima de la víctima, pero no siempre es comprendida por quienes deben sancionar este tipo de violencia. Un factor de protección es que los adultos velen por el uso adecuado de estas tecnologías y acompañen a sus hijos mientras aprenden su uso prudente.

Trabajo infantil

Cuando los adultos incumplen su responsabilidad de acompañar y cuidar a sus hijos, se generan situaciones en las que alguien debe cumplir esas obligaciones. Motivo por el cual los hijos se ven obligados a suplir la labor de los padres siendo los cuidadores primarios de sus hermanos, haciendo quehaceres del hogar e incluso trabajando fuera de casa, lo cual vulnera sus derechos y su integridad física.

La precariedad económica obliga a que los adolescentes dejen los estudios y se vean obligados a buscar un empleo, que no siempre es remunerado. De acuerdo con estadísticas del INEGI del año 2019, la tasa de trabajo infantil era del 37.1 en adolescentes hombres de 10 a 14 años y 51.9 para el rango de edad de 15 a 17 años (2021a). Un análisis desarrollado por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT) que inicialmente ha abarcado a México, Perú y Costa Rica, basado en los resultados del Modelo de Identificación del Riesgo del Trabajo infantil (MIRTI), estima que al menos entre 10,000 y 326,000 niños, niñas y adolescentes podrían ingresar al mercado de trabajo sumándose a los 10.5 millones que ya están en situación del trabajo infantil actualmente (2020).

De acuerdo con Acevedo, Quejada, y Yáñez: “la vinculación temprana del niño o el joven al mercado laboral, no sólo atañe sacrificios en términos de su bienestar actual, sino que además involucra un detrimento del bienestar esperado en el futuro” (2011, p 114). Así el tiempo que el adolescente pudiera pasar en un aula aprendiendo, lo emplea en un trabajo. Además, esto muchas veces implica riesgos de salud inmediatos y problemas físicos en la edad adulta. No solo esto, sino que el adolescente convive la mayor parte del tiempo con adultos, lo cual, lo aleja de establecer relaciones con sus pares que le serán benéficas toda la vida.

Por otra parte, hay adolescentes en América Latina que no acceden ni al estudio, ni a un trabajo. De acuerdo con la OPS, hablando de América, “las desigualdades en muchas partes de la Región plantean desafíos para los jóvenes. Estos incluyen la carga desmesurada de pobreza entre la población joven, el desempleo juvenil y el considerable número de población joven que no estudia ni trabaja” (2018a, p. XII).

“De los 3.3 millones de menores de 5 a 17 años en situación de trabajo infantil, 61% (2 millones) son hombres” (INEGI, 2021a, p. 2). Probablemente al haber una expectativa más alta de la capacidad física de un varón, se recurre más a ellos para trabajar desde más temprano en su vida. Además, el trabajo infantil ha sido visto como necesario, normal o justo, pues fomenta la responsabilidad de sí mismo y evita la holgazanería. Sea cual sea el motivo se contraponen a los derechos de los niños. El trabajo infantil aleja a los niños de su hogar, la escuela y otros espacios que permiten su sano desarrollo.

Actualmente los adolescentes en México enfrentan muchas dificultades que los vulneran. Desde su autoconcepto hasta el contexto en el que se desarrollan, su constitución genética, sus hábitos, etc. los ponen en menor o mayor riesgo. Algunos de estos siempre han estado presentes, pero también hay nuevas enfermedades, nuevas maneras de socializar, nuevas realidades sociales, entre otras nuevas circunstancias que complican a los padres y a los jóvenes adaptarse a los cambios tan vertiginosos de la vida. Cambios en la sociedad a la

que deben adaptarse, al mismo tiempo que ellos cambian y la relación con sus padres cambia. Si bien se ha hecho énfasis en los derechos de los niños y adolescentes, este objetivo está muy lejos de garantizar que los gobiernos y las familias cumplan a cabalidad la responsabilidad que tienen con la niñez.

Segunda parte: Derechos de los adolescentes y los roles y obligaciones de los padres

Los datos estadísticos de las vulnerabilidades de los adolescentes reflejan riesgos asociados a la no observancia de sus derechos. Estos derechos se reflejan en la manera en que se cuida de los jóvenes en esta edad, principalmente por parte de su familia. Debido a esto, la responsabilidad de los padres en el hogar es fundamental para velar por los derechos de sus hijos y evitar vulnerabilidades en esta edad.

La familia y el hogar

En toda cultura, la comprensión de la dinámica familiar es central para entender muchos de los fenómenos de esa sociedad. La familia es el lugar dónde de manera primaria, inmediata y constante, las personas se culturizan y aprenden las normas sociales que les permiten interactuar con mayor o menor éxito con otras personas. La familia ha sufrido cambios en su concepción y conformación a lo largo de muchos años y estos cambios influyen en los roles, responsabilidades y derechos que otorga la sociedad y la familia misma.

La familia es el pilar de la sociedad, pues es la fuente de dónde emanan las personas que la integran. Salazar menciona que “la familia es la más compleja de las instituciones, ya que en la actualidad este grupo social continúa ejerciendo (de manera positiva o negativa) las funciones educativas, religiosas, protectoras, emotivas, recreativas y productivas” (2013, p. 300). Por este motivo, “la familia es determinante en la formación de los individuos debido a la influencia que tiene en la constitución de los principios y valores del individuo” (Linares-Sevilla y Salazar-Bahena, 2016, p. 185).

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) define a la familia como: “una unidad en los estudios demográficos que representa todo un hogar o una parte de éste, una familia

estadística o una familia censal generalmente se compone de todos los miembros de un hogar emparentados por consanguinidad, adopción o matrimonio” (Barahona, 2006, p. 11). Para el INEGI: “la familia es el ámbito en el que los individuos nacen y se desarrollan, así como el contexto en el que se construye la identidad de las personas por medio de la transmisión y actualización de los patrones de socialización” (2015, p. 1). Esto pone de manifiesto que no hay sociedad que pueda subsistir sin el continuo nacimiento y formación de sus integrantes.

En México, la familia es el centro de nuestra cultura y es el principal valor compartido. Es una organización social que se adecua en forma permanente a las diversas transformaciones socioculturales, que cumple con una importante función de socialización y que, a pesar de la indudable crisis por la que atraviesa, puede fungir como agente para el cambio social (González, 2017).

De esta manera, los cambios más grandes que puedan darse en una sociedad partirán de la familia, debido a que se ha ido adaptando para seguir siendo el principal motor de cambio social. Esta adaptación ha modificado la manera en que las familias se relacionan y se integran.

El Consejo Nacional de Población (CONAPO) identifica familias y hogares integrados por la madre, el padre e hijas o hijos, y en muchas ocasiones, las y los abuelos; familias y hogares encabezadas por madres o padres solteros; familias conformadas por parejas sin hijos o hijas; personas solas; parejas del mismo sexo, con o sin hijas o hijos, así como hogares conformados por personas unidas que, previamente y por separado, habían conformado alguna vez los propios (2020).

Además de esta clasificación, hay otras maneras de clasificarlas, pero siguen manteniendo el concepto de familia. La Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) las clasifica de la siguiente manera:

- Nuclear sin hijos: Dos personas.
- Nuclear monoparental con hijas(os): Un solo progenitor(a) con hijas(os).

- Nuclear biparental: Dos personas con hijos(as).
 - Compuesta: Una persona o pareja, con o sin hijos(as), con o sin otros parientes, y otros no parientes.
 - Homoparental: Progenitoras(es) del mismo sexo con hijas(os).
 - Heteroparental: Mujer y hombre con hijas(os).
 - De acogida: Aquella con certificación de la autoridad para cuidar y proteger a niñas, niños y adolescentes privados de cuidados parentales, por tiempo limitado.
 - De acogimiento preadoptivo: Aquella que acoge provisionalmente a niñas, niños y adolescentes con fines de adopción.
 - Ampliada o extensa: Progenitoras(es) con o sin hijos y otros parientes, por ejemplo, abuelas(os), tías(os), primos(as), sobrinos(as) entre otros.
 - Ensamblada: Persona con hijos(as), que vive con otra persona con o sin hijos(as).
 - Sin núcleo: no existe una relación de pareja o progenitoras(es) hijas(os) pero existen otras relaciones de parentesco, por ejemplo: dos hermanas(os), abuela(o) y sus nietas(os), tíos(a) y sobrinas(os) etc.
 - De origen: Progenitoras(es) tutores(as) o persona que detente la guarda y custodia de niñas, niños y adolescentes con parentesco ascendente hasta segundo grado (abuelos/as).
 - Sociedades de convivencia: Dos personas de igual o distinto sexo que establecen un hogar común con voluntad de permanencia y ayuda mutua (con o sin hijos, hijas).
- (2018)

Para que los procesos que llevan a cabo las familias se efectúen, es necesario que se establezca un hogar. El concepto de hogar no incluye necesariamente un domicilio, ni un lugar fijo de residencia. El hogar está en donde se reúne la familia, en este sentido, el hogar puede ser incluso un espacio virtual, un refugio en el que la influencia de cada integrante de la familia incida en los demás.

La Comisión Europea, el Fondo Monetario Internacional, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico, las Naciones Unidas y el Banco Mundial definen hogar como: “un grupo de personas que comparten la misma vivienda, que juntan, total o parcialmente, su ingreso y su riqueza y que consumen colectivamente ciertos tipos de bienes y servicios, sobre todo los relativos a la alimentación y el alojamiento” (2016, p. 734). La CEPAL clasifica a los hogares de acuerdo con “el número de personas que lo integran (unipersonal o pluripersonal), y por la existencia o no de relaciones de parentesco, dependencia doméstica o normas de convivencia entre las personas” (2021a, p. 16).

De acuerdo con el Censo de Población y Vivienda 2020, publicadas por el INEGI, a nivel nacional 87 de cada 100 hogares son familiares, al menos un integrante tiene parentesco con la jefa o jefe del hogar. A nivel nacional en 33 de cada 100 hogares, las mujeres son reconocidas como jefas de la vivienda (s.f.b). De acuerdo con estadísticas del INEGI del 2017 los hogares encabezados por jefa y jefe de familia son el 53.8%, los hogares monoparentales el 18% y otros el 28.1% (s.f.a).

En México la familia es el centro de la cultura, es el ente único desde donde la sociedad puede cambiar de manera permanente. La familia ha cambiado y continuará su proceso de cambio. Si bien las familias pueden ser de un solo individuo hasta una familia vasta de varias generaciones, siempre será una institución compleja y completa. La familia como sociedad da espacio al hogar, no precisamente a una casa. El hogar tiene un sentido más amplio al no limitarse a un espacio físico, motivo por el cual la familia siempre tendrá un hogar, aun cuando carezca de una casa. Es en el hogar donde los niños aprenden a vivir en sociedad y donde deberían disfrutar plenamente todos sus derechos.

Derechos de los niños y las familias

El conocimiento de los derechos de los niños es clave en el hogar si se desea inculcarlos y vivir en concordancia con lo que manifiestan. Si bien no todos los adultos tienen hijos, si es necesario que todos conozcan los derechos de los niños, pues están en la

obligación de velar, en todo momento, por los derechos de todos los niños. Una sociedad puede llegar a conocerse mejor al observar cómo respetan los derechos de los niños.

México, tal como otros países, es diverso en la manera en que se integran las familias. Comúnmente las familias son encabezadas por los padres, que pueden o no tener pareja y pueden o no estar casados; sin embargo, el casamiento es un derecho humano. El artículo 16 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948 menciona que: “Los hombres y las mujeres, a partir de la edad núbil, tienen derecho, sin restricción alguna por motivos de raza, nacionalidad o religión, a casarse y fundar una familia” (Naciones Unidas, 2015, p. 34). Por parte de la Declaración no hay un impedimento expreso para que las personas puedan fundar una familia cumpliendo el requisito de edad núbil. En México, esta edad e incluso algunas condiciones varían de acuerdo con la legislación de cada entidad federativa.

Aun cuando la familia mexicana enfrenta las dificultades de la modernidad sigue siendo el referente para la formación de adultos mexicanos que transitan de la niñez a la edad adulta. En el artículo 16, apartado 3 de la Declaración Universal de Derechos Humanos se menciona que: “La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado” (UNICEF, 2017a, p. 47). También, el artículo 25, apartado 2, de la declaración anterior afirma que “la maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social” (2017a, p. 47). De hecho, el artículo 3, apartado 1 de la Convención sobre los Derechos del Niño, se menciona que:

En todas las medidas concernientes a los niños que tomen las instituciones públicas o privadas de bienestar social, los tribunales, las autoridades administrativas o los órganos legislativos, una consideración primordial a que se atenderá será el interés superior del niño. (2017a, p. 47)

El niño y sus derechos son puestos en orden prioritario, antes que los adultos para recibir los beneficios de las leyes que más les beneficien.

Además, el artículo 19 de la Convención Americana de Derechos Humanos afirma que: “Todo niño tiene derecho a las medidas de protección que su condición de menor requiere por parte de su familia, de la sociedad y del Estado” (UNICEF, 2017a, p. 47). Nuevamente, la familia, la sociedad y el estado deben privilegiar las condiciones del niño.

Debido a la vulnerabilidad de los niños, cuando los padres no se hacen responsables de sus hijos, los niños quedan expuestos a graves problemas. De hecho, de la Cumbre Mundial en Favor de la Infancia se desprende que:

Los niños del mundo son inocentes, vulnerables y dependientes. [. . .] Día a día, innumerables niños de todo el mundo se ven expuestos a peligros que dificultan su crecimiento y desarrollo. [. . .] millones de niños son víctimas de los flagelos de la pobreza y las crisis económicas, el hambre y la falta de hogar, las epidemias, el analfabetismo y el deterioro del medio ambiente. [. . .] Cada día mueren 40.000 niños por la malnutrición y diversas enfermedades, por el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA), falta de agua potable y de saneamiento adecuado y por los efectos del problema de la droga. (OEA, 1990, p. 1)

Los padres tienen la responsabilidad de cuidar a los hijos. “Esto implica que son los padres los principales responsables del cuidado y protección de sus hijos e hijas y, por lo tanto, de proveerles cariño, alimento, formación valórica, entre otros” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003g, p. 29). Si en caso los padres no pueden proveer deberán buscar ayuda del resto de su familia, el Estado o sus instituciones para solventar las necesidades de sus hijos.

Aun con los desafíos que tenga una familia, los niños deben estar protegidos considerando que son vulnerables. Cada familia y sus integrantes tienen responsabilidades y también privilegios. de acuerdo con la CNDH, los derechos y obligaciones de los integrantes de las familias, los cuales pueden tener algunas variantes en las entidades federativas, son:

- Derecho a fundar o a vivir en familia y a no ser separado(a) injustificadamente de ella, salvo riesgo o peligro grave.
- Derecho a contraer matrimonio libre y voluntariamente.
- Derecho y obligación de proporcionar y recibir alimentos.
- Derecho a heredar y ser heredero(a).
- Derechos de seguridad social (servicios médicos, pensiones entre otros).
- Derechos derivados de la patria potestad que se ejerce sobre las hijas e hijos (por ejemplo, educarlos(as), inculcarles valores, una religión, decidir su lugar de residencia, por mencionar algunos).
- Derecho a decidir la forma y estructura de su familia.
- Obligación de velar por las personas mayores.
- Obligación de respeto y consideración mutua, sin discriminación de sus integrantes por edad, ocupación, discapacidad o cualquier otra.
- Obligación de respetar y cumplir los derechos de niñas, niños y adolescentes.
- Obligación de no ejercer ningún tipo de violencia contra ningún familiar.
- Obligación de asistencia, solidaridad, cuidados y protección mutua.
- Deber de todas y todos de colaborar por igual con el trabajo en el hogar. (2018)

Todos estos derechos deben ser observados sin importar la constitución de la familia, aun cuando sean familias unipersonales o estén integradas por más de un individuo.

De acuerdo con la Fundación de la Familia, algunas de las necesidades básicas que la familia debe satisfacer son: “alimento, abrigo, salud, etc. [. . .] necesidades emocionales, [. . .] necesidad de protección, [. . .] necesidad de pertenencia e individuación, [. . . y] transmisión cultural y valórica” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003g, p. 28). No solo son cuestiones materiales, sino educación, protección y el apoyo necesario para un desarrollo pleno de los integrantes de la familia.

Antes que las instituciones u organismos de la sociedad o el gobierno, la familia es responsable directa de la crianza de los hijos. “La familia tiene la responsabilidad de formar en los primeros años de vida del niño principios, valores, seguridad y actitudes, que no se pueden delegar a otros agentes socializadores” (Linares-Sevilla y Salazar-Bahena, 2016, p. 185).

Lo que se promueve en el hogar con los hijos es de vital importancia y una contribución para la sociedad, no solo para el núcleo familiar, pues la familia “tiene funciones que cumplir al interior de ella [. . .] como también hacia afuera, ya que la formación que la familia entrega a sus miembros tiene alta influencia en cómo ellos se van a relacionar con el resto de la sociedad” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003g, p. 28).

Los hijos dependen casi siempre de los padres, hasta que deciden valerse por sí mismos. La edad en que esto sucede varía de cultura a cultura y de familia a familia. Mientras permanecen en el hogar los niños, incluidos los adolescentes, necesitan la protección y guía que ofrece un núcleo familiar, pues la familia es un factor determinante para su edad adulta. Valenzuela, Ibarra, Subarew y Correa afirman que la adolescencia es una etapa caracterizada por procesos concretos e irrepetibles, con un fuerte componente emocional y social que derivan en cambios importantes, en los cuales el apoyo de la familia es fundamental para lograr una transición a la adultez de manera exitosa (2013, p. 4).

Los padres y madres tienen la responsabilidad de buscar conocer los derechos de los niños y hacerlos válidos en sus hijos. En toda sociedad hay derechos y obligaciones y la familia es una de ellas. De hecho, si los derechos se inculcan en la familia, los adolescentes tienen una mayor protección contra las vulnerabilidades de su edad. Esto hace necesario que los padres comprendan su rol dentro de la familia y en la sociedad.

Los padres y sus roles

La adolescencia representa cambios no solo para el joven sino para la familia. Los padres se acomodan a nuevas experiencias y trato con sus hijos. Aun desde antes del

nacimiento de sus hijos, los padres se ven sujetos a cambios. Si bien la constitución de las familias varía mucho, como cultura mexicana hay ciertos roles e ideas en la familia que se han observado desde siempre. Romper esos esquemas, es un gran desafío para la familia mexicana que trata de adaptarse a los cambios debido a mayores grados académicos en las mujeres, distribución de las labores del hogar, madres trabajadoras, padres/madres solteros(as), etc.

Uno de los desafíos de las familias, específicamente de los padres es mediar entre el interior de la familia y la sociedad. En la familia, principalmente los adultos, “tienen la función de ser mediadores de los niños y adolescentes, entre su mundo privado familiar y el mundo externo, acompañándolos en el proceso de inserción en las instancias de educación, salud, cultura, recreación, entre otras (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003g, p. 28).

Las familias que tienen niños pequeños y adolescentes pueden llegar a ser muy complejas, pues viven cambios repentinos en su dinámica y los padres deben estar atentos a estos cambios. Durante la adolescencia, la familia “se ve tensionada y enfrentada a una serie de situaciones complejas, donde cada uno de sus miembros contribuye al funcionamiento manteniendo su identidad, a través del ejercicio de roles, funciones y de las tareas necesarias del conjunto” (Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa, 2013, p. 4).

Muchas de estas funciones y tareas de los padres tienen grandes implicaciones sociales que se han interpretado de manera estricta. Este sentido estricto ha hecho que se asignen roles al padre y a la madre que difícilmente se flexibilizan. Salguero menciona que históricamente se ha construido una visión muy particular de la maternidad y de la paternidad. A las mujeres se les ha asignado el espacio privado de la casa y la crianza de los hijos, en tanto que a los hombres se les asigna el espacio público del trabajo y la manutención. Esto impide a los hombres participar en la crianza, lo cual afecta las estructuras familiares, políticas

y sociales, pues se asignan espacios y prácticas con poderes diferenciales y desiguales a ambos géneros (2006).

Al asumir un rol, el padre y la madre adquieren un lugar dentro de su familia que los obliga a ciertas responsabilidades y les brinda ciertos beneficios. De esta manera, la familia se organiza y distribuye sus tareas. Si bien es necesario organizar las tareas en una familia, también es necesario ser flexible en lo que cada padre realiza, pues el encasillarse en un rol exclusivo, impide que se pueda participar libremente en otras tareas.

Hay distintas acepciones de la palabra rol, pero se emplea la usada por la UNICEF, que la define como: “un conjunto de conductas que realiza una persona de acuerdo con una función determinada que debe cumplir dentro de un grupo” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003g, pp. 28-29).

Los roles tienen mucha fuerza, ya que van moldeando los comportamientos, las acciones y las expectativas de hombres y mujeres en las familias, el trabajo, el espacio público, etc. La UNICEF menciona que los roles empiezan en la primera infancia y están presentes en juegos, juguetes, cuentos y canciones. Se asigna el color rosa a las niñas y el celeste a los niños. Se incentiva también que las niñas sean dulces y calladas, mientras se pide a los niños aguantarse, no llorar, etc. Los hombres y mujeres no nacen con un rol predeterminado, hay diferencias anatómicas que impiden que el hombre dé a luz o amamante, pero el resto de las tareas de cuidado deben ser compartidas por el padre y la madre (2018b).

Sin embargo, menciona la Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, la Fundación de la Familia, la Fundación Integra y el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia; los roles son influidos por la cultura y las familias por lo que incluso se asigna a cada sexo ciertos sentimientos que son propios de los hombres o de las mujeres. Así también nuestra cultura asocia a las mujeres con la afectividad y el cuidado; y a los hombres con el intelecto y las actividades físicas. Por lo que si las mujeres expresan su capacidad para pensar

o enojo son vistas como agresivas y poco femeninas y los hombres afectuosos son calificados como poco varoniles (2003e).

Esto predispone a que hombres y mujeres no puedan llevar a cabo tareas o tener sentimientos “del rol opuesto”, lo cual limita las oportunidades de estudio, empleo y liderazgo en la sociedad. para el caso de nuestro continente, “la inequidad de género tiene mucho peso en esta región, persistiendo sobre las mujeres una sobreexigencia a partir del ‘mito del instinto maternal’ y la legitimación del abandono y la violencia ejercida por los varones en un contexto de fuerte machismo” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 12). El machismo y otras ideas que persisten en Latinoamérica normalizan el hecho de que los padres deben estar fuera de casa, en la vida pública, evitando participar en la crianza y en actividades domésticas, mientras las mujeres deben permanecer en casa, conduciéndose de manera privada y a cargo de los quehaceres del hogar y de la crianza de los niños.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia aclara que la imposición de roles trae consecuencias tanto para los hombres como para las mujeres. Las niñas reciben un menor amamantamiento que los niños desde pequeñas; desde temprano son incorporadas a las tareas del hogar; se hacen cargo de los hermanos en ausencia de la madre, abandonando los estudios, si es necesario; se les dan menos permisos para salir que a los hombres; se les cría más apegadas a la familia; entre otras desigualdades. Por otra parte, a los hombres, desde niños las mamás los alimentan más abundantemente; se les permite un espacio de exploración más amplio, pueden salir más frecuentemente con sus amigos; tienen menos o nulas responsabilidades domésticas; si no hay suficientes recursos económicos, se privilegia la educación de los hombres más que la de las mujeres; pero también tienen el peso de ser proveedores de la familia y hacer frente a las necesidades económicas, lo cual puede interrumpir sus estudios para incorporarse tempranamente al mundo laboral.

El documento anterior, también afirma que, si bien últimamente se han observado cambios en estas conductas, desgraciadamente, el problema persiste. Por ejemplo, en la parte educativa las mujeres han sobrepasado en cantidad a los hombres, pero en el mundo laboral ellas continúan ganando menos que los hombres desempeñando las mismas actividades (2003a).

Las labores que llevan a cabo los padres y las madres muchas veces no solo son distintas, sino totalmente opuestas, siendo la labor de las madres no valorada en su justa dimensión. Culturalmente tienen roles distintos, por lo que los padres hombres se niegan a llevar a cabo ciertas responsabilidades en el hogar. La CEPAL afirma que en “el ámbito doméstico, es necesario avanzar hacia una mayor corresponsabilidad entre hombres y mujeres y, para esto, hace falta formular políticas culturales, de uso del tiempo y económicas que apoyen un cambio de comportamiento y una redefinición de roles” (2020, p. 2). Esto también se refleja en el tiempo que uno y otro cónyuge destina a labores domésticas. “Las jefas de hogares familiares invierten 33.2 horas promedio a la semana en las tareas domésticas, y los jefes 11.1” (CNDH, 2022). Claro está que hay otras labores que las madres llevan a cabo como trabajar fuera de casa y cuidar de los hijos, además que tradicionalmente ellas son las que atienden y cuidan de las personas mayores que habitan en casa.

En América hay muchas madres solteras, lo cual conlleva a que enfrenten solas la carga de la familia. Un informe de la CEPAL menciona que una caída del producto interno bruto (PIB) del 7,7% en América Latina y un aumento del desempleo de 10,4 puntos porcentuales, tendrían un efecto negativo sobre los ingresos de los hogares. Esto sumado a la sobrerrepresentación de las mujeres en los hogares pobres, alrededor de 118 millones de mujeres latinoamericanas vivirán en situación de pobreza.

También este informe menciona que la pobreza se refleja en la brecha digital de las mujeres. Durante la pandemia por COVID-19, algunos sectores que se encuentran en mayor riesgo solo emplean a mujeres, pero esos trabajos son informales, mal remunerados y no

ofrecen seguridad social. Por lo que el costo del servicio de internet representa gran parte de la escasa remuneración que reciben, lo cual las excluye a ellas y a sus hijos de oportunidades de información, educación e ingresos (2021b).

Esta multiplicidad de tareas, entre otras situaciones, hacen que las madres tengan algunas vulnerabilidades. Por ejemplo, la CEPAL y la UNESCO mencionan que durante la pandemia, se hizo una revisión de literatura de epidemias pasadas y se observó elevados niveles de violencia de género, y se concluyó que las formas de violencia más comunes eran la violencia entre parejas, la explotación y el abuso sexual (2020a). Conductas en las que normalmente el esposo es victimario y la mujer víctima.

También, cuando las madres son las jefas de familia, la carga económica es mayor, lo que extiende la vulnerabilidad a sus hijos. De acuerdo con Aldeas Infantiles SOS Internacional y la Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, los niños padecen mayor vulnerabilidad, al pasar más tiempo solos. Padecen escasez de alimentos, lo cual los orilla a buscar un empleo precario, mendigar, ser explotados o perder el cuidado de su madre (2011).

De manera general, el trabajo en casa ha sido menospreciado, pues se considera más relevante el trabajo que se lleva a cabo fuera de casa, en el espacio público. Cuestión que también ha hecho que las mujeres deseen pasar más tiempo fuera de casa en actividades laborales. Los “aspectos considerados de la mujer son menos valorados socialmente que aquellos considerados del hombre. Ocurre entonces que incluso a las mujeres les parecen más importantes las cosas de los hombres” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003b, p. 31).

Sin embargo, trabajar fuera de casa, plantea un reto mayor, pues “las mujeres han logrado avances en sus derechos y su participación en el mercado laboral ha aumentado, pero como siguen siendo las principales responsables del cuidado en la familia, tienen jornadas más largas o dobles jornadas de trabajo” (UNICEF, 2018b, p. 67). Al terminar su jornada laboral, las

madres deben cumplir con su obligación: la familia y los hijos. Se les estigmatiza en caso de no hacerlo. La presión social continúa el “mandato cultural” en el que los hijos son responsabilidad de las madres, por lo que siempre deben de estar al tanto de ellos, so pena de ser consideradas inhumanas o malas madres. Pero en el caso de los padres hombres no aplica este adjetivo (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011).

Aun cuando hay una sobrecarga de trabajo y responsabilidad para las madres, se piensa que solo las mujeres pueden atender a la familia y que los hombres están exentos de esa responsabilidad al no poder hacerlo correctamente, “el consenso social dice que las mujeres ‘saben mejor’ cómo cuidar; . . . sin embargo, no es así. Los hombres y las mujeres tienen la capacidad de realizar las mismas tareas” (UNICEF, 2018b, p. 67, 69). Las tareas de cuidado, que incluyen a las materiales y afectivas se aprenden, no son innatas, y pueden llevarse a cabo por hombres y mujeres.

Se observa que, de manera cultural, se ha aceptado y obligado a que las madres pasen más tiempo con sus hijos. El padre, por otro lado, convive menos con sus hijos por lo que su influencia y la confianza que tienen los hijos en él es menor que con la madre. De hecho, Valdés y Olavarría afirman que muchos hombres ven el matrimonio como “un paso necesario para llegar a ser un hombre pleno. Asimismo, la vida conyugal les proporciona una vida sexual plena y la oportunidad de demostrar a sus pares que son sexualmente activos y capaces de ejercer autoridad y protección” (1997, p. 143). Motivos muy distintos a los de las madres.

Desde que una pareja decide vivir junta, se toma un rol, la mayoría de las veces impuesto por la sociedad. Los roles al ser muy rígidos dictan cómo tratar a los hijos; el alimento y colores para hombres y mujeres; actividades en el espacio público y privado; liderazgo; educación; entre otras. Si bien los roles marcan responsabilidades y privilegios, las condiciones de la familia no siempre pueden adaptarse completamente a ello; más bien, la pareja debe convenir qué aceptar o modificar, de acuerdo a las condiciones de su vida familiar.

Los padres y madres que cuidan solos de su familia tienen dificultades para seguir los roles culturales. La madre soltera tiene dificultades particulares, pues la sociedad espera que cumpla a cabalidad con su rol en casa, y fuera de casa. Por otro lado, al hombre se le dispensa la poca convivencia con los hijos y no colaborar en el hogar, pero si se le exige, aun siendo menor llevar a cabo actividades que pueden vulnerarlo debido a sus condiciones físicas. Antes que los roles culturales está el principio del respeto a los derechos de la familia y sus integrantes. Los padres son los responsables primarios de velar por los derechos de su familia, lo cual permite criar a sus hijos de manera exitosa.

Capítulo 2 La dinámica familiar y su influencia en las vulnerabilidades del adolescente

Los padres son las figuras más influyentes en un niño. De ellos, los niños, aprenden sus primeras palabras y lecciones. Por su parte, los padres hacen un esfuerzo en inculcar su visión de la vida y de las cosas. Cuando ambos padres se ocupan de sus hijos, los niños pueden diferenciarse, compararse y aprender de ellos. Sin embargo, en ocasiones, uno o ambos padres no cumplen con sus responsabilidades o no son un buen modelo a seguir para que los hijos logren su potencial y aprovechen las oportunidades durante su ciclo vital.

Primera parte: Dinámica familiar y el cuidado del hijo adolescente

Para algunas madres y algunos padres, un hijo representa la posibilidad de trascender. La visión que llegan a tener de ellos muchas veces es idealizada, lo cual conlleva problemas al exigir de más, cuando los hijos todavía no están preparados para ello. Por otro lado, el cumplimiento de las responsabilidades como padres tiene una influencia única en el desarrollo de los hijos.

Muchas veces los papás y las mamás se ven reflejados en sus hijos, quieren reparar los errores de su propia educación y anhelan que sus hijos hagan realidad sus propios deseos incumplidos. Sin embargo, la crianza implica dejar de lado las aspiraciones propias y necesidades, y centrarse en cada uno de sus hijos, con sus particularidades (UNICEF, 2018b, p. 25).

La OPS menciona que los padres son quienes proveen cuidados significativos a sus hijos durante un periodo prolongado de la vida, sin percibir un salario, incluyendo a padres biológicos, padres adoptivos, custodios y otros parientes. También implica promover el desarrollo de habilidades complejas que incluyen las habilidades interpersonales para desarrollar adultos sanos. La OPS también define tres dimensiones claves del rol de ser padres: 1) abogar por los recursos necesarios; 2) supervisar la conducta, monitorear, regular, establecer límites, respetar la individualidad y modelar a los hijos y 3) mantener una relación significativa de aceptación, calidez, apoyo y amor (2006, p. 11).

El adolescente en el hogar y en la dinámica familiar

Mientras están en el seno del hogar los hijos reciben atenciones y cuidados de parte de sus padres, pues cuando son pequeños los consideran vulnerables; sin embargo, al desarrollarse los hijos buscarán aprender por experiencia propia. El laboratorio del hogar es fundamental en su socialización y desarrollo de su potencial. Pero esta experimentación no es exclusiva de los hijos, los padres también maduran y se desarrollan para evitar o aminorar las desavenencias con sus hijos al mismo tiempo que los reconocen con identidad propia.

Durante la adolescencia, las familias, deben adaptarse a la manera en que se educa a los niños, “Las familias empiezan a sentir un desequilibrio en la organización de las pautas previamente establecidas, teniendo que realizar una reacomodación en los estilos de crianza para otorgar al adolescente un entorno adecuado y saludable para su desarrollo” (Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa, 2013, p. 53). En la adolescencia es muy común que los hijos reclamen ciertas libertades y con esto haya un nuevo orden en el hogar.

Como sociedad, comunidad o persona, se crea una imagen de lo que es una familia. Probablemente, esto sea una idea de lo que se ha tenido como familia o un ideal de lo que no se tuvo, lo que se considera que debería de ser. Esto puede derivar en ideas rígidas que las familias solo pueden ser de una manera y no de otra. “Durante el siglo veinte se consolidó la idea de que la familia modelo era aquella constituida por una mamá dueña de casa, un hombre trabajador y proveedor, y los hijos comunes de ambos” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003g, p. 24). Sin embargo, al paso del tiempo el concepto e ideal de familia han cambiado.

Aunado a lo anterior, se ha tenido la idea de que en las familias no debe haber problemas entre ellos, ni conflictos con otras. En el hogar y en la familia debe existir solo paz y armonía. Sin embargo, el documento anterior afirma que la familia “está compuesta por personas y que las personas como tales nos equivocamos, tenemos dudas, cometemos errores

y, por lo tanto, los conflictos y las dificultades son parte de la vida cotidiana. Lo importante es aprender a resolverlos adecuadamente” (2003g, p. 25). Los problemas y los conflictos son inherentes a toda relación humana y la familia no está exenta de ellos.

Es precisamente el hogar donde se tienen los primeros conflictos y se debería de aprender a resolverlos. Sin lugar a duda, el hogar familiar es un espacio socializador para los hijos, de ahí la importancia de que los padres cumplan con esa responsabilidad brindando un espacio a manera de laboratorio social, en el cual los hijos experimenten y adquieran las habilidades sociales necesarias para salir del hogar y adaptarse adecuadamente. La Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, la Fundación de la Familia, la Fundación Integra y el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia enfatizan que,

A medida que un niño va creciendo, va ampliando sus capacidades de explorar el mundo y también busca nuevos espacios de desarrollo, nuevas personas con las que vincularse. Parte de estas nuevas experiencias se las otorgan los familiares, vecindario y la escuela. Se espera de los padres y madres que acompañen a su hijo en este proceso de conocimiento, y que le provean de nuevas oportunidades para conocer. (2003c, p. 7)

Los padres, no solo deben estar alertas en el aspecto social, sino también en el emocional, ya que durante la adolescencia hay cambios repentinos en el estado de ánimo de los adolescentes que acompañan a sus cambios biológicos. Estos cambios biológicos vienen acompañados de fuertes variaciones en sus estados de ánimo sin que quienes los rodean sepan cómo o por qué. Por eso, es necesario que el hogar sea dónde el adolescente encuentre mayor comprensión de la etapa que está cursando, “Es en la familia -el espacio de los vínculos esenciales- que los niños esperan sentirse queridos e importantes, donde aprenden los valores fundamentales que los van a guiar en la vida, y donde esperan satisfacer sus necesidades básicas” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003g, p. 27). De ahí que

los padres deben inculcar ideas correctas e incluso rememorar los desafíos que ellos experimentaron en esa edad.

Los cambios físicos y cognitivos que experimenta un adolescente durante la pubertad pueden ser más de lo que los adolescentes pudieran asimilar. Debido a que estos cambios pueden ser la causa de ansiedad y preocupación es importante orientar a los niños y niñas en relación con los cambios que vendrán, para que puedan vivirlos con naturalidad, como parte de un desarrollo sano.

Los padres han vivido los conflictos que trae la adolescencia, sin embargo, al:

Conocer las principales características de las etapas del desarrollo por la que pasan los hijos, permite a los padres y madres dar mejores respuestas a las necesidades y derechos de sus hijos e hijas. Junto con conocer estas características, cada padre tiene el desafío de conocer las particularidades de cada uno de sus hijos, los que son únicos e irrepetibles y, por lo tanto, también tienen necesidades particulares. (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003c, p. 14)

Esto hace referencia a que cada hijo es distinto a los demás, desarrollando otras habilidades, intereses y aptitudes. Incluso, tienen diferentes ritmos y maneras de aprendizaje, por lo que la comparación con otros hijos o niños solo daña su autoestima.

Para que la familia sea el núcleo en el cual los hijos puedan desarrollarse adecuadamente, los padres deben estar comprometidos en que en el hogar haya un clima de respeto, aprecio, comprensión y comunicación. Esto les brinda confianza para acercarse a los adultos. Un niño que no se siente querido ni apreciado por al menos una persona significativa para él, es un niño que tiene mayor probabilidad de desarrollar algún tipo de trastorno psicosocial a lo largo de su vida.

Cuando se cría un hijo muchas personas sienten por primera vez un amor gratuito y una entrega total sin esperar recompensa. Ver crecer a un hijo, verlo aprender y madurar, buscar a

los padres para protección, tocan lo más profundo de los sentimientos humanos. De ahí que, la paternidad y maternidad sean una de las experiencias más significativas y transformadoras de la vida.

El que en su momento sean tan dependientes de los padres, cambia el paradigma de prioridades de los padres. La esfera económica, social, familiar, emocional, la vida misma cambia a partir de saber que se está esperando un hijo que necesitará tiempo y cuidado para protegerlo, criarlo y educarlo.

La llegada del primer hijo marca un hito en nuestra historia de vida. Convertirse en padre o madre es un cambio cualitativo en el ciclo vital de las personas porque implica un cambio en la vida, en los hábitos, en las responsabilidades, e incluso, en las formas de mirar el mundo. Las prioridades de antes cambian y lo que era más importante puede pasar al último lugar, con tal de darle al hijo lo que necesita. (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003d, p. 4)

Ser padre o madre, por lo tanto, es una labor compleja que requiere tiempo, dedicación y reflexión. Si bien no hay reglas infalibles para ser padres, si hay algunos lineamientos que ayudan con esta tarea, además, ayuda mucho entender que educar a un ser humano es algo que se aprende en el camino.

En la familia los padres y adultos significativos son fundamentales por la influencia que ejercen en el desarrollo de hábitos de vida, formas de expresar afectos, relacionarse con los demás, de resolver conflictos y de desarrollar conductas de autocuidado (Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa, 2013).

El proceso en el cual dos personas se conocen con el propósito de comenzar una nueva familia plantea la interrupción de unicidad de la persona. La persona se ve invadida por la otra a momentos, los dos entran en el otro y a momentos salen, se observan, lo cual les permite distinguirse únicos y al mismo tiempo ver que se transforman en alguien que no eran.

Se muestra de manera explícita o tácita la historia de vida, la cultura, la familia, la educación, mientras se averigua al otro y así se comparan. Esa búsqueda provoca pérdidas, se busca saber las costumbres del otro, sus errores, sus aciertos y en el camino, se deja de ser quien se es y se transforma en otro. A medida que se conoce al otro, se desconoce a sí mismo. Se toman actitudes y costumbres del otro y el otro de su pareja, se adaptan, se uniforman, se acoplan al otro físicamente, incluso, emocionalmente; ambos entran en la vida del otro.

Por lo que al entrar en la unión del matrimonio los hijos, ellos llevan la carga de ser quienes no fueron o son los padres, son los que reciben la encomienda de ser lo mismo, pero de otro modo, de parecerse y ser distintos. “El desafío para las parejas que comienzan una vida en común es poder construir un nuevo estilo, una nueva familia integrando lo que cada uno trae” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003h, p. 5).

Al cambiar las prioridades, el autocuidado y cuidado de la pareja pasa a un segundo término. La atención y los cuidados se centran en el nuevo ser, que suelen ser demandantes e inmediatas.

Llamamos tareas de cuidado a todas las actividades que realizan los adultos en el hogar y que hacen posible la organización de las familias y, por ende, el funcionamiento de la sociedad.

Estas tareas responden a las necesidades y demandas materiales (alimentar a la familia, cuidar su vestimenta, ocuparse de la limpieza del hogar, etc.), pero también a las necesidades afectivas de las personas. (dar cariño, ayudar a la autovaloración, dar estímulo y apoyo, etc.) (UNICEF, 2018b, p. 66)

Cuando dos personas deciden unirse para tener un hijo, sucede eso precisamente, se unen, unen sus diferencias y sus similitudes, sus vicios y sus virtudes. Su hijo se asemeja a ellos, pero es otro, es distinto. Motivo por el cual los padres deben aprender que su hijo no les pertenece, solo pueden guiarlo, no manipularlo. La dinámica familiar es saludable cuando los

padres son resilientes al cuidar y velar por sus hijos adolescentes, al mismo tiempo que fomentan una autonomía responsable. También son de gran ayuda para sus hijos, cuando enseñan y viven de acuerdo con principios que los protegen de vulnerabilidades que los padres pueden prever.

Madres

Es innegable la importancia de las madres para mantener nuestra sociedad. No hay concepción sin ellas. Si bien el hombre es necesario para concebir, la mujer está hecha para llevar y cuidar el producto en su vientre. Biológicamente el cuerpo de la mujer responde para nutrir al nuevo ser, procurándole también buena temperatura y el espacio necesario dentro de su ser para estar protegido, aún a costa de la salud y la vida de la madre.

Las madres siempre han tenido especial relevancia en la vida de las personas al tener un contacto más íntimo, incluso, desde el momento de la fecundación misma. Cuando se separa al nuevo ser de la madre, la madre sigue teniendo un lazo de unicidad con el nuevo ser. El bebé es un ser nuevo, otro, pero para la madre, el bebé, sigue siendo ella. La sociedad también considera esta separación, al dar a luz, como una fusión que continúa, después del nacimiento, al exigir la responsabilidad absoluta de quien da a luz al nuevo ser. De acuerdo con Arvelo, a la madre “se le vincula con la protección, afecto, conservación, cuidado, incondicionalidad, sacrificio, al orden biológico, natural, instintual” (2004, p. 93). Al hablar de instinto, orden biológico, etc., no se da margen a que se supla la responsabilidad primaria de la madre para con su hijo.

Es necesario reconocer que las actividades de cuidado implican un gran esfuerzo físico y mental de los cuidadores, además de una disposición plena a llevarlas a cabo en cualquier momento del día en que se requiera.

Aunque quienes realizan las tareas de cuidado en la familia no reciben un pago o salario a cambio, son tareas que demandan tiempo, habilidades y competencias y que, además, generan un valor social y económico. Cuando una mujer se ocupa de las

tareas domésticas, está brindando un servicio a otras personas que, de esa manera, pueden ir a trabajar y hacer otras actividades. Así, el trabajo doméstico, incluso cuando no es remunerado, es fundamental para la cadena productiva del mercado. (UNICEF, 2018b, p. 66)

Las labores de cuidado son necesarias debido a la indefensión de los niños que, aunque ya no sean pequeños, no tienen la experiencia de un adulto, razón que muchas veces los hace vulnerables. En este sentido, la UNICEF y la CEPAL afirman que “la violencia contra las mujeres y la violencia contra niñas, niños y adolescentes comparten factores de riesgo, y se ven afectadas por normas sociales similares que conducen a la perpetración y tolerancia de estos fenómenos” (2020c, pp. 3-4). La violencia que se lleva a cabo en contra de las madres tiende a ser vicaria para los hijos, e incluso una vez que sucede con las madres, suele desbordarse también hacia toda la familia.

Si bien la madre es responsable del nuevo ser, también lo es el padre, al ser ambos co-creadores de un bebé. La Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, la Fundación de la Familia, la Fundación Integra y el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia afirman que:

Los expertos del desarrollo y la psicología han hecho especial énfasis en el rol de la madre en el desarrollo infantil, situándola como la gran responsable del cuidado y crianza de los hijos o hijas. Sin embargo, distintos estudios demuestran que si bien es esencial la presencia de la figura materna, también lo es la presencia activa del hombre en todos los espacios de crianza. (2003d, p. 7)

Si bien es importante la presencia del padre en la crianza de los hijos, muchas madres toman solas esta responsabilidad. Un censo del INEGI informa que en 2020 había 35, 221,314 madres en México. También menciona que siete de cada diez mujeres de 15 años y más reportaron ser madres con un promedio de 2.2 hijos o hijas. De este total, el 48% mencionó estar casada, 23% vivía en unión libre, 10% eran viudas, 9% estaban separadas, 7% eran

solteras y 3% eran divorciadas (2022). Esto indica que 3 de cada 10 mujeres cría o cuida sola a sus hijos; sin embargo, el 71% restante que manifiesta estar casada o en unión libre no es una garantía manifiesta de que sus parejas ayuden activamente en la crianza.

También, de acuerdo con datos del Instituto Nacional de las Mujeres, la actividad laboral de las madres disminuye conforme aumenta su número de hijos: para mujeres de 15 años y más que tienen de uno a dos hijas o hijos es del 49.6%, si se tienen 3 a 5 hijas e hijos disminuye a 41.4% y se reduce a 22.7% para quienes tienen 6 o más hijas o hijos. Además, ocho de cada diez mujeres ocupadas económicamente que tienen al menos un hijo, carece de acceso a servicios de guardería. Así también, cuatro de cada diez mujeres de 25 a 49 años tienen una actividad económica si sus hijos son menores de 3 años y aumenta a 7 de cada diez si no tienen hijos o hijas. En contraste con los hombres cuya diferencia es del 97.9% y 94.3%, respectivamente (2018).

Lo anterior exhibe que las madres enfrentan dificultades, no solo al criar a sus hijos solas, sino que hay un aumento de vulnerabilidad al tener menores ingresos a la vez de que escasamente alguna tiene servicio de guardería.

La labor que llevan a cabo las madres con sus hijos es invaluable al ser las primeras protectoras y quienes nutren de manera natural al bebé. Si bien, idealmente, las labores del hogar deben compartirse, las madres son las que casi siempre cumplen esa responsabilidad y muchas veces están a cargo de la manutención de la familia. También, en México muchas madres de familia son maltratadas frente a sus hijos, maltrato que generalmente se desborda hacia ellos. Por eso, cuando dos personas desean fundar un hogar y concebir hijos, ambos son corresponsables no solo de concebir, sino cuidar y criar a sus hijos.

Padres

Las características de los padres y las madres son únicas y complementarias. Si bien biológicamente, son distintos, esto no exime a los hombres de ser corresponsables en todas las actividades del hogar. La imagen paterna que brinda afecto es necesaria, tanto como la

materna. Como cultura mexicana, se ha asignado a los padres hombres un rol específico como los que trabajan, como proveedores, quienes tienen el mando, etc. Sin embargo, la realidad actual es que muchos hogares en México están encabezados por mujeres.

Aún hay mucho que avanzar como sociedad en lo que respecta a igualdad, ya que existen diversos factores que limitan una mejor distribución de tareas en el hogar. Entre ellos, las grandes distancias entre los hogares y los centros de trabajo, las largas jornadas laborales y los ingresos dispares entre hombres y mujeres, entre otros. Sin embargo, al interior de las familias es posible ir dando pequeños pasos en este sentido. De hecho, por mucho tiempo se pensó que los padres no eran tan importantes en la crianza de los hijos como las madres. Sin embargo, en los últimos años se ha visto que la presencia del padre en la crianza de los hijos e hijas es de inmensa relevancia, incluso durante el embarazo (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003b, p. 33).

Para muchos hombres su función como padres es proveer económicamente; sin embargo, la UNICEF señala que “ser papá es mucho más que proveer económicamente, implica también entregar afecto, cuidados y criar activamente a tus hijos/as” (2014a, p. 12).

De acuerdo con la UNICEF, la paternidad es una relación afectuosa e incondicional que los hombres establecen con sus hijos e hijas, en la que intervienen factores sociales, y culturales y que va transformándose a lo largo del ciclo de vida. Para esto es necesario criarlos, cuidarlos y educarlos de buena manera, además de respetar a la madre de los niños (s.f.a).

Además de lo anterior, algunas de las actividades que un padre debe llevar a cabo con sus hijos son: alimentarlos, hacerlos dormir, vestirlos y pasearlos; promover un vínculo cariñoso, de apego mutuo; compartir con la madre las tareas de cuidado de su hijo/a y las tareas domésticas; estar involucrado en todos los momentos del desarrollo de su hijo o hija; brindar una crianza respetuosa, mantener un clima de diálogo y respeto con la madre y la familia; estimular el desarrollo de su hijo/a: leyéndole cuentos, contándole historias, cantándole

y/o poniéndole música, apoyándole en sus tareas escolares, jugando con él o ella. Lo anterior beneficia a los niños al mejorar su autoestima y desempeño escolar, tener un mayor bienestar psicológico y más habilidades sociales (UNICEF, 2014a).

Cabe mencionar que un padre puede tener algunas dificultades para cumplir sus responsabilidades en el hogar. Por ejemplo: estrés laboral; ser un padre trabajólico; conflictos o tensiones con la madre y/o los hijos; violencia intrafamiliar; ideas culturales de machismo: creer que el cuidado de los hijos es exclusivo de la madre; distractores diversos como: la televisión, redes sociales, etc. (UNICEF, 2014a, p. 4).

Si bien lo anterior expone algunas dificultades de la paternidad, ejercer autoridad y protección es una señal de masculinidad y edad adulta. Esto debido a que la progenie es considerada como una manera en que el hombre ejerce su sexualidad y que es capaz de obtener los medios económicos para mantener una familia.

Sin embargo, las responsabilidades de los padres no se limitan a procrear hijos y darles una manutención. Más bien, la paternidad también conlleva la distribución de las responsabilidades domésticas, lo cual disminuye la carga de trabajo de la madre, sus niveles de cansancio y estrés. A su vez, el padre tiene la oportunidad de convivir de manera más íntima con sus hijos y su pareja, enriqueciendo su experiencia de familia y la de sus seres queridos. Además, esto denota que hombres y mujeres pueden cumplir indistintamente las tareas de la casa o de proveer, lo que enriquecerá en el futuro su vida de pareja (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003b).

También la Fundación para la familia menciona que la presencia del padre es importante durante la crianza de los niños y las niñas, ya que es fundamental crecer con una figura masculina cercana con la cual diferenciarse o identificarse (2003b, p. 34). Así mismo, los padres que están involucrados en la vida de sus hijos, los benefician en términos de su desarrollo social y emocional y tienen relaciones más sanas como adultos (UNICEF, s.f.a).

Si bien la paternidad responsable conlleva múltiples beneficios, su contraparte se contextualiza en hogares donde conviven diversos conflictos sociales y vinculares: adicciones como consumo de drogas o alcohol, situaciones de conflicto con la ley penal, deterioro de la salud mental, entre otras dificultades (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011).

Los padres hombres son muy importantes en la familia, ya que ayudan a que los hijos se diferencien y se identifiquen con ellos. Así también, se ha demostrado que los padres hombres que se involucran en el desarrollo de sus hijos permiten que estos tengan relaciones más sanas como adultos. Sin embargo, los padres hombres deben luchar contra roles impuestos en la sociedad, como el machismo y la indolencia, que impiden involucrarse activamente en las tareas domésticas y en la convivencia con su familia.

Conflictos maritales y su incidencia en las vulnerabilidades del adolescente

Si bien el conflicto es inherente a toda relación humana, también lo es la búsqueda de soluciones para evitarlo o aminorarlo. El estar de acuerdo en todo en una sociedad es una utopía, pero si es posible buscar los acuerdos que mejoren la convivencia en la familia. La manera en la que los padres se relacionan incide en oportunidades y vulnerabilidades para los adolescentes, además de que influye en la vida presente y futura de los hijos.

Así, cuando la relación entre los padres no es buena y hay muchas desavenencias como pareja, estas pueden expresarse en forma de violencia física y no física. Ramírez menciona que ante los conflictos parentales, los hijos viven tensiones y problemas al ser expuestos a peleas, denigraciones y recriminaciones mutuas de los padres. El conflicto marital provoca un aumento en el nivel de agresividad, hostilidad, irritabilidad, agresión y violencia que puede desplazarse hacia el niño, y comenzar una escalada de prácticas de crianza abusivas sobre el niño que pueden aumentar los efectos perniciosos sobre su desarrollo (2004).

Muchas veces la frustración de la inestabilidad y desacuerdo en la pareja puede hacer que uno o los dos padres actúen en forma punitiva en contra de sus hijos. Es frecuente que una

pelea entre los padres se extienda a los hijos. Para ellos es peor estar en un ambiente con alta agresividad entre los padres que crecer con la ausencia de uno de ellos. Ramírez afirma que “la familia mal avenida es más perjudicial para el hijo que el divorcio. De hecho, lo que mejor predice los problemas de conducta no es el divorcio sino la discordia matrimonial” (2004, p. 176).

En las discordias matrimoniales se presentan distintas problemáticas en la que los padres influyen en sus hijos para que ellos se hagan de una visión favorable de uno de los padres. Una de estas problemáticas es el “síndrome de alienación parental”, término introducido por Warshak, el cual, él describe como un trastorno que surge principalmente en el contexto de las disputas por la guarda y custodia de los niños (2001).

De acuerdo con Porras y Quesada la alienación parental tiene una mayor prevalencia en menores de 12 años; sin embargo, también afecta a niños mayores de esa edad. Este síndrome provoca en los niños sintomatología sin origen orgánico; agudización y exageración de síntomas de enfermedades crónicas; aparición de nuevos problemas de salud, algunos de ellos relacionados con condición ansiosa, por ejemplo: desórdenes alimentarios; bajo rendimiento escolar; alejamiento emocional/afectivo a uno de los progenitores, como respuesta a la exigencia del otro; así como hacerse de un rol de protección de uno o ambos progenitores y de mediador o mensajero entre ellos (2009).

Este síndrome derivado de los conflictos entre los padres, entre otros, son un factor de riesgo en las vulnerabilidades de los adolescentes y empeoran al aumentar la intensidad de los problemas en la pareja, la frecuencia y que el niño los presencie. Ramírez afirma que estudios evidencian el paralelismo entre el empeoramiento de los problemas de conducta de los adolescentes (trastornos mentales, emocionales y alimenticios con un predominio de la ansiedad/depresión) y el empeoramiento en la vida familiar (2004).

Si bien los conflictos matrimoniales no son el origen exclusivo de problemas de conducta entre los adolescentes, si es necesario tomar en cuenta esa variable al estudiar las vulnerabilidades de los adolescentes.

Ramírez afirma que si bien el conflicto parental ha evidenciado la prevalencia de conductas agresivas en hijos e hijas, se ha demostrado también que los hijos hombres son principalmente propensos a desarrollar conductas delictivas (2004).

Los conflictos entre los padres dañan a sus hijos al ser espectadores de violencia entre ellos, violencia que muchas veces los alcanza de manera directa. Estos conflictos originan y agravan problemas de salud mental y física, además de que los hijos son obligados a tomar partido por uno de los padres. De hecho, el divorcio es una mejor salida para el bienestar de los hijos que la perpetuación de la violencia en el hogar.

El cuidado y la preocupación por los hijos mientras se busca su autonomía representa un gran conflicto para los padres. Los padres son responsables de sus hijos, pero sus hijos tienen voluntad propia. Culturalmente, la sociedad tiene una alta expectativa de las madres, por lo que es necesario que ambos padres convengan el reparto de los quehaceres del hogar. Esto reconoce la idea de que es un privilegio concebir, pero también criar a los hijos. El padre que se involucra en el desarrollo de sus hijos favorece relaciones más sanas como adultos. Sin embargo, si los padres no honran los convenios hechos entre sí, el divorcio es una salida necesaria antes de perpetuar la violencia que vulnera a sus hijos.

Segunda parte: Vulnerabilidades intrafamiliares de los adolescentes

Los padres son responsables de sus hijos, al proveer experiencias que les permitan resistir las vulnerabilidades que se presentan dentro y fuera del hogar. El cuidado del adolescente por parte de los padres puede alejarlos de la violencia y los problemas asociados a la pobreza y la exclusión.

Niñez sin cuidados parentales

El cuidado de los niños es necesario, pues están expuestos a enfermedades, violencia, falta de alimentos, debilidades físicas, abusos, etc. Toda sociedad tiene como obligación, no solo cuidar sino tratar bien a sus niños. Al ser débiles, los gobiernos, las comunidades y las familias deben buscar su bienestar en contextos libres de violencia y exclusión.

Tal como se mencionó anteriormente, las responsabilidades de padres y madres pueden variar, pero “aun cuando todos en la familia esperan satisfacer sus necesidades más esenciales, es claro que son los adultos los principales encargados de esa tarea, y no los niños” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003g, p. 28).

Para conservar una buena salud tanto en la niñez como en la edad adulta, es necesario que los niños adquieran las destrezas necesarias para cuidar de su salud de parte de quienes los cuidan. Durante la adolescencia se consolidan muchos hábitos y la personalidad, pues se sabe que la adolescencia “es una etapa decisiva en la adquisición y consolidación de los estilos de vida, ya que se consolidan algunas tendencias comportamentales adquiridas en la infancia y se incorporan otras nuevas provenientes de dichos entornos de influencia” (Rodrigo, Máiquez, García, Mendoza, Rubio, Martínez y Martín, 2004, p. 203). De ahí la relevancia del ejemplo de los padres y la familia del niño.

En este periodo de la vida se establecen estilos de vida que pueden ser saludables o de riesgo. Al respecto, Rodrigo, Máiquez, García, Mendoza, Rubio, Martínez y Martín mencionan que un estilo de vida saludable es un conjunto de hábitos relacionados con todo aquello que provee el bienestar y desarrollo del individuo a nivel bio-psico-social. De manera opuesta, un estilo de vida de riesgo son las conductas activas o pasivas que son una amenaza o que acarrearán consecuencias negativas para el bienestar físico, psíquico y comprometen seriamente el desarrollo del individuo (2004).

Aunado a lo anterior, la UNICEF considera que la salud es un aspecto fundamental en las personas y los adolescentes no son la excepción, pues de esto depende su bienestar físico, psicológico y su capacidad de integración en la sociedad. Por lo tanto, plantea seis componentes para el aspecto sociosanitario, que son: la mortalidad; la salud al nacer; la sexualidad; el consumo de drogas; la salud mental y los hábitos de vida saludables (2014b).

Rodrigo, Máiquez, García, Mendoza, Rubio, Martínez y Martín especifican que estos hábitos saludables son: alimentarse adecuadamente; hacer ejercicio físico; evitar el consumo de tabaco, alcohol, drogas ilegales; la incidencia de accidentes de tráfico; posponer el inicio de las relaciones sexuales; procurar una buena higiene dental; prevenir de embarazos y enfermedades de transmisión sexual; tener hábitos de descanso adecuados; procurar el bienestar psíquico o la satisfacción con la imagen corporal y el ajuste o desajuste al entorno familiar, escolar y al de los iguales (2004, p. 203).

En estos estilos de vida la familia tiene una gran incidencia. Los padres deben estar siempre cuidando el desarrollo de sus hijos, observando su alimentación, actividad física y el aspecto socioemocional. No solo como observadores, sino como modelos de vida y cumplimiento de estilos de vida benéficos.

Numerosos estudios indican que la influencia de la familia trasciende hacia la relación del adolescente con los iguales. Así, la escasa presencia física o accesibilidad de los padres y la falta de supervisión de éstos, acompañada por una ausencia de comunicación con los hijos en relación con las actividades de la vida diaria, se asocian a una mayor tendencia a relacionarse con iguales conflictivos y a realizar conductas de riesgo o de carácter antisocial. (Rodrigo, Máiquez, García, Mendoza, Rubio, Martínez y Martín, 2004, p. 203)

La familia del adolescente es importante para el hecho que los adolescentes tengan una mejor socialización, pues está reconocida como el primer y más importante agente socializador en los niños. Serrano, Rodríguez y Mirón mencionan que:

Finalmente, señalar el papel central de la familia como ámbito de socialización y ajuste social: las buenas relaciones familiares operan de modo muy relevante sobre la adaptación social de los individuos, tanto personal como socialmente, en la asunción de normas y en la integración social. La expresión de unas ajustadas relaciones familiares se asocia positivamente a la satisfacción social en general y a una favorable integración social y grupal. Los análisis de regresión efectuados ponen de manifiesto la asociación negativa entre la integración familiar y la manifestación de conductas antisociales. De ahí la función central de la familia como agente de socialización y ajuste social. (1996, p. 30)

La lectura especializada indica que la génesis de determinados comportamientos psicopatológicos de los individuos y conductas socialmente desviadas se encuentran en el hogar. La calidad y satisfacción de la relación de los padres con sus hijos es uno de los factores que más contribuyen a un buen ajuste psicológico de los hijos. Así también, de manera opuesta, sucede cuando los conflictos y las presiones enfrentan a los padres diariamente (Sabroso, Jiménez y Lledó, 2011, p. 424).

El apoyo de los padres es fundamental para todos los niños. Un hogar sin padres o sin el cuidado de ellos deviene en problemas de manera inmediata debido a la vulnerabilidad de los niños.

Los niños, niñas y adolescentes que por diversas razones viven sin el cuidado de sus padres o los que están en riesgo de perderlo son los más expuestos a la pobreza, discriminación y exclusión, factores que, a su vez, pueden hacerlos más vulnerables al abuso, explotación y al abandono. (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 7)

Sumado a las vulnerabilidades propias de la adolescencia, “La pérdida de cuidados parentales ocurre, con mayor frecuencia, en la franja etaria correspondiente a los adolescentes”

(Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 14).

Sin embargo, la pérdida de cuidado parental no es algo que en la mayoría de los casos suceda de manera repentina. Hay factores que alertan que un hogar está en riesgo de quedarse sin uno o ambos padres. Aldeas Infantiles SOS Internacional y la Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar menciona que los niños que actualmente no gozan de cuidados parentales han formado parte, con anterioridad, de un grupo en situación de riesgo. Las cuales son varias, como la desnutrición y la subalimentación; las enfermedades y las dificultades de acceso a la salud; las catástrofes naturales; y los conflictos armados de baja intensidad, como guerrilla y disputas generadas por el narcotráfico (2011, p. 11).

También, el mismo documento afirma que las enfermedades de los padres es uno de los motivos por lo que puede ocurrir la orfandad. Para el caso de México se estima que “hay 1.600.000 niños y niñas huérfanos y que al menos 40 mil lo son a causa del VIH/SIDA [la cual es] una de las principales causas de orfandad en los niños y niñas de la región” (2011, p. 11). Para el caso del COVID-19, según reportes de *The Lancet*, hay 33,342 huérfanos de madre, 97,951 huérfanos de padre y 32 en México de marzo de 2020 a abril de 2021 (Hillis, Juliette, Chen, Cluver, Sherr, Goldman, Ratmann, Donnelly, Bhatt, Villaveces, Butchart, Bachman, Rawlings, Green, Nelson, y Flaxman, 2021).

Al quedar huérfano un niño pierde oportunidades que necesita para su desarrollo, por ejemplo, oportunidades de socialización, salud, alimentación, etc. También acceder a la educación es una dificultad para este grupo de niños. Sin embargo, esto va en dos sentidos, pues cuando por la dificultad de acceder a la educación el niño debe desplazarse a otra ciudad, también pierde cuidados parentales, al quedar al cuidado de conocidos de la familia o parientes lejanos (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011).

Esto último, hace que los niños vayan a vivir a otros hogares en los cuales no siempre son bien recibidos. Las condiciones en estos nuevos hogares, la mayoría de las veces, no es mejor que el hogar que se dejó atrás. De hecho, en el hogar propio con sus padres, se pudo haber vivido maltrato,

Con recurrencia en los países de América latina se describe el fenómeno de los niños y adolescentes que huyen de sus hogares por ser víctimas de violencia, maltrato y carencia de condiciones básicas de supervivencia. Esto genera un importante número de niños, sobre todo entre 10 y 14 años, que se van de sus hogares y viven sin cuidados parentales, en muchos casos, en situación de calle, y en otros, hacinados en zonas suburbanas. Muchos de éstos son padres a temprana edad, y reproducen en sus hijos su propia situación de falta de acceso a derechos. (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 14)

Debido a su situación, los adolescentes que son padres de manera temprana enfrentan problemas complejos que ellos a su vez transmitirán a sus hijos. Pero también hay adolescentes que cuidan a otros niños sin ser sus padres. “En el caso de adolescentes jefes de hogar, son ellos los que toman la responsabilidad de cuidar de niños y niñas, ya sean hermanos menores, hijos u otros niños con los cuales están vinculados” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 14). Llegan a ocupar el lugar como jefes de hogar debido a razones diversas como embarazo adolescente, abandono o muerte de uno o los dos padres.

El carecer de padres dificulta cuestiones tan básicas como la salud, por ejemplo, en algunos países, “los niños no reciben prácticas médicas si las personas que los acompañan no son sus padres biológicos [tampoco] permiten la inscripción de niños, niñas y adolescentes que no posean un vínculo biológico con el titular del beneficio” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 27).

Aun cuando hay instituciones gubernamentales o auspiciadas por la iniciativa privada, estas no sustituyen el cuidado de sus padres. De hecho, gran cantidad de niños alojados en instituciones son huérfanos y no se les restituye el derecho a vivir en una familia. De acuerdo al artículo precedente, lo más conveniente en estos casos pudiera ser, que sean “las propias familias extensas y comunidades a las que pertenecían los niños y niñas las que asuman el cuidado, asegurando su permanencia en los grupos a los que con anterioridad se encontraban vinculados (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011).

Tal como se mencionó antes, la pérdida de cuidados parentales no es solo debido a un motivo, es multifactorial. También el documento antes citado menciona que el abandono de los padres hombres provoca el desmembramiento de la familia y que estos son derivados de problemas económicos, dificultades para afrontar conflictos entre adultos, la comprensión de los hijos adolescentes, dar sostén a sus hijos e hijas, entre otras (2011).

Los padres son los responsables de la manutención de sus hijos y de inculcar hábitos sanos. La presencia de ambos padres en el hogar aminora las vulnerabilidades que los adolescentes pudieran enfrentar. El abandono de uno o los dos padres obliga a que los hijos se hagan cargo de la familia o huyan de sus hogares, fenómeno que estadísticamente sucede con mayor frecuencia en la adolescencia. Un hogar abandonado por los padres es la génesis de conductas de riesgo, conductas antisociales, comportamientos psicopatológicos y embarazos prematuros que replican la misma situación vivida del hogar del que huyeron.

Violencia intrafamiliar

Actualmente la violencia es un tema diario en nuestra sociedad. La escuela, los centros de recreación, las iglesias, prácticamente todo el espacio público está inmerso en esta problemática. Aún el hogar y la intimidad propia de las personas se ha envuelto en esa violencia. El maltrato a los hijos y las riñas entre padres y familiares es una constante que

últimamente ha escalado en agresividad, provocando incluso la muerte de los hijos y las esposas a manos de sus padres hombres y esposos, respectivamente.

Antes de abandonar a sus hijos o dejarlos sin protección, hay padres que los maltratan, ejerciendo violencia en contra de ellos. Ningún país es inmune a esta problemática y las diversas manifestaciones de la violencia pueden presentarse en el hogar, en la escuela, en la comunidad, en cualquier tipo de institución o en espacios digitales. Debe tomarse en cuenta que el 50% de la población de menos de 18 años ha sido víctima de violencia en el hogar, en su mayoría perpetrada por familiares o personas cercanas (CEPAL y UNICEF, 2020c). Quienes llevan a cabo esta violencia son principalmente los padres, madres, cuidadores y otras figuras de autoridad (UNICEF, s.f.b).

Las consecuencias del maltrato a menores son graves, por las implicaciones contra su desarrollo emocional y atentan contra su integridad física. La pobreza, el desempleo, conflictos con la pareja, aislamiento social, el hacinamiento, las ínfimas condiciones de las viviendas, etc. se presentan en diversas investigaciones como factores que se relacionan con el maltrato infantil, además de ponerse de manifiesto cómo existe una mayor tasa de maltrato y abandono entre las clases sociales más desfavorecidas. Las consecuencias que tiene para los niños ser objetos de malos tratos, tienen que ver con repercusiones de tipo emocional y psicológico, fracaso escolar, manifestación de conductas violentas y agresivas, problemas en sus relaciones sociales, mayor posibilidad de consumir drogas, mayor propensión a delinquir, etc. (UNICEF, 2014b).

El deseo de independencia y toma de decisiones propias por parte de los adolescentes, crea conflictos que algunas veces son sofocados con medidas punitivas, que llegan a ser violentas. Esta problemática, no es exclusiva de México, sin importar el país o la región del mundo, la violencia en contra de los niños ha sido constante. Un dato muy revelador es aportado por Saucedo-García, Olivo-Gutiérrez, Gutiérrez y Maldonado-Durán, que refiriéndose a los niños hombres, menciona que “cuanto más golpeados son los niños, más enojo reportan

en la edad adulta, más golpean a sus propios hijos cuando llegan a ser padres y más tienden a golpear a sus esposas. Así se produce la transmisión intergeneracional de la violencia (2006, p. 387). Esto pone de manifiesto que la violencia familiar se acentúa debido a que los padres cuando eran niños también fueron violentados físicamente.

Para el caso de México y de acuerdo con cifras de la Encuesta Nacional de los Niños, Niñas y Mujeres del 2015, “al menos 6 de cada 10 niñas, niños y adolescentes de 1 a 14 años en el país experimentaron algún método violento de disciplina, y 1 de cada 2 niñas, niños y adolescentes sufrieron agresiones psicológicas” (UNICEF, s.f.b, p. 18). Además, en el 2014 el Sistema Nacional para el Desarrollo de la Familia (SNDIF) reportó la atención promedio diaria de “152 niñas, niños y adolescentes por probables casos de maltrato, de los cuales 35% fueron por maltrato físico, 27% por omisión de cuidados, 18% por maltrato emocional, 15% por abandono y 4% por abuso sexual” (UNICEF, s.f.b, p. 18).

Estas cifras en la violencia hacia los niños provocan que “en México, el castigo corporal, las agresiones psicológicas y otras formas humillantes de trato se consideran normales y son ampliamente aceptadas, tanto como métodos de disciplina como de interacción cotidiana” (UNICEF, s.f.c). Es normal pellizcar, gritar, humillar, maldecir, dar cinturonzos, justificándolo como una forma de disciplinar; sin embargo, más que las heridas físicas persisten las heridas emocionales. Así, “en México, 6 de cada 10 niños, niñas y adolescentes han sufrido métodos de disciplina violentos por parte de sus padres, madres, cuidadores o maestros” (UNICEF, s.f.c).

Según la Encuesta Nacional sobre Discriminación (Enadis) 2017, una de cada cuatro personas (24.7%) de 18 años y más justifica mucho, algo o poco golpear a las niñas y niños por razones de disciplina (SEGOB, 2021). El maltrato infantil es violencia que se ejerce contra los niños, “Existen diferentes formas de violencia, pero cuando se liga a la disciplina o ‘puesta de límites’ las dos formas que mayormente aparecen son: la violencia física y la violencia psicológica” (UNICEF, 2020, p. 4). También de acuerdo con la CEPAL y la UNICEF hay una

tercera forma de maltrato que es por negligencia o abandono. Las tres formas de maltrato producen lesiones físicas y emocionales indelebles, muerte o cualquier daño severo (2009).

En lo que respecta al maltrato psicológico es “cualquier actitud que provoque en el niño o la niña sentimientos de descalificación o humillación; incluye la agresión verbal, amenazas, intimidación, denigración, ridiculización, hacer sentir culpa o manipulación para controlar a los niños, niñas y adolescentes” (UNICEF, 2019, p. 6); su particularidad es que siempre es degradante (UNICEF, s.f.c).

La disciplina violenta tiene consecuencias perjudiciales en el desarrollo de las niñas y niños a corto y largo plazo. Sin embargo, en muchos hogares se emplea disciplina violenta, una encuesta a nivel nacional afirma que: “52.8% de las niñas y niños de 0 a 14 años fueron sometidos a por lo menos una forma de castigo psicológico o físico por miembros del hogar durante el mes previo a la encuesta” (INSP, 2020, p. 98).

Por su parte, el maltrato físico o castigo corporal es “cualquier castigo que incluya el uso de la fuerza física con la intención de causar cierto grado de dolor o malestar, por leve que sea” (UNICEF, 2019, p. 6).

Dentro de las formas de castigo corporal estarían, entre otras: golpear al niño con cualquier objeto, pies o manos; empujón o zarandeo, pellizco, el tirón de orejas o de pelo; baño con agua fría, quemaduras; golpe con plantas que genere dolor y ardor; posturas incómodas o indecorosas, ejercicio físico excesivo; encierro, quitar los alimentos, mordiscos. En lo que respecta a castigo humillante y degradante, caben entre otros: gritos; regaños; amenazas de castigos; insultos; chantaje emocional: ignorarlo, decirle que no se le quiere, ser indiferente; humillaciones: decirle “bruto”, “no sirves para nada”; ridiculizarlo; ser irónico: referirse a él o ella con un adjetivo positivo para indicar lo contrario (Isaza, 2012).

En cuanto a la violencia psicológica, “se trata de cualquier acción que provoque en el niño, niña o adolescente sentimientos de descalificación o humillación. Incluye la agresión

verbal, amenaza, intimidación, denigración, ridiculización, provocación del sentido de culpa o manipulación para ejercer control" (UNICEF, 2020, p. 5).

No solo son las acciones en contra de los niños, sino también no hacer nada, por ejemplo, descuidarlos, no atenderlos cuando están enfermos, no darles de comer, no vacunarlos o no llevar a cabo las acciones preventivas que les asegurarían una mejor salud física y emocional.

De acuerdo con Isaza, todas las personas han tenido relación con la violencia infantil: como observadores o participantes, porque se ha sufrido o porque se ha usado para controlar el comportamiento de niños y niñas. Ello hace que el castigo corporal y los castigos humillantes y degradantes parezcan naturales y que se acepten, aunque se rechacen otros (2012). El hecho de haber vivido la violencia o haberla observado, provoca insensibilidad por el sentido de naturalidad del hecho.

Si bien muchos padres desean que sus hijos se desenvuelvan correctamente en la sociedad que les rodea, la ansiedad y las preocupaciones de que así se haga, los lleva a actuar de manera incorrecta, "a pesar de las buenas intenciones de las madres y los padres cuando castigan físicamente o humillan a sus hijos e hijas, sucede que lo hacen movidos generalmente por «ira y frustración»" (UNICEF, s.f.c, p. 7). "La mayoría de los padres y madres no tiene intención de lastimar a sus hijos e hijas. Por el contrario, buscan su mejoramiento y desconocen los efectos que producen los castigos violentos" (Isaza, 2012, p. 12).

También la UNICEF menciona que los contextos culturales validan golpear e insultar a los niños, expresiones como «una buena paliza a tiempo previene la delincuencia juvenil», «en la Biblia dice que hay que pegarles a los hijos», entre otras, impiden reconocer que los castigos físicos y las humillaciones son formas de violencia (s.f.d). Otra idea, de acuerdo con Isaza, que preserva la violencia es que el adulto merece respeto para cambiar el comportamiento infantil del niño por lo que deben infundir miedo para ser obedecidos (2012).

En un estudio de la CEPAL y la UNICEF en América Latina, llevado a cabo en el 2019, se especifica que “en la región hasta el 36% de las mujeres estimaba necesario el uso del castigo físico en la crianza y hasta el 16,6% consideraba justificable que el esposo golpeará a la esposa (2020c, p. 4). Este mismo estudio concluyó que las intersecciones del maltrato infantil y hacia las mujeres constituyen intersecciones que “se manifiestan en aspectos como las normas sociales que promueven y justifican la violencia física como método de disciplina en la crianza y en la relación de pareja” (2020c, p. 4).

Maneiro, Gómez-Fraguela y Sobral afirman que diversos metaanálisis confirman la relación entre la exposición a la violencia doméstica en la infancia y la presencia de síntomas que demuestran que tales eventos fueron traumáticos (2016). No solo las madres, sufren esta violencia sino también los niños que las presencian. A la par de los profundos impactos físicos y psicosociales de presenciar un acto de violencia, “la exposición de niñas, niños y adolescentes a la violencia perpetrada hacia otras personas tiene efectos físicos y psicológicos similares a los de la violencia experimentada directamente” (CEPAL y UNICEF, 2020c, p. 3-4). No solo es que los niños sean agredidos, sino que vean la agresión y mucho afecta que esté involucrada la persona a quien normalmente se tiene el mayor afecto y es una figura de autoridad y cuidado.

La CEPAL y la UNICEF menciona que la violencia en los primeros años de vida “afecta la estructura del cerebro y genera un deterioro permanente de las capacidades cognitivas y emocionales, además de predisponer a conductas de alto riesgo y comportamientos antisociales”. (2020c, p. 4). Lo anterior significa que los niños víctimas de violencia pueden tener un: “menor rendimiento escolar, menores habilidades para relacionarse con los demás y para establecer vínculos afectivos saludables, mayor predisposición a conductas sexuales irresponsables o al uso indebido de sustancias psicoactivas y predisposición a trastornos crónicos de salud mental” (CEPAL y UNICEF, 2020c, p. 4), trastornos en la identidad, baja autoestima, sentimientos de soledad y abandono, ansiedad, angustia, depresión,

comportamientos autodestructivos como automutilación, exclusión del diálogo y la reflexión, generación de más violencia y sufrimiento de daños físicos (UNICEF, 2019). Así también, existe la conjetura de que los menores, víctimas de violencia directa y exposición a la violencia a uno de sus padres, sufrirían consecuencias más negativas que aquellos que sólo se han expuesto a uno de los tipos de violencia familiar (Maneiro, 2016).

El castigo físico está vinculado a la impotencia de los padres. Aparece ante la dificultad de marcar un límite a tiempo, a través de la palabra y hace que los niños consideren los golpes como una forma aceptable de resolver problemas (UNICEF, 2018b). También “la violencia física o psicológica no enseña a portarse bien, sino a evitar el castigo. De esta manera los niños, niñas y adolescentes aprenden qué tienen que hacer para no enojar a las personas violentas” (UNICEF, 2020, p. 7). Así, cuando un adolescente es agredido por un ser amado, al paso del tiempo pudiera estar en el extremo de ser autoritario, generador de violencia o ser un adulto sometido, recibiendo violencia de otros (UNICEF, s.f.a), trascendiendo este comportamiento a la familia, la escuela y la comunidad (UNICEF, 2019).

Debido a lo anterior, es muy probable que el niño, ya siendo adulto replique el mismo modelo con sus hijos. Pero, por el contrario, también puede suceder que se críe a los niños de manera totalmente opuesta, con muy pocos límites, siendo muy complacientes para no frustrarlos, pero posteriormente, a los niños les costará trabajo adaptarse al mundo real (UNICEF, 2018b).

Otra de las formas de violencia es el ciberacoso. La CEPAL y la UNICEF mencionan que el ciberacoso consiste en la intimidación repetitiva por medio de redes sociales, plataformas de mensajería, comunidades virtuales, juegos o teléfonos celulares que busca atemorizar, enfadar o humillar a otras personas. Ahora, la violencia en línea también incluye, la seducción, la transmisión en vivo, el consumo de materiales de abuso sexual infantil y la coerción o chantaje a niñas, niños y adolescentes con fines sexuales (2020c).

Si bien asociamos la violencia en línea con la idea de que el niño tenga acceso un dispositivo y/o acceso a internet, este no siempre es el caso, pues actualmente “es común que personas adultas tengan acceso a cámaras digitales, portátiles o celulares que facilitan el registro de actividad sexual con niñas, niños y adolescentes, así como su distribución a través de canales digitales desde sus propios hogares” (CEPAL y UNICEF, 2020c, p. 3).

Precisamente, la violencia sexual se considera una grave violación de los derechos de niñas, niños y adolescentes. En relación con los casos de violencia sexual ocurrida en el hogar, la mayoría, hasta antes de la pandemia, habían sido perpetrados por parte de familiares o personas cercanas y las niñas y las adolescentes constituyeron la mayoría de las víctimas. Esto es notorio, pues en los últimos años, durante el aislamiento por la pandemia, muchos menores se vieron vulnerados en sus derechos, incluso en sus hogares, al pasar mayor tiempo en casa. Las limitaciones de la actividad económica, el cierre de las escuelas, el acceso limitado a servicios de salud y el distanciamiento físico incrementaron la vulnerabilidad y exposición en la infancia y adolescencia a la violencia y otras vulneraciones a los derechos de niñas, niños y adolescentes (CEPAL y UNICEF, 2020c).

Además de lo que hasta el momento se ha mencionado, de acuerdo con Pinheiro, hay otras “formas de violencia protagonizadas por los niños y niñas que incluyen: la violencia basada en el género, las peleas en el patio de la escuela, la violencia pandillera y la agresión con armas” (2006, p. 116).

Ningún país es inmune a la violencia intrafamiliar. De hecho, algunas mujeres, aceptan que el esposo golpee y/o humille a la esposa y a los hijos para disciplinarlos e infundir respeto. El maltrato a los niños provoca que se involucren en conductas de riesgo que incluye a otras personas, pudiendo también, atentar contra sí mismo. Cuando esta violencia es llevada a cabo en los primeros años de la vida, genera un deterioro permanente en las capacidades cognitivas y emocionales. La violencia en la intrafamiliar es motivada por distintas variables que pueden traslaparse, como el contexto cultural, las frustraciones económicas y sociales, entre otras.

Pobreza

El aspecto económico en una familia es fundamental, pues de ahí proviene lo necesario para obtener y conservar la salud, la vestimenta, la alimentación, la seguridad y la educación de la familia. La permanente inseguridad económica puede comprometer la autoestima de los padres y los hijos. Además, cuando en la familia no se tiene lo mínimo para las necesidades del hogar, suele manifestarse en conflictos en la pareja y violencia familiar.

Un pobre sostén económico suele manifestarse en la falta de cuidados por parte de los padres, incluso puede llevar a la desintegración familiar. Esto no significa que todas las familias pobres estén desintegradas, más bien, tienen una mayor probabilidad de desintegrarse. Es cierto que la pobreza no implica falta de cuidados, pero “es claramente identificable que las familias pobres están en mayor riesgo de padecer su desintegración como producto de la lucha por la supervivencia y la falta de goce de sus derechos humanos, sociales, culturales y políticos” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, pp. 15-16). También el mismo estudio anterior afirma que la pobreza y la desigualdad están identificadas como las principales causas de pérdida o riesgo de pérdida de cuidados parentales en la población infantojuvenil (2011).

La parte económica es muy importante en toda sociedad, ponerse de acuerdo en este aspecto, tiende a ser una tarea compleja y el matrimonio y la familia no es la excepción. Cuando los jefes de familia no pueden proveer lo necesario se ve reflejado en el impago de servicios básicos, la dificultad para pagar la vivienda, la reducción de gastos en alimentación, vestimenta, dificultades para poder usar el transporte público o incluso no poder pagar los tratamientos médicos (Renes y Lorenzo, 2010).

La pobreza genera descontento y frustración en los cónyuges y los hijos al no poder acceder a bienes y servicios que se desean. La pobreza trae consigo una multiplicidad de problemas al no haber los medios para solventar, en ocasiones, las necesidades más básicas. Los niños y niñas pobres tienen mayores problemas de salud, dificultades en su desarrollo,

resultados escolares bajos, una clara disminución de aspiraciones sobre su futuro, presentan mayores conductas de riesgo, además de tener más riesgo de implicarse en comportamientos antisociales o de consumo de drogas (UNICEF, 2014b)

En muchos hogares pobres los niños deben trabajar para su propia subsistencia o la de su familia, sin embargo, el solo hecho de salir a trabajar los hace vulnerables tanto fuera como dentro de casa, pues se enfrentan mayores riesgos de sufrir abandono. “Un importante porcentaje de los niños que han perdido o están en riesgo de perder el cuidado parental está inmerso en alguna forma de trabajo o explotación infantil” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 13).

Aun cuando el trabajo infantil se vea como algo necesario o normalizado en muchos lugares, no lo es. El niño tiene un lugar en su hogar y también en su escuela. Respecto al trabajo infantil, Aldeas Infantiles SOS Internacional y la Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar afirman que “está naturalizado y aceptado como parte de la economía familiar en ciertos sectores en los que las situaciones son menos críticas: tal es el caso de las zonas rurales donde la mayoría se concentra en el trabajo agropecuario” (2011, p. 13). También el mismo documento expresa respecto a la región de las Américas que “existe en la región una aceptación cultural muy importante sobre el trabajo doméstico de los menores de edad, tanto en el seno de la propia familia como en otros hogares” (2011, p. 13).

Algunos padres, al no tener recursos económicos para la manutención de los hijos optan por darlos a otras personas que se hagan cargo de ellos. Pero muchas veces, los niños son vejados y humillados por su condición vulnerable, “La explotación infantil encubre un dramático fenómeno delictivo: muchas veces son los propios padres quienes “entregan” a los niños, niñas y adolescentes” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 13). Esta explotación varía en la forma en que se lleva a cabo, pero las cifras indican que “En México, la estimación del número de víctimas de explotación

sexual y comercial infantil asciende a 80.000” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 13).

América latina presenta “altos índices de pobreza: 20,3% de la población total es pobre y 12,9% indigente, alcanzando a miles y miles de niños” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 15). Esto debido en parte a que “América Latina y el Caribe es la región más desigual del mundo” (CEPAL y UNICEF, 2020b, p. 8) y también esta región del mundo tiene la mayor de cantidad de gente joven, estos dos factores provocan que en cuanto a pobreza, América latina llegue “a niveles aún más altos si se considera el fenómeno de la ‘infantilización de la pobreza’, que expresa que la mayoría de los pobres son niños y niñas” (Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar, 2011, p. 15).

En la referencia anterior, se menciona un estudio llevado a cabo por 13 investigadores en igual número de países de América Latina se consigna que la desigualdad y la pobreza son dos de las principales causas por la que niños, niñas y adolescentes han perdido el cuidado parental o están en riesgo de perderlo (2011). Además de carecer de recursos económicos, también, eventualmente, los niños se quedan sin el cuidado de sus padres.

La pobreza tiene distintos orígenes, uno de ellos es el desempleo. Esto debido a la falta de proyectos laborales, falta de educación y/o capacitación para el trabajo, etc. Cuando los padres no proveen lo necesario para los hijos durante un tiempo sostenido, aparecen problemas de frustración, enojo, impotencia, desánimo, entre otro tipo de emociones negativas en el hogar. “El desempleo no sólo afecta al nivel de ingresos, sino que de manera indirecta también puede influir en las dinámicas familiares. El desánimo y malestar que genera el desempleo, crea un clima familiar desfavorable para los niños (UNICEF, 2014b, p. 27).

Hablando de nuestra región, La Comisión Económica para América Latina y el Caribe afirma que el desempleo en América Latina aumentará del 8,1% en 2019 al 13,5% en 2020. Esto elevará el número de personas desempleadas de la región a más de 44 millones, lo que

significa un incremento de más de 18 millones de personas respecto a 2019. Esto generará, indudablemente, más pobreza y problemas en los hogares. Se prevé que en el 2020 haya un incremento de 45 millones de personas para llegar a 231 millones de personas en pobreza y que la extrema pobreza añada a 28 millones de personas para un total de 96 millones de personas (CEPAL y UNICEF, 2020b).

El desempleo incide mucho en las mujeres, pues son especialmente vulnerables, además de que: “En ALyC [América Latina y el Caribe], el porcentaje de empleo informal en el empleo total es mayor para las mujeres (54,3 por ciento) que para los hombres (52,3 por ciento)” (OIT, 2018, p. 34), además de que las mujeres “generalmente no disponen de ahorros suficientes para enfrentar la crisis y a menudo carecen de cualquier tipo de acceso a la protección social” (CEPAL y UNICEF, 2020b, p. 10), lo cual agrava su vulnerabilidad.

El entorno socioeconómico es muy relevante en lo que respecta a la violencia de género y contra la niñez. Si bien la violencia está presente en todos los grupos socioeconómicos, la pobreza se asocia a un menor acceso a las tecnologías, la información, seguridad, estabilidad económica, educación, cuidado y crianza, además de estas personas están más expuestas a entornos violentos, el abuso de sustancias psicoactivas y la naturalización de las conductas violentas (CEPAL y UNICEF, 2020c).

Si bien la desintegración familiar no tiene una relación exacta con la pobreza, estadísticamente tienen una fuerte relación. La lucha por la supervivencia se manifiesta en problemas para el pago de servicios, renta, alimentación, vestido, transporte, atención médica, etc. Lo anterior provoca baja autoestima, frustración, adicciones, conductas de riesgo, trabajo infantil, explotación infantil, violencia contra la familia y en casos extremos suicidio y fratricidio, entre otras vulnerabilidades.

Como región, América Latina, es la más desigual del mundo y tiene previsiones a la baja en empleo. Lo anterior, afecta a gran cantidad de hogares, pues muchos son liderados por madres solas, las cuales, la mayoría de las veces, no tienen un empleo estable y carecen de

ahorros y seguridad social. Al ser una región muy pobre con una población muy joven, se ha observado un fenómeno de infantilización de la pobreza. Pobreza que muchas veces se sucede de una generación a otra, lo que provoca exclusión en líneas familiares completas.

Exclusión

Los seres humanos somos sociales por naturaleza. La unidad y la colaboración son inherentes a todas las sociedades. Por el contrario, la segregación y la exclusión se contraponen a los fundamentos básicos de una sociedad, de hecho, van en contra de ella. La exclusión atenta contra los derechos de las personas provocando falta de oportunidades y desarrollo que inciden en todos los ámbitos de la vida como el económico, social, emocional, entre otros.

El que un niño no reciba la protección y ayuda de su familia, su comunidad y el gobierno es una situación manifiesta de desventaja social, o sea exclusión social. Para la UNICEF, “todo proceso de exclusión implica para las personas afectadas déficits que impiden o dificultan gravemente su participación social” (2014b, p. 16). Subirats, Riba, Giménez, Obradors, Giménez, Queralt, Bottos, y Rapoport definen la exclusión social como una acumulación y/o combinación de diversos factores de vulnerabilidad social que pueden afectar a personas o grupos, generando una imposibilidad o dificultad intensa de acceder a los mecanismos de desarrollo personal, de inserción sociocomunitaria y a sistemas de protección social (2004, p. 19).

Por su parte, la UNICEF define la infancia en exclusión social como:

el proceso y el conjunto de estados deficitarios, en cantidad y calidad, motivados por el empobrecimiento económico y el deterioro psicofísico y relacional de los niños y de su entorno, que les impide el acceso a recursos y entornos necesarios para su desarrollo integral. (2014b, p. 21)

Lo anterior incluye pérdida de la participación social y movilidad en la sociedad. Por esto, “los procesos de exclusión social no deben ser entendidos sólo como una pérdida de

bienestar, presente o futuro, sino, principalmente, como un deterioro de los derechos de la infancia, de los que depende su bienestar y desarrollo integral” (UNICEF, 2014b, p. 16). Derechos que son inherentes a todos los niños, pero la exclusión no es un fenómeno momentáneo, sino un proceso que continúa, incluso de una generación a otra. La UNICEF recomienda no perder de vista cuatro aspectos relevantes en la exclusión infantil: 1) el niño como sujeto de derechos; 2) la necesidad de que los adultos le brinden apoyo, especialmente su familia; 3) las consecuencias de la exclusión social en su vida adulta; 4) transmisión generacional de la exclusión (2014b, p. 16).

La pérdida de derechos en la infancia tiene un fuerte impacto en la edad adulta. La exclusión social de la infancia es especialmente grave, pues afecta al proceso de maduración física, psicológica, afectiva y relacional en épocas tempranas de la vida, esto ocasiona graves secuelas al vulnerar sus derechos y deteriora su bienestar como niños, al mismo tiempo que afecta negativamente su futuro limitando su autonomía y capacidad para aprovechar las oportunidades que su medio pueda ofrecerles. Así, no solo afecta al individuo, sino también a la sociedad. La exclusión se transmite a la descendencia, dando lugar a fenómenos generacionales de valores, visiones del mundo y conductas motivadas por las experiencias de exclusión vividas en la infancia. Al perpetuarse esta transmisión, es más complicado de erradicar, pues la exclusión se ha incorporado a la personalidad de los sujetos, familias, grupos de población o incluso culturas (UNICEF, 2014b).

En la niñez hay grupos especialmente vulnerables debido a sus frágiles condiciones sociales, educativas, sanitarias o económicas que pueden conducirles a situaciones de exclusión social. Estos grupos son integrados por niños “con discapacidad; niños con padres con alcoholismo o drogodependencia; niños de la etnia gitana; niños extranjeros no acompañados; niños en sistema de protección social; niños en sistema de reforma o con medidas de reeducación; y niños en familias monoparentales” (UNICEF, 2014b, p. 18). Sin embargo, las dinámicas sociales pueden generar nuevos procesos de exclusión que se dan por

combinación de otros procesos, lo cual también excluye a nuevos niños y grupos en vulnerabilidad.

Muchas veces, la situación de pobreza provoca que sobre uno sólo de los progenitores, generalmente en más de un 80% de casos en las madres, recaigan todas las tareas del cuidado y crianza de los hijos (UNICEF, 2014b). Si son las proveedoras primarias de la familia es más complejo sobrellevar su vida familiar y laboral. Lo cual conlleva una mayor vulnerabilidad para los niños, si no hay redes de apoyo para la familia. En relación con esto, el 47% de los adolescentes, que abandonaron sus casas por varios días o meses, tuvieron como principal motivo la separación o la violencia entre los padres y el maltrato o el abuso sexual hacia los propios adolescentes (Azaola, 2015, p. 12).

De acuerdo con Secretaría de Gobernación (SEGOB), la situación de discriminación que enfrentan las niñas, niños y adolescentes en México se debe fundamentalmente a sus procesos de formación y desarrollo, así como a la relación de poder que sostienen con otras personas para tener acceso a sus derechos reconocidos, toda vez que no se les considera como titulares de los mismos. La violencia intrafamiliar y el desconocimiento de sus derechos, entre otras circunstancias, impiden a la niñez su pleno goce, lo que facilita que éstos sean repetidamente vulnerados. Esta discriminación es estructural ya que por muchos años no fueron reconocidos como titulares de derechos y estos todavía se cuestionan de manera cotidiana, al considerarse a la niñez como una fase previa a la adultez (2021, p. 1).

La discriminación hacia los niños está presente también en sus oportunidades de estudio, de acuerdo con datos de la Encuesta Nacional sobre Discriminación 2017, 78% de los adolescentes y jóvenes de 12 a 29 años consideran que la frase: "los jóvenes que no estudian ni trabajan son flojos para la mayoría de la gente" es una frase que las personas usan al referirse a su rango de edad (INEGI, s.f., p. 33). No solo esto, sino que los adolescentes consideran que hay otros derechos que no son observados en su beneficio. De acuerdo con la encuesta antes mencionada, el 36% de los adolescentes y jóvenes de 12 a 29 años opina que

en México sus derechos se respetan poco o nada (INEGI, s.f.). Los adolescentes tienen una consciencia clara que no son tomados en cuenta y que sus derechos pueden ser y son vulnerados.

Los niños y adolescentes han sufrido de estereotipos que les impiden participar en la vida social y gozar plenamente de sus derechos. El paradigma de que son de propiedad familiar y la concepción de que son “la esperanza del futuro” desvaloriza lo presente, al afirmar a la infancia como un paso previo a la edad adulta, por lo tanto, se carece de valía y derechos plenos de una persona. También hay estereotipos de que los niños no saben lo que sucede a su alrededor o que no saben lo que quieren, siendo estas expresiones cotidianas que dificultan el disfrute de garantías y libertades que son implícitas a un ser humano (SEGOB, 2021).

El hogar es el lugar primario en generar y perpetuar la exclusión. La exclusión impide la participación social y dificulta acceder a mecanismos de desarrollo personal. La exclusión no es la pérdida de bienestar sino la pérdida de derechos de los que depende el bienestar y desarrollo integral del adolescente. También la exclusión afecta la maduración física, psicológica, afectiva y relacional; limitando la autonomía y la capacidad de aprovechar las oportunidades que el medio pueda ofrecer a los adolescentes.

La exclusión no solo afecta al individuo, sino a la sociedad que carece de esa persona, la sociedad está incompleta. Además de que las familias afectan al individuo, también las familias se afectan al perpetuarse a través de la descendencia visiones del mundo y conductas motivadas por las experiencias de exclusión. Así, la exclusión, es más complicada de erradicar, pues se incorpora a la personalidad de los sujetos, familias, grupos de población o incluso culturas.

Los padres son los responsables no solo de la manutención, sino de inculcar buenos hábitos a sus hijos, así también de estar presentes físicamente y platicar con sus hijos. Es necesario evitar la violencia con la pareja y con la familia, pues esto puede provocar la huida de los hijos y la desintegración familiar, lo cual acarrea la transmisión de violencia de generación a

generación. Esta violencia no es aceptable, sin importar el contexto cultural en cual se viva. La violencia en la familia incide en problemas del bienestar físico, emocional y social del adolescente.

Aparte de la violencia, en América Latina, hay otros desafíos para los adolescentes, como la economía, asociada al desempleo, la inestabilidad laboral y la escasa seguridad social. Esto pone en riesgo los ingresos de las familias, lo cual provoca una lucha por la supervivencia y los servicios mínimos en los hogares. Aunado a la violencia y los problemas económicos, la exclusión vulnera a los adolescentes, al impedir su participación social y dificultar el acceso a mecanismos de desarrollo integral. Tanto la violencia como las cuestiones económicas y la exclusión son difíciles de erradicar, pues tienden a transmitirse de generación en generación.

Capítulo 3 Personalidad del adolescente y estilos de crianza de los padres

Criar hijos adolescentes es una labor compleja que requiere habilidades específicas. El desarrollo neuronal implica actitudes más contestatarias de los adolescentes contra la autoridad. Debido a esto, el conflicto es permanente con ellos mismos y con los demás. Por lo que aspectos como el establecimiento de límites en su conducta, las muestras de afecto de los padres y la comunicación enfocada en la escucha empática son necesarios para evitarles riesgos en esta edad.

Si bien hay un cambio en las prioridades del adulto al hacerse cargo de una familia, es mayor el cambio que experimentan los adolescentes en su adolescencia. La adolescencia plantea un cambio, total, en muchos de los sentidos. Es una revolución en un cuerpo que observa cambios que aun para el adolescente son muy bruscos y repentinos, por lo que les es difícil adaptarse.

Si bien están transitando un proceso de mucha vulnerabilidad, nunca lo van a reconocer, al punto que se colocan en el otro extremo. Muchas veces se muestran soberbios, omnipotentes, rebeldes, atrevidos, como forma de esconder esas vulnerabilidades y los miedos que surgen ante la incertidumbre. En general, esa es la faceta que más muestran hacia su entorno. Y si bien aún no tienen claro quiénes son, tampoco están dispuestos a que se les diga quiénes deben ser. (UNICEF, 2021d, p. 6)

Es pues, un tiempo de cambios que libera una gran energía que se manifiesta en entusiasmo, apatía, vigor, cansancio, felicidad, enojo, en fin, todo va de un extremo a otro y en muchas de las ocasiones, los adolescentes, no aceptan ayuda de ningún tipo. “En cuanto a su identidad sexual, necesitan sentirse como mujeres u hombres y ser reconocidos como tales. Se enamoran, desarrollando su expresión afectiva y buscan intimidad” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003c, p. 13).

Algunos cambios en el cuerpo de los adolescentes les hacen sentir muy bien y los mostrarán, pero también habrá otros que no y los ocultarán. Es contradictorio, pero siempre están mostrándose y reservándose al mismo tiempo.

Primera parte: Personalidad del adolescente

La adolescencia plantea una serie de retos para quien la transcurre debido a las responsabilidades que toma al comenzar a introducirse al mundo de los adultos. El adolescente se ve en la necesidad de buscar su lugar en ese nuevo mundo y tratar de definirse frente a ideas de su hogar y del mundo exterior. También debe mediar entre su autoimagen y cómo es percibido por los demás, lo cual muchas veces lo confunde.

La UNICEF, afirma que los adolescentes, a diferencia de un niño, tienen una mayor capacidad de aprender debido a los cambios en su neurodesarrollo. Esto los hace sentirse competentes, factor que crece aún más, debido a los cambios en su constitución física. También los padres pueden darle mayores libertades, libertad que él desea mostrar con sus pares. Esta libertad implica la toma de decisiones que algunas veces no son las correctas, sin embargo, esto mismo les ayuda a aprender y madurar respecto a los límites de lo que puede y no puede hacer. Si bien puede tener un pensamiento idealista, la experiencia le ayuda a reconocer los límites de sus deseos. Esto le ayuda a reconocer que puede hacer realidad lo que se plantea, si la experiencia le muestra que es posible (2021e)

Por otro lado, “el egocentrismo es una característica típica de este período. Les puede costar mucho ponerse en el lugar del otro, pero porque las estructuras cognitivas que lo facilitan aún no se han desarrollado totalmente” (UNICEF, 2021c, p. 8). Continuando con el artículo anterior, debemos ser empáticos y reconocer que “su personalidad entra en proceso de construcción, o como si fuera una computadora la nueva versión se irá actualizando” (2021c, p. 8). Se están configurando tanto en su parte física cómo en la parte intelectual, social y otras esferas en las que ellos están inmersos. Es un proceso largo para los padres, pero con cambios bruscos para ellos. Al tiempo que se adaptan a su “nuevo” cuerpo, adquieren

habilidades y capacidades que antes no tenían, pero que sus pares algunas veces superan y les causa conflictos.

También la UNICEF menciona que los niños tienen características distintas en cada etapa de su vida, por lo que es necesario reconocer que su capacidad de entendimiento y aprendizaje, entre otras características varía de acuerdo con su edad. Se debe tomar en cuenta que no son adultos pequeños, por lo que se debe entender que lo que puede calificarse como desobediencia, es un proceso de aprendizaje de ensayo y error. Debido a lo anterior es necesario conocer el desarrollo de los niños para saber qué esperar al momento de educarlos y ponerles límites (2019, p. 14).

Los cambios en el neurodesarrollo del adolescente mejoran su capacidad de aprender, así también los cambios en su constitución física los hacen sentirse más competentes. Buscan libertad, que desean mostrar a sus pares, lo cual implica tomar decisiones que algunas veces no son correctas, pero esto les ayuda limitar lo que puede y no puede hacer. Sus estructuras cognitivas maduran; entran a una actualización y durante la adolescencia se reconfigura tanto su parte física como la intelectual, social y otros aspectos.

Desarrollo cerebral del adolescente

Si bien hay muchos cambios físicos visibles en la adolescencia, también hay cambios que no son perceptibles a simple vista. “La adolescencia es un período crucial para el neurodesarrollo, en el que se da un incremento en la velocidad de conexión de las redes entre las distintas áreas del cerebro” (UNICEF, 2021e, p. 2). Durante este tiempo el cerebro debe adaptarse para funcionar adecuadamente en la edad adulta. El desarrollo neuronal se acelera en este periodo de la vida, “Antes creíamos que este proceso terminaba a los 6 años. [. . .] Hoy sabemos que la adolescencia es la segunda gran ventana de oportunidad para formar adultos saludables, independientes y socialmente adaptados” (UNICEF, 2021e, p. 2). En verdad, la adolescencia es una última llamada para cambios justo antes de comenzar la vida adulta.

Durante la adolescencia el cerebro del joven “vive las llamadas podas neuronales, en las que analiza conexiones que hasta el momento no utilizaba. Por esto los adolescentes pueden hacer cosas mucho más complicadas y abordar temas profundos que de niños no estaban preparados para afrontar” (UNICEF, 2021e, p. 2). Esto hace que la relación con los adultos sea difícil, al cambiar de opinión precipitadamente.

También durante la adolescencia hay una “sensibilidad máxima del cerebro a la dopamina, un neurotransmisor que activa los circuitos de gratificación e interviene en el aprendizaje de pautas y toma de decisiones” (UNICEF, 2021e, p. 3). Al activarse los mecanismos de gratificación, los adolescentes prefieren las actividades que les resultan placenteras, así también, la dopamina, explica por qué aprenden más rápidamente. El artículo anterior menciona que

Hay otros neurotransmisores, aparte de la dopamina, la serotonina, es otro neurotransmisor que puede aparecer desregulado en la adolescencia. Esto explica el estado cambiante y variable en el ánimo de los adolescentes, así como su apetito y sueño. Cuando funciona de manera óptima, la serotonina conduce al bienestar y la felicidad. Niveles bajos de serotonina en la adolescencia pueden relacionarse con la soledad, los trastornos alimentarios, la depresión y conductas autoagresivas. (2021e, p. 3).

Otra sustancia también implicada de manera marcada en esta etapa de la vida es la oxitocina, “en la adolescencia, es cuando más valor le damos a la socialización en parte porque el cerebro en esta etapa es muy sensible a la oxitocina, un neurotransmisor que hace más gratificante las relaciones sociales” (UNICEF, 2021f, p. 7). De hecho, “Cada vez que tienen 'éxito' (así es como ellos lo perciben) en algún tipo de relación social, su cerebro segrega oxitocina. Esta hormona, que vinculamos a las relaciones interpersonales, produce sensación de bienestar, confianza y reducción de inseguridades” (UNICEF, 2021b, p. 5).

Si bien los seres humanos buscamos las actividades placenteras, de acuerdo con nuestra edad y madurez podemos procrastinar las recompensas, pero para un adolescente en el que su cerebro está experimentando estos cambios, se guía más por actividades que le producen placer. Esto nos ayuda a entender un poco acerca de la manera en que ellos toman sus decisiones.

De hecho, a pesar de haber grandes cambios físicos y de haber una rápida maduración cerebral, esta no se completa sino tiempo después, siendo adultos jóvenes.

La corteza prefrontal, zona clave para el desarrollo de funciones como la planificación, la toma de decisiones, la inhibición de impulsos y la capacidad de autocontrol, no termina de madurar hasta los 25-27 años. El sistema límbico, o cerebro emocional, lugar donde se elaboran las emociones, madura antes que la corteza prefrontal. (UNICEF, 2021g, p. 3).

Esto, aunado al incremento en la producción de dopamina hace que los criterios de los adolescentes sean completamente distintos a lo que los adultos pudieran esperar.

Debido a lo anterior, la búsqueda del placer y nuevas sensaciones marca por mucho la toma de decisiones a esta edad. Esta toma de decisiones repentinas y algunas veces ilógicas están marcadas por los riesgos que implican. Los adolescentes “pueden ser conscientes de los riesgos que asumen, pero le dan más valor a la recompensa social” (UNICEF, 2021g, p. 3). Al transitar por la adolescencia, los adolescentes manejan mejor sus impulsos y se espera que “a medida que avancen los años haya menos descontrol y tengan mayor capacidad para autorregularse e identificar sus emociones. Estas oscilaciones y reacciones en su comportamiento son esperables en su proceso de maduración” (UNICEF, 2021c, p. 5).

En la adolescencia se tiene una mayor capacidad de aprender, pues se analizan y se emplean conexiones que hasta el momento no se utilizaban, lo cual acelera el neurodesarrollo. Anteriormente, se pensaba que el neurodesarrollo terminaba a los 6 años, pero hay zonas cerebrales no terminan de madurar sino hasta los 25 ó 27 años. También hay cambios

hormonales, los cuales cumplen un papel clave en los procesos de gratificación, por lo que los adolescentes le dan más valor a ciertas conductas, que a los riesgos que enfrentan o la opinión de sus padres. Lo cual provoca la búsqueda de una vida social alejada de los padres.

Vida social presencial y virtual: distancia de sus padres, cercanía de sus pares

La incidencia de las hormonas en las recompensas durante la adolescencia provoca que se valore mucho la opinión del círculo de amigos. Las nuevas tecnologías han favorecido la creación de un mundo alterno en donde los jóvenes pueden socializar, estudiar, jugar y llevar a cabo prácticamente cualquier actividad que deseen, al mismo tiempo que controlan a quien ocultarlo o mostrarlo.

De acuerdo con Sánchez-Queija y Oliva, durante la infancia, la familia es el contexto de desarrollo más importante, pero durante la pubertad deberá compartir con sus pares su capacidad de influencia, situando al hogar, para ese momento, en segundo lugar. Numerosos estudios, de acuerdo al artículo, afirman la importancia de estas relaciones, pues vinculan las relaciones de amistad con una alta autoestima, menor riesgo de mostrar problemas emocionales y un mejor ajuste escolar (2003).

Sin embargo, estas relaciones de amistad o socialización son ambivalentes, por un lado, se busca la independencia y por otro la pertenencia. La adolescencia, refiere la UNICEF, “no es entonces exclusivamente la edad de la liberación, la necesidad de separación del adolescente es tan fuerte como la de pertenecer. El grupo de pares es un laboratorio de conocimiento y de vivencias fundamentales para el adolescente” (2021c, p. 5). También al estar más tiempo con sus pares, “tienden a seguir modas en el vestir, expresiones artísticas, orientaciones políticas, religiosas o sociales que les permiten experimentar y desarrollar su propia identidad” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003, p. 13).

Parte del desarrollo de su personalidad se debe a que cuando están con sus “amigos se sienten comprendidos, empatizan fácilmente porque están teniendo experiencias similares. Es

lo opuesto a lo mal que se sienten cuando piensan que los adultos que los rodean no los comprenden, o que no encajan en ningún lado” (UNICEF, 2021f, p. 7). Debido a las similitudes con sus amigos, es razonable que encuentren apoyo en quienes le son leales, además de distraerse o divertirse con ellos.

La amistad es parte importante de la autorregulación de emociones, la cual se lleva a efecto gracias, precisamente, a su medio social. La socialización es fundamental en los adolescentes, aunque también en otras etapas del ciclo de vida del ser humano se acompaña de distintas personas que son relevantes. Más que en ningún momento en la vida, los adolescentes prefieren estar con sus pares y tal como menciona la UNICEF de los adolescentes, “buscarán aislarse de sus padres y del resto del mundo adulto para comenzar a independizarse, mientras, por otro lado, esperarán gustar, ser aceptados y lograr la aprobación de su grupo de pares” (2021c, p. 5). Esto hace que los adolescentes teman mucho el rechazo de sus compañeros y amigos.

Si bien a los adolescentes les gusta socializar, también reservan parte de su vida privada para compartirla solo a determinadas personas. “La vergüenza, el pudor y el miedo a la exposición son emocióne [sic] constitutivas del proceso que se vive durante la adolescencia y pubertad” (UNICEF, 2021d, p. 4). La búsqueda y defensa de la intimidad “no solo es clave para transitar esta etapa, sino también para las que siguen en la vida, en lo que refiere a la salud mental y los vínculos sanos que mantenemos con nosotros mismos y con los demás” (UNICEF, 2021d, p. 4). Durante la adolescencia, se comienza a ejercitar la habilidad de distinguir lo privado de lo público.

El desarrollo de una identidad propia es influido por los pares con los que convive el adolescente y una manera en que está en contacto permanente con ellos, es a través de dispositivos electrónicos. Estos, “especialmente el celular, se han convertido en el medio más elegido por los adolescentes para una de las actividades más importantes de esta etapa:

socializar. Desde el celular manejan su privacidad, intimidad, crean contenidos y ensayan formas de mostrarse” (UNICEF, 2021h, p. 2).

El encuentro, aun a distancia, con sus amistades activa los neurotransmisores en su cerebro que dan pie a momentos placenteros. “Cada invitación que recibe de parte de un amigo, un mensaje de WhatsApp, un ‘me gusta’ en una foto que comparte, ser elegido cuando arman el equipo de fútbol, activa este funcionamiento en su cerebro” (UNICEF, 2021b, p. 5). Estos momentos tan gratificantes realzan la importancia de permanecer con sus pares, debido a que sus emociones están influenciadas por estos neurotransmisores.

Si bien la aceptación estimula emociones positivas a nivel cerebral, lo opuesto tiene repercusiones contrarias. Por lo que, en los adolescentes, “se encienden zonas de su cerebro asociadas a la amenaza de salud física o falta de alimentos. A nivel cerebral perciben el rechazo social como una amenaza real a su propia existencia” (UNICEF, 2021b, p. 5). De ahí que valoren mucho la aceptación de su círculo social. Para los adolescentes “hoy el reconocimiento se da en likes. [. .] Esto explica por qué les cuesta tanto manejar sus tiempos de conexión y el miedo de estar perdiéndose ‘algo’ si se desconectan” (UNICEF, 2021h, p. 4).

Si bien las redes sociales son atractivas para los adolescentes, también es necesario para ellos convivir de manera presencial. De hecho, la UNICEF declara que el confinamiento por COVID-19 obligó a que los adolescentes permanecieran en donde menos querían estar, en su casa, con adultos. En muchos casos, en situaciones de mucho estrés por el teletrabajo en el hogar, pérdida de empleo de los padres, problemas económicos, imposibilidad de ver a sus compañeros en la escuela, interrupción de acceso a servicios sociales, limitaciones del espacio físico en el hogar. El exceso de familia debido al confinamiento fue una de las situaciones que más sufrieron los adolescentes durante la pandemia (2021f).

El convivir mayor tiempo con los padres provocó roces y conflictos domésticos. Debemos recordar que en esta etapa las habilidades cognitivas de los adolescentes aumentan, a la vez que ven a los adultos de manera distinta; la Fundación para la familia menciona que

los adolescentes mejoran su capacidad de abstracción y análisis, lo que conlleva que los niños sean más críticos. Dirigiendo sus mayores críticas a la sociedad y los adultos cercanos, quienes son juzgados muy estrictamente. La adolescencia es una etapa de definiciones, en este período el o la adolescente se preocupa por definir quién es. Por ello se distancian afectivamente de su familia, se hacen críticos de los adultos, y se acercan más al grupo de iguales (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003c, pp. 12-13). Desde luego que esto provoca cambios en la dinámica familiar, incluso conflictos.

Debido a la distancia que toman de los padres los adolescentes pueden optar por tener nuevas referencias en sus amigos más bien que en su hogar. “Porque junto a sus pares comparten las mismas experiencias, se entienden, empatizan y se sienten escuchados. [. . .] La adolescencia es la etapa de la vida en la que más necesarios e importantes son los amigos” (UNICEF, 2021b, p. 4). Además de que “los amigos representan su futuro, mientras que los adultos remiten al pasado del cual quieren diferenciarse” (UNICEF, 2021b, p. 4). En su búsqueda de emociones nuevas, prefieren a personas nuevas, que no les son familiares y los padres, por mucho ya han estado demasiado tiempo con ellos. Lo cual hace que dejen de ser atractivos, además de que debido a los cambios físicos de su cuerpo pueden considerar que no requieren del cuidado que antes les brindaban sus padres.

Es común que durante la adolescencia “la imagen de padre o madre ideal se vaya deteriorando progresivamente, para dar paso a la imagen real” (UNICEF, 2021b, p. 3). Los padres dejan de ser infalibles y la imagen que el adolescente tiene, se reconfigura para dar paso a una imagen más realista. El tomar distancia de los padres permite que los adolescentes se acerquen a otras personas y comparen otras personalidades con sus padres. Incluso, al transcurrir de los años, los padres estarán en el círculo de pares de su hijo adulto.

Lo anterior, se contrapone a la búsqueda de autonomía en la toma de decisiones de los adolescentes. Esto permite que de manera progresiva se vayan separando de sus padres y

acercándose a los de su edad. El deseo de pasar más tiempo con sus amistades que con sus padres es “una de las principales dificultades que se les presenta a los adultos a la hora de atravesar esta etapa. Para muchos resulta muy difícil soltar, dejarle ese espacio a su hijo con cierta libertad y acompañarlo sin ahogar” (UNICEF, 2021b, p. 2).

El reflejo de sus pares permite la construcción de la identidad del adolescente, por lo que el rechazo de ellos se equipara a una amenaza real. Los padres representan el pasado y su imagen idealizada se va apegando más a la realidad al transcurrir la adolescencia. Saber lo que pasa con sus amistades en tiempo real, potencia su gratificación, por lo que los dispositivos más modernos son sumamente apreciados. Estos les permiten mostrarse casi como solo han soñado ser y elegir a quien mostrarse u ocultarse. Los dispositivos, las aplicaciones, la seguridad y las actualizaciones son un entramado que dificulta a los adultos entrometerse en lo que hacen sus hijos, lo cual les hace sentir seguros.

Conflictos y la búsqueda de riesgos

Los conflictos manifiestan cambios, son parte del desarrollo de un individuo o sociedad. Sin embargo, cuando no se solucionan, las consecuencias pueden, en casos graves, atentar contra la existencia del individuo o sociedad. La adolescencia es una etapa de muchos conflictos que ponen en riesgo a los jóvenes, de hecho, muchos de los riesgos son decisiones que ellos toman, ya sea que sepan las consecuencias o no.

Isaza afirma que el conflicto puede estar presente en toda relación que mantengan las personas y la resolución de conflictos es parte medular en la crianza de los hijos. El conflicto es un desacuerdo debido a intereses opuestos o acciones que afectan a otros. El conflicto es influido por las distintas percepciones y expectativas de una misma situación, aunado a suposiciones, problemas de comunicación y creencias no fundadas.

El mismo autor menciona que por sí mismo, el conflicto no es algo negativo, sino la falta de habilidad o deseo de manejar un conflicto lo que puede acabar con las buenas relaciones.

Así, el conflicto en vez de destruir, puede construir nuevos conocimientos de estrategias de resolución de problemas (2012).

Muchas veces los conflictos también devienen del deseo de libertad que experimentan los adolescentes en contraparte a la cautela que desean los padres. Pedir cautela a los adolescentes tiende a ser complicado, pues “en la adolescencia se alcanza la máxima fascinación por las emociones fuertes. Hay una importante tendencia a correr riesgos y cuesta mucho calibrar los riesgos que se asumen. La mayoría de las veces esta toma de riesgos se lleva a cabo entre pares, más bien que bajo la vigilancia de los padres. En el afán de pertenecer y ser aceptados “los jóvenes pueden entonces perder de vista la dimensión real de determinados riesgos cuando están en su grupo” (UNICEF, 2021g, p. 3).

Lo anterior aumenta las vulnerabilidades que puede tener un adolescente. Sobre todo, en lo que respecta a la presión social debido a su deseo de pertenencia. También implica la transgresión de reglas, impuestas por la autoridad con el deseo de experimentar y mostrar independencia en su toma de decisiones. Esto es una preocupación para los padres debido al temor de que sus hijos tomen decisiones incorrectas con su grupo de amigos, pues “los adolescentes son más propensos a correr riesgos si creen que sus compañeros los están observando” (UNICEF, 2021e, p. 6).

Los padres desean saber más acerca de sus hijos, en contraparte de la intimidad que los adolescentes desean reservar, y algunas veces, los adolescentes no se sienten cómodos mostrándose como realmente son sus padres. Además, los adolescentes consideran que ya tienen la capacidad para tomar sus propias decisiones. Esta falta de confianza y de información ocasiona que tomen riesgos innecesarios. Sin embargo, “la familia juega un rol primordial en la prevención de conductas de riesgo, siendo el primer agente protector y facilitador del desarrollo sano en el adolescente” (Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa, 2013, p. 51).

Contradecir a los padres, se vuelve una constante y “esto puede irritar mucho a los adultos, es esperable que así suceda, a medida que toman distancia del círculo familiar para

acercarse a sus amigos y pares ganan en independencia, en autonomía y en la construcción de su personalidad” (UNICEF, 2021c, p. 7). Para pertenecer necesita mostrar que toma sus propias decisiones ante sus amigos, “con ellos comienza a llegar más tarde a su casa, a salir de noche, a imitar ciertas conductas repetidas por sus amigos” (UNICEF, 2021g, p. 6).

Si bien los amigos pueden exponerlos a virtudes, también los exponen a vicios. La adolescencia es el tiempo en el que los adolescentes están más expuestos al consumo de drogas, además los entornos en los que se da su toma de decisiones y un estado emocional alterado pueden llevarlos a realizar actos peligrosos, inapropiados, a actuar irresponsablemente (UNICEF, 2021e). El consumo de drogas altera al juicio y exagera la toma de riesgos, que ya de hecho es una característica de la adolescencia.

También los cambios en el cuerpo del adolescente le invitan a experimentar y probar su fuerza y su actitud. Experimenta con lo que puede hacer y con lo que no, se pone en riesgo, pues “lo necesita para crecer y aprender a tomar decisiones. Es importante recordar que no está buscando directamente ese riesgo, sino que su cerebro necesita ese nivel de experimentación y prueba para seguir en su proceso de moldeado y reestructuración” (UNICEF, 2021g, p. 6). Durante la adolescencia el cerebro del adolescente está en desarrollo y necesita calibrar los riesgos, experimentar su fuerza y capacidad emocional. Por un lado, los padres desean mantener su autoridad y para los adolescentes se vuelve un reto el desafío a la autoridad, pues tal como menciona Isaza, en el conflicto hay una idea de “ganar”, motivo por lo cual, se ve a la otra persona como “perdedor”. Esta idea aumenta el conflicto, aun cuando hay soluciones al problema en la que ambos pueden ganar (2012).

Este reto a la autoridad es uno de los orígenes del conflicto, pero Parra y Oliva afirman que la mayoría de los conflictos son originados por las expectativas no cumplidas de los hijos y una mayor crítica con argumentos más sólidos del adolescente a las normas familiares, debido al desarrollo de su pensamiento formal. Por otro lado, los temas domésticos y académicos provocan discusiones más frecuentes que temas como la sexualidad, las drogas, la política o la

religión; pues estos últimos se evitan debido a la carga emocional que conllevan y los anteriores se consideran como temas de responsabilidad propia, autonomía y capacidad de toma de decisiones. Por último, la intensidad emocional con que se viven los conflictos es mayor en la adolescencia inicial y media. Además de que al inicio de la adolescencia hay un mayor número de discusiones entre progenitores y adolescentes que tiende a disminuir cuando estos últimos crecen y la dinámica familiar se normaliza (2002).

El conflicto parece también estar asociado al sexo del adolescente pues, “las adolescentes, en líneas generales, parecen discutir menos con sus progenitores y comunicarse con ellos de forma más frecuente que sus compañeros varones” (Parra y Oliva, 2002, p. 227).

Los conflictos en la familia suelen ser frecuentes, de distinta intensidad y la actitud hacia ellos puede variar. Estos pueden aumentar si se involucran sentimientos de situaciones anteriores, no se escucha al otro o pueden resolverse con el diálogo y construyendo alternativas de solución juntos, lo que resulta en conocer mejor a los integrantes de la familia. Además, los conflictos familiares deben expresarse. No deben ocultarse, pues empeoran, así también, los niños entienden que los conflictos son parte de la vida y pueden resolverse mediante el diálogo (Isaza, 2012).

El conflicto puede aparecer en cualquier momento, sin previo aviso. Cuando esto sucede, algunas veces los adultos pueden sentir ira, malestar o resentimiento y actuar sin pensar. Sin embargo, es necesario que haya conciencia que cuando la ira no se maneja adecuadamente, los resultados son imprevisibles. Cuando surge un conflicto se recomienda: preguntar antes de regañar; calmarse; evitar decir cosas de las que se pueda arrepentir después; pensar si la molestia es por lo que hizo el hijo o por un problema personal; no atacar a la persona sino al problema; escuchar al hijo y tener en cuenta sus sentimientos (Isaza, 2012).

La resolución de los conflictos entre padres e hijos es medular en la crianza. Los conflictos pueden originarse por el deseo de libertad de los adolescentes en contraparte a la

cautela que desean los padres. Sin embargo, en la adolescencia se alcanza la máxima fascinación por las emociones fuertes que se opone a medir los riesgos y actuar en consecuencia. Esto implica la transgresión de reglas, impuestas por la autoridad con el deseo de experimentar y mostrar independencia en su toma de decisiones.

Los padres desean saber más acerca de sus hijos, en contraparte de la intimidad que los adolescentes desean reservar, y algunas veces, los adolescentes no se sienten cómodos mostrándose como realmente son sus padres.

Los cambios en el neurodesarrollo implican la activación de hormonas que provocan emociones distintas a la de un niño pequeño. Los adolescentes buscan a sus pares y desean pertenecer, al tiempo que se sienten gratificados al estar con ellos en vez de estar con sus padres. También buscan de manera abierta el desafío a la autoridad, lo cual les permite ir calibrando por experiencia sus alcances cognitivos y físicos. Estos desafíos provocan problemas, los cuales, si los padres no tienen las habilidades adecuadas para ponerse de acuerdo con los hijos, generarán conflictos mayores.

Segunda parte: Estilos de crianza

Las maneras en las cuales los padres se relacionan con sus hijos es muy diversa. De hecho, los padres cambian su trato de hijo a hijo, también influye la respuesta de los hijos a la interacción que se tenga con ellos, los problemas externos al hogar, si es hombre o mujer, si está al inicio o al fin de la adolescencia, entre otras variables. Es muy importante reconocer que hay ciertos patrones o estilos que si bien no estandarizan el comportamiento de los padres, si se puede distinguir ciertos rasgos o patrones al relacionarse con sus hijos.

Barudy y Dantagnan, mencionan que la parentalidad es una forma de referirse a las capacidades prácticas que tienen las madres y los padres para cuidar, proteger y educar a sus hijos, y asegurarles un desarrollo suficientemente sano. También específicamente mencionan que las competencias parentales son parte de la parentalidad social y esta última se diferencia de la parentalidad biológica, la cual es la capacidad de procrear. Con esto se distingue a los

padres que pueden engendrar hijos, pero no tienen la posibilidad de adquirir las competencias suficientes para una crianza adecuada, lo cual produce ambientes familiares con múltiples carencias, abusos y maltrato a los hijos (2006).

Antes de continuar con la idea de crianza adecuada, de acuerdo con Eraso, Bravo y Delgado,

Crianza proviene del latín *creare*, que significa orientar, instruir y dirigir. Se refiere al entrenamiento y formación de los niños por los padres o por sustitutos de los padres. También se define como los conocimientos, actitudes y creencias que los padres asumen en relación con la salud, la nutrición, la importancia de los ambientes físico y social y las oportunidades de aprendizaje de sus hijos en el hogar (2006).

Cuando los padres adquieren y ponen en práctica habilidades que brindan oportunidades para el desarrollo de sus hijos, al menos en los aspectos social, físico, intelectual y emocional, entonces podemos hablar de una crianza adecuada.

Las distintas maneras en que se cría a los niños puede clasificarse como estilos de crianza. De acuerdo con Darling y Steinberg los estilos de crianza se definen como una “constelación de actitudes hacia el niño que son comunicadas al infante y crean un clima emocional en el cual son expresados los comportamientos de los padres” (1993, p. 493). Los estilos de crianza involucran todo el comportamiento de los padres que son percibidos e influyen en el niño.

Se ha comprobado que a mayor apoyo parental hay menor consumo de drogas, depresión, violencia contra otros y contra sí mismos. También, hay estudios que demuestran que hay menos conductas de riesgo cuando los padres o tutores son capacitados en habilidades básicas en crianza, tales como disciplina consistente y apoyo afectivo, lo cual contribuye a la adecuada adaptación y desarrollo del adolescente (Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa, 2013).

Si bien los padres no tienen un estilo de crianza único, sino una combinación de varios, la mayoría de las veces se inclinan por usar uno más que los otros. Se han clasificado los estilos de crianza en tres: permisivo, autoritario y participativo.

Estilo permisivo

Isaza menciona que en este estilo los padres permiten muchas conductas a sus hijos aun cuando no sean adecuadas para el lugar en que están o las actitudes de los niños sean incómodas para las personas que están presentes. También prefieren ceder a pataletas o rabietas, otorgando lo que el niño exige. Este comportamiento de los padres puede ser porque aún para ellos ceñirse a las normas no es importante o después de reflexionarlo concluyen que no desean depender mucho de las normas que impone la sociedad. Por otro lado, puede ser el caso, que los padres consideren importante las normas y el autocontrol, pero dentro de sí se sienten débiles y se dejan dominar por los hijos. Otro motivo es la sobreprotección, para evitar que los hijos sufran los padres les facilitan todas las cosas.

Cuando los padres tienen estas actitudes, el niño aprende que puede hacer lo que desee; no existen normas, no hay límites. De hecho, en ambientes distintos al hogar, se les dificultan las relaciones interpersonales y pueden fracasar como adultos debido a que no toman en cuenta a los demás y no son tolerantes a la frustración. Otro problema a destacar es que los niños así criados, no tienen un buen criterio en cuanto a las normas, pues no saben a cuáles ceñirse. Además de que pueden percibir desinterés de sus padres en ellos al no mostrar un deseo de que mejoren o cambien (Isaza, 2012).

Estilo autoritario

Al extremo opuesto del estilo anterior, está el estilo autoritario. En el que se da excesiva importancia al cumplimiento de las normas, imponiendo rígidos castigos de cumplirse con lo que se ordena. Los padres tienden a controlarlo todo y son inflexibles. Sin embargo; hay una distinción que debe hacerse, el desarrollo psicológico del niño puede ser favorecido, si la autoridad se impone con afecto, caso contrario a que si la imposición de autoridad es a través

de castigos. Las normas deben ser acatadas porque si, no hay una reflexión de las ventajas de obedecerlas, por lo que estas normas no se internalizan, además de que los impulsos y deseos del niño son reprimidos.

Esta represión desincentiva la autonomía del niño, por lo que son niños temerosos, inhibidos y exageradamente educados. Pero también, esta crianza puede generar niños que estén en el lado opuesto siendo agresivos, rebeldes o depresivos (Isaza, 2012).

Estilo participativo

En este estilo, los adultos establecen reglas de manera tranquila y con justificaciones de acuerdo con la edad del niño. También hay actividades que buscan el placer de quienes participan y el afecto de los padres no se condiciona a tareas escolares o determinados comportamientos. Pero hay consecuencias si las normas no son acatadas, pues afectan la convivencia armónica de la familia. El autocontrol psicológico se logra paulatinamente, así la persona no está a merced exclusiva de sus impulsos, ni de las normas. Para esto el individuo negocia entre las normas y sus impulsos, adaptándose de manera flexible y sana (Isaza, 2012).

Siempre los padres tienden a un estilo más que otro, sin embargo, sucede que cuando hay una crisis con los hijos por usar el estilo habitual, los padres permisivos pueden mostrarse autoritarios o los padres autoritarios muy permisivos, lo cual confunde mucho a los niños (Isaza, 2012).

Cada estilo de crianza tiene una perspectiva distinta de las normas y las consecuencias. A los estilos permisivos y autoritarios se les dificulta desarrollar la autonomía. El primero establece límites mínimos y las consecuencias son ambiguas, en cambio para el segundo las demasiadas normas y sanciones terminan por restringir la autonomía en la toma de decisiones. En cambio, el estilo participativo, favorece la autonomía por que se convienen límites claros con consecuencias claras y coherentes, de acuerdo con la capacidad del niño (Isaza, 2012).

Algunos padres varían de manera arbitraria el trato a sus hijos, pudiendo ser más relajados o más estrictos. Si alguna vez los padres cometen un error y quieren enmendarlo, se

vuelven más permisivos o pueden ser más rigurosos de acuerdo a su humor. Esto genera confusión en los hijos al percibir incoherencia en sus estilos de crianza. Es necesario que los padres sean congruentes en su manera de criar a sus hijos, lo cual evita confundirlos y les brinda mayor estabilidad emocional.

Crianza positiva

Los adultos que están al cuidado de niños son responsables de velar por sus derechos humanos, deben formarlos y protegerlos, evitando maltratarlos y humillarlos. Si bien los padres pueden haber sido criados de esa manera, como padres se tiene la responsabilidad de evitar que se perpetúe la práctica del maltrato y la violencia en el hogar. Por lo tanto, menciona la UNICEF, la crianza debe centrarse en la sensibilidad, el respeto y el amor. Para que esto suceda, puede optarse por ejercer una crianza positiva en los niños. La crianza positiva son las prácticas de cuidado, formación y guía que ayudan al bienestar, desarrollo saludable y armonioso de los niños. Para ello se toma en cuenta: la evolución de las facultades del niño; su edad; sus características y cualidades, sus intereses y aspiraciones; y la decisión consciente de respetar sus derechos (s.f.b).

Es decir, el buen trato implica reconocer que los niños de manera inherente, al ser humanos, tienen derechos y personalidad propia. No son propiedad de los padres, por lo que se les debe tratar con respeto y ayudar a su sano desarrollo en todos los ámbitos. Los niños viven y se desarrollan mejor cuando los padres son comprensivos, les dedican tiempo, construyen normas claras y llegan a acuerdos y son abiertos a la comunicación.

Cuando hay respeto en la educación de un niño, no se renuncia a que respete nuestra autoridad o que el adulto sea permisivo, más bien, se promueve el respeto a la autoridad por la confianza y el afecto incondicional, mientras se vela su desarrollo.

Para el Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes (SIPINNA), “la crianza es la actividad más importante en el proceso de desarrollo de niñas y niños” (2022).

Afirmación que pone de relieve la necesidad de los padres de prepararse para este gran

compromiso. También este sistema afirma que para acercarse a formas de crianza amorosas y respetuosas con los niños es necesario escuchar lo que tienen que decir, dar oído a sus voces e ideas, y hacerlos partícipes de las decisiones familiares (SIPINNA, 2022).

Ser madre o padre implica principalmente la capacidad de criar a los hijos. Es decir, tener habilidades, conocimiento práctico para cuidar, educar y brindar oportunidades de un desarrollo pleno. Estas habilidades son actitudes que se comunican al niño, creando un clima emocional, el cual sirve para velar por los aspectos físico, social, oportunidades de aprendizaje en el hogar y evitar conductas de riesgo a los hijos.

Tercera parte: Estrategias efectivas para mejorar el ambiente en el hogar y mitigar las vulnerabilidades de adolescentes hombres

Aun cuando la influencia de los padres es muy fuerte, esto no determina la personalidad de los hijos. Los padres responsables desean que sus hijos transcurran su ciclo de vida sin tomar riesgos innecesarios, con una expectativa óptima de su integridad física, emocional y social. Para esto, aun cuando pudieran no ser conscientes de ello, emplean estrategias que consideran adecuadas para ponerse de acuerdo, enseñar, alentar o exigir ciertos comportamientos.

Los padres tienen una gran influencia en sus hijos al ser sus cuidadores primarios y ante la familia y la sociedad son los responsables de su bienestar. Debemos recordar que “una característica propia de los adolescentes es su capacidad para asumir riesgos y meterse en problemas. [. . .] Lo hacen porque necesitan hacerlo. Deben tomar esos riesgos. Es una característica distintiva de esta etapa” (UNICEF, 2021g, p. 1). Sin embargo, estos riesgos “son determinantes en la salud, siendo los principales responsables de la morbimortalidad en esta etapa, entre las cuales se mencionan el consumo de drogas, embarazo precoz, mala alimentación, infecciones de transmisión sexual, depresión y suicidio entre otras” (Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa, 2013, p. 51).

Las conductas de riesgo afectan la calidad de vida del adolescente, la pérdida de oportunidades y se tienen afectaciones de enfermedades crónicas no transmisibles en la edad adulta. Por esto es necesario que los padres tengan estrategias adecuadas para cuidar y guiar mejor a sus hijos.

En 1920, el Dr. Adler introdujo la idea de educar a los padres para la crianza de sus hijos y buscó un mejor trato a los niños basado en el respeto mutuo. En sus investigaciones, él descubrió que los niños que no tenían límites o eran sobreprotegidos tenían problemas de comportamiento. Esta metodología estaba basada en la teoría de Alfred Adler y Rudolf Dreikurs, quienes se refirieron a este enfoque como “crianza democrática” (Oberst y Ruiz, 2014).

Límites

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia, define el límite como “la acción de establecer de manera consciente, anticipada y clara, situaciones actuales, conductas y comportamientos que serán admitidos o no en el hogar, así como las consecuencias de éstos, si no se respetan” (s.f.). Los límites ayudan a que los niños distingan lo correcto de lo que no y paulatinamente, se formen un criterio propio. Les ayudan, también, a controlar sus impulsos, postergando gratificaciones y respetando los derechos de los demás. Si los límites son adecuados se logra una mejor convivencia y armonía en el hogar. Se requiere práctica, paciencia y firmeza, pero principalmente tiempo (UNICEF, s.f.a, p. 6).

La UNICEF sostiene que el Comité de Derechos del Niño no rechaza el concepto positivo de disciplina y que este es muy diferente al uso deliberado y punitivo de la fuerza con el fin de causar algún grado de dolor, incomodidad o humillación. (s.f.c).

Una responsabilidad de los padres, y al mismo tiempo una dificultad, es establecer límites claros a los adolescentes, así como las sanciones justas en caso de sobrepasar esos límites. Algunos padres consideran que poner límites reprime a sus hijos, por lo que no ponen límites; y otros, en el otro extremo, son demasiado rígidos, severos y autoritarios (Fundación

para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003i).

Se debe tener presente que cuando los padres ponen límites a sus hijos tienen la intención de educarlos. Además, responden a un entorno social que espera y demanda ciertas actitudes de las personas responsables de la crianza. Pero también es necesario mencionar que muchas veces los padres o madres son violentos si no encuentran formas de contener sus propias emociones de agresividad y si desconocen o invalidan prácticas de crianza sin violencia (UNICEF, s.f.c).

De acuerdo con la UNICEF, para establecer límites, en vez de pensar en control, es mejor pensar en acompañamiento. Para esto es necesario platicar y convenir pautas y límites en cuanto a: horario, compañías, salidas, consumo de alcohol o tabaco, cuidado sexual, entre otros temas. Los límites son saludables si se establecen en un marco de sostén y confianza.

También menciona que hay algunas cosas en las que se puede ser flexible, como el corte de pelo, vestimenta, música; pero hay otras en las que se debe ser firme, como las que tienen que ver con su seguridad. Pero ser firmes no implica aferrarse de manera intransigente a lo que se ha dicho, sino dejar ver que la responsabilidad de los adultos es ayudarlo a crecer, aun cuando el adolescente vea las cosas de manera distinta. Algo muy importante, es demostrar que los padres revisan sus posiciones y saben cambiar de opinión cuando se equivocan (2019). De hecho, cuando el adolescente y el adulto convienen en cómo establecer límites a su conducta, el adolescente percibe que hay un adulto que puede ayudarlo a dominar impulsos que posteriormente le hacen sentir mal (UNICEF, 2018b).

Así cuando los adolescentes se están comportando como no deben, en vez de gritar, exigir, pegar, el adulto debe detenerse, respirar hondo, calmarse y verificar si se está esperando algo adecuado con la edad del niño; si se ha dado el ejemplo correcto al adolescente; si la respuesta es debido a su conducta o a preocupaciones de otro tipo del adulto, qué emociones tiene el adolescente y si se facilita que las exprese (UNICEF, 2019).

Aun cuando las acciones de los niños no son las adecuadas, se les puede advertir que no se está de acuerdo con esa conducta, que la conducta no es agradable, no él. Aun en estas condiciones se puede hacer sentir al niño que se le ama y se le respeta. No se ataca su autoestima, se pueden afirmar los límites, pero sin enojo, sin desafiarlo. Así el niño es educado en un proceso entre sujetos que dan y reciben amor. De hecho, los especialistas advierten que los niños que se “portan mal” en realidad se “sienten mal” (UNICEF, 2018b). Esto debido a que ellos consideran que no son apreciados, aceptados y amados. Podemos esperar que un adolescente se portará bien si se siente bien.

Sin embargo, cuando el niño exhibe conductas que demuestran su enojo, tristeza, etc., los padres lo regañan y lo disciplinan, lo cual confirma al niño que sus sentimientos no son valiosos. De esta manera, el problema persiste y se repite de manera constante. Muchas veces las conductas inadecuadas de los niños son una manera de llamar la atención de los padres al no lograr controlar sus impulsos y manejar su malestar emocional (UNICEF, 2018b).

El autocontrol se construye paulatinamente a lo largo de las diferentes etapas evolutivas. Las emociones infantiles suelen ser muy intensas. Por eso, un niño necesita figuras parentales sensibles que lo asistan amorosamente en sus estados emocionales. Esta asistencia se logra a través del buen trato y la palabra, incluso con niños muy pequeños. (UNICEF, 2018b, p. 34)

Cuando el niño aprende que no siempre es posible obtener una satisfacción inmediata y que cuando eso sucede el placer tiende a ser momentáneo, entonces aprende a postergar la descarga de sus tensiones tomando más en cuenta la realidad y con el propósito de que su gratificación sea significativa y duradera. Cabe mencionar también que, al principio, los niños obedecen las normas y condicionamientos de manera rígida y conforme crecen los van interiorizando hasta obedecerlos con mayor flexibilidad, pues durante la adolescencia pone en tela de juicio esas normas para ser apropiadas de manera más autónoma y personal (Isaza, 2012).

Para establecer límites a los adolescentes es necesario: decirle lo que debería de hacer y lo que no; ayudarles a expresar sus emociones, dialogando; jugando; compartiendo gustos; abrazando; reforzando conductas positivas; dejando que asuman las consecuencias de sus actos; suspendiendo lo que les gusta o teniendo un tiempo fuera (UNICEF, 2019).

Precisamente, el tiempo fuera es uno de los métodos más populares para intentar mejorar el comportamiento infantil. Cuando el niño no se porta de acuerdo con las normas que se han convenido con él; se le lleva de un ambiente estimulante a uno que no lo es, puede ser aburrido, pero no atemorizante. Mientras está en ese lugar, reflexiona lo que hizo y se reafirma que debe controlarse en ocasiones posteriores. Se recomienda que el tiempo fuera se aplique a niños a partir de los dos años y el periodo de tiempo fuera sea de un minuto por año del niño. Mientras dura el tiempo fuera se conviene; con anticipación, cumplirlo en calma, no es el momento de oír explicaciones.

Para la aplicación del tiempo fuera en otro sitio, los padres pueden convenir con el adolescente que habrá una consecuencia no violenta si a la cuenta de tres no cambia su actitud. Si se le habla con calma, en un tono neutral y se cuenta hasta tres, pero su actitud incorrecta persiste, entonces tendrá que ir a su recámara u otro sitio que ya se haya convenido. Ahí, permanecerá leyendo, descansando o jugando, pero sin dispositivos electrónicos. Al término del tiempo acordado; con tranquilidad, si es el momento, se puede hablar y reflexionar de lo que sucedió tratando de encontrar una solución (UNICEF, 2019).

Establecer límites requiere paciencia y firmeza; pero ayudan a que los niños controlen sus impulsos y se formen un criterio propio. Igualmente, los límites refuerzan el concepto positivo de disciplina, contrario al uso deliberado y punitivo de la fuerza. Al romper alguna norma, se puede advertir al adolescente que nos disgusta esa conducta, no él. No atacamos su autoestima. Así él es educado recibiendo y dando amor. El actuar contra las normas manifiesta un malestar emocional por lo que debemos ser empáticos, además, el autocontrol es un hábito

progresivo, no inmediato. Una alternativa a los castigos es el tiempo fuera, el cual les puede ayudar a reflexionar y cambiar su actitud.

Afecto

En muchas ocasiones, los adultos que cuidan a los niños privilegian satisfacer sus necesidades materiales, en detrimento de brindarles amor, un clima familiar saludable y afectuoso con prácticas de crianza positivas. Sin embargo, el sentirse apreciado y valorado en el hogar, incentiva la armonía y refuerza la valía de los integrantes de la familia.

La UNICEF afirma que “Dar cariño y afecto es tan importante como dar alimento. Todo niño necesita saber que es querido. Es indispensable que se sienta valorado y que reciba cariño tanto físico [. . .], como verbal” (2003c, p. 6).

Las muestras de afecto en la familia son necesarias ya que lo contrario, es decir, una relación parental fría, negativa, inflexible, con disciplina inconsistente se vincula a familias que tienen conflictos, separación matrimonial, violencia, etc. (Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa, 2013). Estas manifestaciones de afecto deben ser demostradas de manera tal que los niños las perciban concretamente con actos, gestos, palabras explícitas, etc. Un ambiente afectuoso es más que palabras, se transmite mostrando cariño por medio de gestos, caricias, besos y abrazos.

En cualquier momento de la vida, es necesario que los padres aprendan maneras en las que pueden demostrar cariño a sus hijos, aun cuando predominantemente su temperamento y estado de ánimo les lleve a expresar su cariño de otras maneras. Nunca es tarde para cambiar la manera de demostrar afecto, como tampoco es tarde para saber recibir el afecto de los niños, dando la posibilidad de que los expresen a quienes los cuidan (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003e).

Si los padres ejercen autoridad con vínculos que promuevan el apego emocional, los niños comprenden esa autoridad como algo positivo. No es necesario ser represor o autoritario,

así los padres pueden manejar mejor sus emociones, regular incluso su agresividad y encontrar las palabras adecuadas para dirigirse a los niños (UNICEF, s.f.c). El apego se refiere al “lazo afectivo fuerte, perdurable y recíproco que une al niño con personas significativas en su vida. Por ejemplo, el afecto profundo de la mamá por su bebé y de este por ella. No hay apego sin correspondencia afectiva” (UNICEF, 2019, p. 12).

Precisamente en cuanto al apego con los padres, al nacer el ser humano no solo es vulnerable físicamente, sino también psicológicamente, por lo que es necesario que sus cuidadores le garanticen un apego estable, contención de sus impulsos y la seguridad de ser amado y aceptado, entre otros aspectos. Estos vínculos establecidos en la infancia inciden en la edad adulta. Esto actúa de manera bidireccional, pues el niño tiene la seguridad de tener alguien en quien confiar y que alguien confía en él y esto, a su vez, mejora la posibilidad de tener relaciones interpersonales sanas y afectuosas (Isaza, 2012).

Por el lado contrario, la carencia de afecto lleva a los niños a desarrollar una mala opinión de sí mismos, sintiendo que no son personas dignas de amor o que no sirven para nada. El adulto actúa como un espejo que refleja esta falta de afecto, lo cual provoca que el niño no se acepte y enfrente las dificultades de la vida con una menor confianza. También la falta de afecto puede provocar conductas que los adultos consideran impertinentes o disfuncionales; sin embargo, esto ocurre debido a que el niño no se siente querido por lo que llama así la atención o, por el contrario, decide aislarse. Estas conductas manifiestan que algo no anda bien, el mensaje expresa la falta de atención y cariño hacia el niño (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003c).

La percepción de privación afectiva de los padres a los hijos puede tener distintos orígenes, tales como: muerte, abandono, ausencia, separación, falta de tiempo para dedicar a los hijos, sensación de que sus hermanos son preferidos a ellos, violencia doméstica, adicciones de los padres, entre otros factores (Sabroso, Jiménez y Lledó, 2011).

La relación de los padres y sus hijos adolescentes es muy relevante, Florenzano menciona que:

Los adolescentes cuyos padres ejercen autonomía psicológica, aceptación parental, expresión de afectos físicos, amabilidad parental y monitoreo paterno poseen menor ideación suicida que los adolescentes cuyos padres carecen de estas conductas.

En cuanto a la relación de los padres con sus hijos adolescentes, un factor protector para la ideación suicida es que los adolescentes tengan una buena relación con ambos padres. También actúa como factor protector la participación de los hijos en las decisiones familiares. (2011, p. 1533)

Lo anterior refiere que los adolescentes que son tomados en cuenta por ambos padres tienen una menor propensión a ejercer violencia contra sí mismos.

La guía *Trato bien* de la UNICEF menciona que uno de los fundamentos de un hogar afectuoso es que haya un clima emocional que dé seguridad y protección, entendiendo que el clima emocional es transmitido por el tono de voz, la postura del cuerpo y los gestos de la cara. Este clima facilita la idea de que los conflictos en la familia pueden resolverse basándose en el diálogo y el respeto. Para esto es necesario que los padres eviten la confrontación en momentos de tensión y al recuperar la calma, abran el diálogo. Esto desarrollará la fortaleza emocional de los adolescentes al haber una comunicación honesta y sin represalias (2019).

De lo anterior, la buena comunicación y la atención afectiva están unidas en un mismo propósito ya que “repetir una y mil veces una instrucción a un niño no tendrá muchos frutos si es transmitida fríamente, sin riqueza afectiva” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003e, p. 31).

La comunicación y el afecto no solo implican respeto, sino armonía y buen humor en el hogar. Lo cual mejora la convivencia, suaviza asperezas, baja la tensión y facilita la aceptación de las debilidades como padres e hijos. Las dificultades de la vida se hacen más tolerables

cuando se viven con un humor sano; lo cual implica saber reírse de uno mismo, no reírse de los demás (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003f).

Cuando en el hogar existe una relación fría, negativa e inflexible se tienen mayores conflictos. Además, si cuando se ejerce autoridad se carece de afecto, los niños desarrollan una mala opinión de sí mismos, sintiendo que no son dignos de recibir amor. Por otro lado, si los padres ejercen autoridad promoviendo el apego emocional, los niños comprenden esa autoridad como algo positivo. Igualmente, los hijos perciben que se les ama por medio de actos, gestos y palabras explícitas, de hecho, estos son los fundamentos de un hogar afectuoso, en el cual los conflictos pueden resolverse basándose en el diálogo y el respeto.

Comunicación, emociones y sentimientos

La comunicación permite la conformación de sociedades y la familia es la sociedad primaria de todos los individuos. Es por eso que ahí, en la familia, es donde se puede dar pie a que los procesos comunicativos se comprendan y se usen adecuadamente. La interacción en la familia está mediada por la comunicación, sin comunicación no podrían llevarse a cabo los procesos de socialización tan necesarios durante todo el ciclo de vida del ser humano. La comunicación comprende no solo palabras, sino gestos, actitudes, ademanes, todo lo que da voz a nuestras emociones y sentimientos.

Los humanos construimos nuestro pensamiento a partir del lenguaje y aprendemos mucho de nuestro lenguaje en el vínculo familiar. Debido a que la familia tiene el mayor componente afectivo, los niños confían en sus padres y creen lo que ellos dicen. Por lo tanto, si los padres usan palabras humillantes para educar o establecer límites los niños toman eso como una definición de ellos mismos. Esto empeora cuando los padres consideran que insultar y humillar es preferible a golpear; sin embargo, estas conductas provocan, dolor, impotencia y frustración, tanto como el castigo físico (UNICEF, 2019).

Además de las normas y costumbres, las sociedades se organizan mediante el lenguaje que es compartido por la cultura. Este lenguaje nos permite relacionarnos, intercambiar ideas y comprendemos los sentimientos de los demás, pudiendo ser esta comunicación verbal y no verbal. La comunicación tiene tres niveles: lo que queremos decir; lo que decimos y lo que entiende la otra persona. Para tener una comunicación efectiva estos deben coincidir. Si es así es más probable que haya armonía en la convivencia y trato de quienes dialogan, en caso contrario la mala comunicación genera malentendidos y puede derivar en expresiones de violencia. De hecho, la buena comunicación evita conductas violentas, al ser la palabra mediadora de la acción, pues antes de actuar impulsivamente se debe pensar. Al principio, para los niños, pensar es hacer para luego transitar del lenguaje de acción a las palabras (UNICEF, 2018b).

Watzlawick menciona que “dentro de la familia la conducta de cada individuo está relacionada con la de los otros y depende de ella. Toda conducta es comunicación, y, por ende, influye sobre los demás y sufre la influencia de éstos” (1991, p. 84). Podemos afirmar que la conducta es comunicación. La conducta incluye gestos y comportamientos, es decir, nos comunicamos, aun cuando no pronunciamos palabra alguna. La comunicación puede ser verbal o no verbal.

Al emplear nuestra conducta para comunicarnos es necesario que haya una concordancia entre el lenguaje corporal y el verbal, para que los hijos aprendan el significado de las palabras. El silencio como evasiva de comunicación confunde a los hijos y es también una forma de violencia (UNICEF, 2018b). Sin embargo, el silencio también comunica, pero interfiere en el diálogo. De hecho, en el ámbito familiar Isaza define al diálogo como “el intercambio de opiniones y sentimientos entre dos o más personas, en este caso, padres, madres, hijos e hijas” (Isaza, 2012, p. 133), por lo que el silencio dificulta el intercambio de opiniones.

Es necesario que las familias hallen un espacio y un tiempo para tener momentos de encuentro y conversación. Ser escuchado, no solo es una necesidad de los niños, sino que también es su derecho. La comunicación ayuda a: conocer a los hijos, escuchándoles y permitiéndoles expresarse; contribuir a que los hijos se conozcan a sí mismos al reconocer y nombrar sus emociones, así como posponer los impulsos y satisfacerlos de manera socialmente adecuada; saber explícitamente lo que sienten y quieren los hijos sin ambigüedades y asumir la responsabilidad de sus acciones y palabras al reconocer la coherencia entre lo que sienten y expresan (UNICEF, 2018b).

Para que haya diálogo en la familia es necesario que se desarrolle una relación respetuosa, cordial y amigable; se estime al niño como un interlocutor que puede opinar y que puede tener la razón; se esté convencido de que es valioso escuchar a los hijos, pues aportan mucho al diálogo; ser empáticos para comprender mejor lo que el niño está viviendo; se tenga una actitud abierta para que el niño sienta confianza de compartir sus sentimientos y reconocer si como padres se hubo excesos. También es muy positivo que los padres sean capaces de mostrar y conversar de las emociones de tristeza, felicidad, etc. que se tienen frente a los hijos (Isaza, 2012).

Al ser el diálogo un intercambio de sentimientos y opiniones es imposible que uno tenga la verdad y la razón completa. En el diálogo padres e hijos preguntan y opinan para identificar ideas comunes y desacuerdos. Antes de dialogar se acepta conocer al otro y dejar a un lado el propósito de convencer, el propósito es construir entre ambos una solución al conflicto. Esto implica aceptar las opiniones del hijo garantizando su derecho a expresarse libremente y ser reconocido como persona. Lo cual se contrapone a la manipulación, el chantaje y las presiones hacia los hijos. Dialogar es conocerse, es el precedente del cambio, pues el diálogo no es un acuerdo total; más bien, es cambiar al abrirse a nuevas posibilidades tomando como base las opiniones comunes de solución (Isaza, 2012).

Aun cuando pueda pensarse que los adolescentes ya pueden expresarse de manera adecuada, algunas veces tienen dificultades para hacerlo. La UNICEF ha dado algunas recomendaciones para tener una mejor comunicación en el hogar: cuando los padres se comunican con sus hijos deben expresar solo aquello que el hijo esté preparado para escuchar; se debe dar la oportunidad a los hijos de expresarse, aunque su lenguaje sea diferente al de los adultos. Se debe evitar corregirlos constantemente, más bien se debe escuchar y confirmar lo que hayan querido decir con la expresión correcta y evitar dar lo que los hijos buscan antes de que los niños se den cuenta o logren expresarlo. El hablar por ellos, hace que sientan que sus pensamientos y sentimientos no son importantes. Eventualmente, no se expresarán, e incluso desconfiarán de nosotros y de ellos mismos (2018b).

Cuando una persona tiene un malestar tiende a expresarlo de alguna u otra manera. Los niños pueden hacerlo a través del enojo, la tristeza entre otras emociones. Los adultos pueden ayudar por medio del buen trato y el diálogo. Se reconoce que hay una situación no favorable para el niño y que puede demostrarlo, pero se le insta a hacerlo de una manera adecuada. Esto reduce el malestar y produce alivio en el niño, al mismo tiempo que le facilita reconocer lo que está pasando (UNICEF, 2018b). Esto mejora mucho el clima emocional en casa, pues los padres muchas veces fallan para expresar sus sentimientos, “a menudo las personas adultas golpean a sus hijos e hijas porque no encuentran un lenguaje adecuado para hablarles” (UNICEF, s.f.c, p. 14).

Si bien hay padres que evitan golpear a sus hijos, muchas veces no usan el lenguaje más adecuado al tratar de corregirlos, se debe tomar en cuenta que “la forma en que ocupamos el lenguaje es muy importante en la educación de los hijos. No es lo mismo decir ‘eres un flojo’ a ‘sacarás beneficios si haces tus tareas’” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003e, p. 30). En lugar de humillar, se puede transmitir un mensaje por

medio de afirmaciones que mejoren la autoestima del niño sin necesidad de transmitir un mensaje negativo.

Las personas adultas ejercen su autoridad al cuidar, proteger y guiar a los niños, pero esto implica tomar decisiones, transmitir valores y cultura. Para lograrlo, se requiere voluntad para compartir tiempo juntos. El diálogo abierto permite que el niño construya su propio sistema de creencias e ideas. Dialogar no es sermonear. Los niños aprecian que se les valore y se les escuche. El diálogo teje vínculos en los niños, así también desarrolla la empatía en los niños (UNICEF, s.f.a), entendiendo que la empatía “es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, considerarla y respetarla” (UNICEF, 2019, p. 13).

Precisamente la empatía y la escucha activa son dos buenas maneras de sembrar la confianza antes de llegar a la adolescencia, así es más probable que los hijos confíen en sus padres durante la adolescencia. Siendo precisamente este periodo en que las dificultades de comunicación son mayores. Así, cuando se actúa en forma empática se validan los sentimientos del otro y, por lo tanto, es una forma de hacerle sentir que es importante y que sus sentimientos son válidos (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003f).

Aun cuando se haya alcanzado un acuerdo para un conflicto, sucede que quedan algunos sentimientos debido a que las personas se sienten ofendidas y humilladas, no hubo perdón. El perdón es necesario para que el acuerdo se fortalezca. Si es necesario, se debe dialogar nuevamente para llegar a un entendimiento más profundo, al perdón y la reconciliación. Es común que se pida a los niños pedir perdón como muestra de nobleza; sin embargo, los padres deben perdonar y pedir perdón de manera humilde cuando hayan actuado de manera incorrecta (Isaza, 2012).

Isaza propone que para comunicarse mejor con los hijos los padres deben usar lenguaje que los niños comprendan y hablar con voz clara, sin gritar; se debe procurar que los gestos concuerden con lo que se dice y cómo se dice; no comparar a los hijos; expresar afecto:

“Eres especial para mí”, “Te quiero”; abrazar y besar; jugar con ellos aún sea un tiempo breve; hacer chistes, reírse, pero no burlarse; evitar mencionar el trabajo y sacrificio por mantener a su familia, pues hace sentir culpables a los niños; si se siente con ira o rabia, cuente de 30 hacia atrás y cuando el adulto esté calmado puede dialogar con su hijo, haciéndolo en voz baja y expresando sus sentimientos; evite culpar: “Tú me haces enojarme así”, es mejor: “Me enojo cuando actúas de esa manera”; no criticar; al corregir deben evitarse actitudes o expresiones amenazantes; cuando se habla con los hijos, debe hacerse una pausa en lo que se está haciendo y se debe escuchar atentamente mirando a los ojos (2012).

De hecho, no solo en el ambiente familiar, sino en cualquier otro contexto, “para comunicarse bien es necesario desarrollar capacidad de atención y concentración para escuchar, recibir información y enriquecerse con las experiencias de otros” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003f, p. 8).

Cuando un adulto habla con adolescente puede caer en la trampa de que para imponer sus puntos de vista intimide o desee provocar inseguridad. Para esto recurre a: ironías, la descalificación, la comparación con otros (más que motivarlo a cambiar, probablemente, le provoque rabia y sentimiento de inferioridad), rebajar al adolescente por su edad, capacidad, etc. (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003f). Esto provoca que el adolescente perciba que su opinión no es válida. Muchas veces los padres dan opiniones y consejos de su propia experiencia y no desde la realidad del adolescente.

Los adolescentes necesitan saber que hay personas que les aman y que los protegen, necesitan saber que se les puede contener emocionalmente. “Contener es transmitirle a otra persona que ‘estamos aquí y ahora’, que acogemos lo que le pasa, que resistimos la fuerza de sus emociones y que cuenta con nosotros” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la

infancia, 2003f, p. 9). Cuando esto sucede los sentimientos pueden fluir y ser expresados, es una experiencia liberadora para quien necesita ser contenido. Para esto el adolescente debe tener la confianza de dialogar con alguien que escucha, en vez de moralizar, enjuiciar u obligar al cambio. “La comunicación se dificulta cuando creemos que podemos adivinar lo que siente, piensa y desea otra persona” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003f, p. 9). Esta es la base de los malos entendidos, la suposición, no preguntar, saber qué sucedió y qué sucederá después.

Los sentimientos son estados afectivos relativamente largos (tristeza, alegría, temor, descontento) que contrastan con las emociones que son más intensas (rabia, miedo, euforia, etc.) y de corta duración. Los sentimientos no se definen como buenos o malos tampoco se escoge sentir pena o alegría en alguna situación determinada, los sentimientos simplemente aparecen. La espontaneidad de su aparición y las sensaciones contradictorias que se experimentan hacen difícil expresar los sentimientos. Ahora, para un adolescente es aún más difícil, pues está lidiando con nuevas emociones, al mismo tiempo que teme que al expresar sus sentimientos se le pueda juzgar y se desborden sus sentimientos haciéndolo sentir vulnerable (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003e).

Cuando el adolescente muestra conductas inadecuadas se tiende a asociar con su estado emocional. Decir “no te enojés”, “no llores”, es negar los sentimientos que está experimentando y los sentimientos tienen nombre, se comprenden y se aceptan. Ayudar a que el adolescente diferencie sus sentimientos de sus actos les ayuda a darse cuenta que pueden optar por una conducta distinta, a pesar de la molestia o el enojo que acompañe a su conducta. No es solo indicar que una conducta es inaceptable, sino platicar acerca de las conductas que pueden sustituirlas. (UNICEF, 2018b).

Para aprender a expresar los sentimientos los padres y la sociedad son muy influyentes, pues enseñan diferentes formas de expresar o reprimir emociones y sentimientos. Así muchas de nuestras necesidades naturales de expresar sentimientos están en pugna con la cultura. Algunas familias toman en cuenta más los malestares físicos que el lenguaje de los sentimientos. De esta manera, los niños aprenden que el lenguaje de los sentimientos y emociones se limita a manifestaciones corporales, volviéndolos personas que manifiestan dolencias físicas para buscar afecto. De hecho, se ha observado que son los hombres quienes más padecen estos problemas. Al parecer, la incapacidad de expresar sus sentimientos con gestos o palabras se manifiesta en: colon irritable, infartos entre otras enfermedades (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003e).

Cuando hay un comportamiento inadecuado de un adolescente, es porque se siente enojado, triste, frustrado, etc. y, por lo tanto, actúa con enojo. Los padres pueden ayudar a que identifique ese sentimiento y conversar que no es necesario que lo asocie a una conducta de conflicto. La mayoría de las veces cuando se identifica el sentimiento, el adolescente se calma y cambia su actitud. Así cuando los padres ponen límites, deben restringir los actos, no los sentimientos. Los sentimientos, más bien, deben ser identificados y expresados; mientras que los actos deben ser limitados y orientados (UNICEF, 2018b).

Por esto, es preciso que los padres recuerden que “una de las funciones parentales más importantes para el desarrollo de los niños es que los adultos que los rodean sean capaces de contener sus emociones, cobijar sus necesidades, darles nombre a sus estados afectivos” (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003e, p. 32).

La manera en cómo los padres expresan los sentimientos a sus hijos es rápidamente aprendida y tomada como modelo por ellos. Asimismo, si un hijo presencia peleas y descalificaciones continuas de sus padres, es probable que en el futuro se relacione de ese

modo con su pareja. Desde pequeños, los adultos comienzan este proceso de formación del carácter en la que el modelo de los padres es de gran influencia para los hijos (Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, 2003e).

Es por esto que los padres deben ser un buen ejemplo. Lo que la madre, el padre o cuidador hace es más importante que lo que dice. El respeto de la autoridad se genera cuando los adultos son consecuentes con sus actos y acciones (UNICEF, 2019). Ser un buen ejemplo para los adolescentes es crucial debido a que “en la adolescencia se establecen hábitos y comportamientos que pueden dirigir el rumbo de vida en la etapa adulta, se presentan cuestiones de transición y patrones de conducta que afectan el bienestar y correcto desarrollo de los individuos” (INSP, 2020, p. 100).

La primera manera en que los niños aprenden es la identificación, aprenden normas y valores al intentar parecerse a los adultos con los que conviven. Por lo que al prohibir o amenazar se modela al niño una conducta con la cual ellos pueden identificarse. Así cuando se humilla y se avergüenza a un niño, este aprende el mecanismo de la humillación o en caso contrario cuando lo respetamos aun cuando comete errores, él aprenderá el mecanismo del respeto (UNICEF, 2018b).

Los embarazos no deseados, las enfermedades de transmisión sexual, consumo de sustancias nocivas entre otros problemas disminuirían; si los padres supieran ser una fuente activa de información para sus hijos (Parra y Oliva, 2002).

Es decir, el diálogo ayuda a conocer a los hijos, les permite expresarse y nombrar sus emociones y al hacerlo se reducen los malestares que pudieran estar provocando comportamientos inadecuados. La mayoría de las veces, al identificar el sentimiento, el adolescente se calma y cambia su actitud. Así cuando los padres ponen límites, deben restringir los actos, no los sentimientos de sus hijos, lo cual mejora la relación y la aceptación de la autoridad de los padres. El diálogo desarrolla la empatía y la escucha activa, lo cual

genera un vínculo de confianza que mejora los sentimientos en la relación padres e hijos.

Escuchar empáticamente a los hijos, provoca en ellos una reflexión honesta, lo cual les ayuda a recomponer lo que consideren incorrecto y evitar conductas de riesgo que los vulneren.

Conclusiones

A continuación, se presentan los hallazgos de esta investigación. La cual permitió consultar, estudiar, referir y citar escritos que aportaron información de la materia mediante un proceso de investigación documental. Investigación que tuvo como objetivo identificar la manera en que los estilos de crianza de los padres y las madres son relevantes en relación con las vulnerabilidades del hijo adolescente. Así como exponer las principales vulnerabilidades del adolescente hombre mexicano, su dinámica familiar, la influencia de esta en las vulnerabilidades de los adolescentes, la clasificación de los estilos de crianza más habituales y las conductas de los padres y madres que inciden en la prevención de las vulnerabilidades de los adolescentes.

De acuerdo con el Ministerio de Salud del gobierno de Chile (2013) la adolescencia es determinante en cómo se vivirá la edad adulta debido a que en esa edad se adquieren la mayoría de los hábitos que originan el tabaquismo, sedentarismo, adicciones, actividad sexual riesgosa, problemas metabólicos, drogadicción, deserción escolar, pobreza, invalidez, suicidios y homicidios.

La OPS (2019), la OMS (2019, 2022) y el INSP (2020) afirman que la violencia, la alimentación inadecuada y los trastornos de la salud mental han ido en aumento y son retos que vulneran a los adolescentes. Así también, Silva y Pillón (2004) mencionan que el consumo de drogas y alcohol proviene del hogar ya que los hijos de padres que abusan del alcohol y de las drogas tienen mayor propensión a consumir estas sustancias. Por su parte, Castaño, Arango, Morales, Rodríguez y Montoya (2013) asocian el consumo de drogas con prácticas sexuales de alto riesgo.

Otra situación de riesgo es el abandono escolar, Domínguez-Alonso, López-Castedo y Nieto-Campos (2018) y el INEE (2019a) aseguran que los hombres son los que más abandonan la escuela y también son quienes llevan a cabo acciones violentas más intensas, pero también sufren más agresiones en la escuela.

La escuela no siempre es un espacio de protección, pero el hogar si debe serlo. La mayor protección que los adolescentes tienen es su familia, pues de acuerdo con Serrano, Rodríguez y Mirón (1996) las buenas relaciones familiares operan en la adaptación personal y social de los individuos y en la asunción de normas. De ahí la función central de la familia como agente de socialización y ajuste social. También Sabroso, Jiménez y Lledó (2011) mencionan que la génesis de determinados comportamientos psicopatológicos y conductas socialmente desviadas se encuentran en el hogar y Valenzuela, Ibarra y Correa (2013) afirman que el apoyo de la familia es fundamental para lograr una transición a la adultez de manera exitosa.

Sin embargo, hay roles culturales que dificultan la armonía en el hogar. Salguero (2006), la Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, la Fundación de la Familia, la Fundación Integra y el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (2003e) mencionan que a las mujeres se les ha asignado el espacio privado de la casa y la crianza de los hijos, en tanto que a los hombres se les asigna el espacio público del trabajo y la manutención. Esto impide, culturalmente, a los hombres participar en la crianza. También Aldeas Infantiles SOS Internacional, la Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar (2011) y la UNICEF (2018b) mencionan que el mandato cultural exime a los padres hombres de esas responsabilidades, legitima la violencia y el abandono de ellos en un contexto de fuerte machismo.

Pero la Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, la Fundación de la Familia, la Fundación Integra, el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (2003b) y la UNICEF (2014a, s.f.a) afirman que, si bien los expertos del desarrollo y la psicología enfatizan el rol de la madre en el desarrollo infantil, la presencia activa del hombre es esencial en todos los espacios de crianza.

En ocasiones se rompe la armonía en la pareja y surgen las discordias matrimoniales. Cuando es el caso, Ramírez (2004) afirma que es mejor el divorcio que perpetuar las agresiones ya que los hijos son expuestos a violencia lo cual conduce a problemas de conducta en el adolescente. La desintegración familiar puede originar abandono del adolescente, lo cual

de acuerdo con Aldeas Infantiles SOS Internacional y la Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar (2011) expone a los adolescentes a la pobreza, exclusión, explotación, salud precaria, abandono escolar e inadecuada alimentación.

Estas vulnerabilidades se enlazan con los cambios en la personalidad durante la adolescencia. De acuerdo con la UNICEF (2021e, 2021f) durante la adolescencia el cerebro es muy sensible a neurotransmisores que intervienen en la toma de decisiones, gratificaciones, el apetito, el sueño y el estado de ánimo (UNICEF, 2021e; UNICEF, 2021f). Lo cual define muchos cambios, como darles mucha importancia a las amistades (UNICEF, 2021b), importancia excesiva a estar en línea, ya que cada invitación, mensaje, 'me gusta' activa la gratificación o una amenaza en el adolescente (UNICEF, 2021b; UNICEF, 2021h). Además de buscar conductas de riesgo (UNICEF, 2021g).

Para la SIPINNA (2022), la crianza es la actividad más importante de parte de los padres en el desarrollo de los niños y Valenzuela, Ibarra, Zubarew y Correa (2013) afirman que se reportan menos conductas de riesgo cuando los padres son capacitados en habilidades básicas en crianza. Por su parte, Isaza (2012) menciona que, de manera general, los estilos de crianza se clasifican en permisivo, autoritario y participativo. A los estilos permisivos y autoritarios se les dificulta desarrollar la autonomía. En cambio, el estilo participativo, favorece la autonomía al convenir límites claros con consecuencias claras y coherentes, de acuerdo con la capacidad del niño.

Un aspecto crucial en la crianza de los hijos es el establecimiento de límites. De los cuales la UNICEF (2019, s.f.a) afirma que, si los límites se establecen por medio del ejemplo y el acompañamiento, se logra una mejor armonía en el hogar y los niños se forman un criterio propio y controlan sus impulsos. Impulsos que pueden generar conflictos, los cuales deben ser resueltos en un ambiente de afecto. De acuerdo con UNICEF, (2019) uno de los fundamentos de un hogar afectuoso es que haya un buen clima emocional en el que los conflictos se resuelven con una comunicación honesta y sin represalias. Isaza (2012) añade que aun cuando

se crea haber resuelto un conflicto, sucede que no hubo perdón. Si es necesario, se debe dialogar nuevamente para llegar al perdón y la reconciliación. Los padres deben perdonar y pedir perdón de manera humilde cuando hayan actuado de manera incorrecta.

Cuando los padres o los hijos piden perdón, se comunican sentimientos personales y profundos que requieren mucha confianza. La Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer, la Fundación de la Familia, Fundación Integra y el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (2003f) afirman, en cuanto a la comunicación, que la empatía y la escucha activa siembran la confianza antes de llegar a la adolescencia, así es más probable que los hijos confíen en sus padres durante la adolescencia. Siendo precisamente este periodo en que las dificultades de comunicación son mayores.

Si bien la confianza es fundamental en la comunicación, también lo es el respeto. El adolescente respeta a los adultos si estos son consecuentes con sus actos. Por eso, lo que los padres hacen es más importante que lo que dicen (UNICEF, 2019). Con esto, se espera que los padres sean un buen ejemplo, pues la adolescencia es una edad en que se establecen hábitos y comportamientos que pueden dirigir el rumbo de la vida adulta y se presentan patrones de conducta que afectan su bienestar y su correcto desarrollo (INSP, 2020).

Los padres deben conocer anticipadamente la responsabilidad de criar a sus hijos. Como pareja, es crucial convenir en lo que respecta a los quehaceres del hogar, la manutención de la familia y el estilo de crianza más adecuado. Se recomienda acudir a talleres para padres, lectura de libros y conferencias que informen de los retos y posibles soluciones en la crianza de los hijos. También ayuda acercarse a otras parejas que ya hayan criado o están criando una familia, es también necesario conocer los retos y la administración del tiempo y recursos de la familia.

Ambos padres deben estar dispuestos a apartar y pasar tiempo de calidad con su familia, respetar y amar a sus hijos y cónyuge; ser conscientes de los retos profesionales y personales que conlleva el embarazo y la crianza de los hijos; así como buscar equilibrar su

vida profesional, de padres y cónyuges. Reconocer que se es perfectible y que siempre hay solución a los retos de la vida si los padres y los hijos son leales a sus convenios familiares y se recurre al amor y al perdón.

Por medio de la asesoría, acción y consultoría de profesionales en el comportamiento humano, psicólogos; los gobiernos pueden incidir en políticas públicas que tomen como ejes la salud mental y física de la familia y sus hijos.

La investigación y acción de psicólogos puede mejorar los espacios escolares, por medio de talleres al personal escolar. Los espacios pueden adaptarse para ser más acogedores y seguros para los estudiantes. Al mismo tiempo se pueden aplicar pruebas para conocer y mejorar el aspecto emocional de los estudiantes por medio de pláticas, talleres, terapia grupal e individualizada. También es necesaria la consultoría de psicólogos para la elaboración de libros de texto que coadyuven en la educación con perspectiva de género y la enseñanza del respeto a los derechos de niños y adolescentes.

También, la asesoría de psicólogos puede mejorar espacios de recreación y convivencia sana para las familias. Los espacios públicos pueden ser lugares de recreación, descanso y armonía en los cuáles la práctica de activación física, técnicas de relajación y actividades lúdicas de integración familiar y comunitaria pueden ser guiadas por profesionales de la psicología.

Asimismo, se pueden promulgar leyes bajo la asesoría de expertos en el comportamiento y la familia que mejoren el trato equitativo y la observancia a los derechos de los niños y adolescentes. Leyes que de manera previa den pie a foros, consultas y participación acerca de las responsabilidades de hombres y mujeres en el hogar y el espacio público, así como visibilizar los retos y oportunidades de la adolescencia en la sociedad mexicana.

El área psicológica en cada centro comunitario y de salud plantea ventajas, al incidir en una mejor convivencia familiar y comunitaria de manera preventiva y correctiva por medio de talleres, pláticas, consultas, contención en crisis y terapias. Así como brindar información de

conductas de riesgo en las familias: adicciones, alimentación, bienestar emocional, sexualidad, entre otros temas.

Derivado de la atención en centros comunitarios y de salud, psicólogos pueden intervenir en familias donde haya condiciones incipientes que en el futuro puedan vulnerar a los niños y adolescentes de la familia. La terapia de pareja y familiar incide en la mejora de conductas de los padres para la atenuación de riesgos en los adolescentes. Así también se pueden brindar pláticas de habilidades de crianza, actividades recreativas y de convivencia familiar para la mejora de la armonía en el hogar.

Referencias

Bibliografía

- Barudy, J. y Dantagnan, M. (2006). *Los buenos tratos a la infancia*. Gedisa Editorial.
- González, M. (2015). *Sobrepeso y obesidad en adolescentes de Saltillo, Coahuila, México: asociación con variables clínicas, bioquímicas e hígado graso y una propuesta de intervención educativa integral*. [Tesis doctoral].
- Papalia, D., Feldman, R., Martorell, G., Berber, E., y Vázquez, M. (2012). *Desarrollo humano (12a ed.)*. McGraw-Hill/Interamericana Editores.
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo. El ciclo vital*. McGraw Hill.
- Subirats, J., Riba C., Giménez, L., Obradors, Giménez, M., Queralt, D., Bottos, P. y Rapoport, A. (2004). *Pobreza y exclusión social Un análisis de la realidad española y europea*. J.J. Serveis d'Informàtica S.L.
- Valdés, T. y Olavarría J. (eds.). (1997). *Masculinidad/es. Poder y crisis*. Chile. Editorial Isis Internacional.
- Watzlawick, P., Beavin J. y Jackson D. (1991). *Teoría de la comunicación humana*. Herder Editorial.

Cibergrafía

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL]. (2020). *Crisis provocada por COVID-19 podría causar aumento significativo del trabajo infantil en América Latina y el Caribe*. CEPAL. <https://www.cepal.org/es/comunicados/crisis-provocada-covid-19-podria-causar-aumento-significativo-trabajo-infantil-america>
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH]. (2022). *Día de la familia*. <https://www.cndh.org.mx/noticia/dia-de-la-familia>
- Consejo Nacional de Población [CONAPO]. (2020). *La composición de las familias y hogares mexicanos se ha transformado en décadas recientes como resultado de cambios*

demográficos y sociales. <https://www.gob.mx/conapo/articulos/la-composicion-de-las-familias-y-hogares-mexicanos-se-ha-transformado-en-las-recientes-decadas-como-resultado-de-cambios-demograficos?idiom=es#:~:text=En%20el%20pa%C3%ADs%20se%20identifican,maternidad%3B%20parejas%20de%20adultos%20cuyas>

Expansión. (2018). *Los jóvenes en reclusión: su perfil, las causas y los riesgos*.

<https://politica.expansion.mx/mexico/2018/11/21/los-jovenes-en-reclusion-su-perfil-las-causas-y-los-riesgos>

Fondo de las Naciones Unidas para la infancia [UNICEF]:

____ (s.f.a) *El rol del padre en el proceso de la crianza y cuidado*.

<https://www.unicef.org/panama/el-rol-del-padre-en-el-proceso-de-la-crianza-y-cuidado>

____ (s.f.b). *Herramientas para la crianza positiva y el buentrato*. UNICEF.

<https://www.unicef.org/mexico/herramientas-para-la-crianza-positiva-y-el-buentrato>

____ (s.f.c). *Protección a la niñez y adolescencia*.

<https://www.unicef.org/mexico/proteccion-la-ninez-y-adolescencia>

____ (s.f.d). *Protección contra la violencia*. <https://www.unicef.org/mexico/proteccion-contra-la-violencia>

____ (2021). *Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños y los jóvenes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas*. UNICEF.

<https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/aumenta-la-preocupacion-por-el-bienestar-de-los-ninos-y-los-jovenes-ante-el-incremento-del-tiempo-que-pasan-frente-a-las-pantallas>

Instituto de Estadística y Geografía [INEGI]:

____ (s.f.a) *Características de los hogares*. <https://www.inegi.org.mx/temas/hogares/>

____ (s.f.b). *Cuéntame de México. Población. Hogares*. INEGI.

<https://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/hogares.aspx?tema=P#:~:text=A%20su%20vez%20se%20divide,tambi%C3%A9n%20constituye%20un%20hogar%20nuclear>.

____ (2022). *Defunciones por homicidio*. INEGI.

[https://www.inegi.org.mx/sistemas/olap/proyectos/bd/continuas/mortalidad/defuncionesh
om.asp?s=est](https://www.inegi.org.mx/sistemas/olap/proyectos/bd/continuas/mortalidad/defuncionesh
om.asp?s=est)

Instituto Nacional de las Mujeres [INMUJERES]. (2018). *Las Madres en Cifras*.

<https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/las-madres-en-cifras>

Organización Mundial de la Salud [OMS]:

____ (2020). *Datos y cifras. Salud de los Adolescentes*. OMS.

https://www.who.int/features/factfiles/adolescent_health/facts/es/

____ (2022). *Salud del adolescente y el joven adulto*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

Organización Panamericana de la Salud [OPS]:

____ (2014). *La OPS/OMS llama a que se preste mayor atención a la salud de los adolescentes para evitar muertes y mejorar su salud*. Oficina Regional Para las Américas.

https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=9579:2014-pahowho-adolescents-health-prevent-deaths-improve-health&Itemid=1926&lang=es

____ (2018a). *La salud de los adolescentes y jóvenes en la región de las Américas*. OPS.

<https://www.paho.org/es/documentos/salud-adolescentes-jovenes-region-americas>

____ (2018b). *Salud mental del adolescente*. Campus virtual de salud pública.

<https://argentina.campusvirtualesp.org/salud-mental-del-adolescente>

____ (2019). *La mitad de todas las muertes de los jóvenes en las Américas se pueden prevenir*. OPS.

https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15007:half-of-all-deaths-of-young-people-in-the-americas-can-be-prevented&Itemid=1926&lang=es

Ortega. A. (2018). *Los jóvenes en reclusión: su perfil, las causas y los riesgos*. Expansión.

<https://politica.expansion.mx/mexico/2018/11/21/los-jovenes-en-reclusion-su-perfil-las-causas-y-los-riesgos>

Red por los Derechos de la Infancia en México [REDIM]. (2022). *Causas de muerte de infancia y adolescencia en México*.

<https://public.tableau.com/app/profile/indicadores.redim/viz/CausasdemuertedeinfanciayadolescenciaenMexico/1>

Secretaría de Salud [SSA]. (2015). *¿Qué es la adolescencia?* Gobierno de México. Secretaría de Salud.

<https://www.google.com/search?q=Secretar%C3%ADa+de+Salud+%5BSSA%5D.+%282015%29.+%C2%BFQu%C3%A9+es+la+adolescencia%3F&oq=Secretar%C3%ADa+de+Salud+%5BSSA%5D.+%282015%29.+%C2%BFQu%C3%A9+es+la+adolescencia%3F&aqs=chrome..69i57j33i160i4.534j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

Documentos especializados

Aldeas Infantiles SOS Internacional y Red Latinoamericana de Acogimiento Familiar [RELAF].

(2011). *Niños, niñas y adolescentes sin cuidados parentales en América latina*.

Azaola, E. (2015). *Diagnóstico de las y los adolescentes que cometen delitos graves en México*.

Barahona, M. (2006). *Familias, hogares, dinámica demográfica, vulnerabilidad y pobreza en Nicaragua*. CEPAL.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL]:

____ (2020). *La pandemia del COVID-19 profundiza la crisis de los cuidados en América Latina y el Caribe*.

____ (2021a). *Encuestas de ingresos y gastos de los hogares. Experiencias recientes en América Latina y el Caribe*.

_____ (2021b). *La autonomía económica de las mujeres en la recuperación sostenible y con igualdad.*

Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]:

_____ (2020a). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19.*

_____ (2020b). *Salud y economía: una convergencia necesaria para enfrentar el COVID-19 y retomar la senda hacia el desarrollo sostenible en América Latina y el Caribe.*

_____ (2020c). *Violencia contra niñas, niños y adolescentes en tiempos de COVID-19.*

Comisión Europea, Fondo Monetario Internacional, Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico, Naciones Unidas y Banco Mundial. (2016). *Sistema de Cuentas Nacionales 2008.*

Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH]. (2018). *Las familias y su protección jurídica.* [Tríptico].

Fondo de las Naciones Unidas para la infancia [UNICEF]:

_____ (s.f.a). *Herramientas para la crianza. Criar sin violencia.* UNICEF.

_____ (s.f.b). *La agenda de la infancia y la adolescencia 2019-2024.* UNICEF.

_____ (s.f.c). *Sin violencia se educa mejor.* UNICEF.

_____ (2014a). *Guía de paternidad activa para padres.* UNICEF.

_____ (2014b). *Vulnerabilidad y exclusión en la infancia.* Huygens Editorial.

_____ (2015a). *Diagnóstico de las y los adolescentes que cometen delitos graves en México.* UNICEF.

_____ (2015b). *Una aproximación a la situación de adolescentes y jóvenes en América Latina y El Caribe a partir de evidencia cuantitativa reciente.* UNICEF.

_____ (2017a). *Constitución política e infancia.* UNICEF.

_____ (2017b). *Una situación habitual Violencia en las vidas de los niños y adolescentes.* UNICEF.

- ____ (2018a). *Los derechos de la infancia y la adolescencia en México*. UNICEF.
- ____ (2018b). *Talleres de crianza. Guía para replicar la iniciativa*. UNICEF.
- ____ (2018c). *Violencia en las escuelas: una lección diaria*. UNICEF.
- ____ (2019). *Trato bien. Guía para la puesta de límites no violentos en el ámbito familiar, dirigida a madres, padres y adultos al cuidado de niños, niñas y adolescentes*. UNICEF.
- ____ (2020). *También en tiempos de COVID-19, insistimos en decir NO a la violencia en el hogar ¿Cómo podemos ayudar a prevenir la violencia?* UNICEF.
- ____ (2021a). *Informe anual México 2020*. UNICEF.
- ____ (2021b). *Adolescentes. Amigos*. UNICEF.
- ____ (2021c). *Adolescentes. Características*. UNICEF.
- ____ (2021d). *Adolescentes. Intimidación*. UNICEF.
- ____ (2021e). *Adolescentes. Neurodesarrollo*. UNICEF.
- ____ (2021f). *Adolescentes. Pandemia*. UNICEF.
- ____ (2021g). *Adolescentes. Riesgos*. UNICEF.
- ____ (2021h). *Adolescentes, Uso de tecnología y pantallas*. UNICEF.

Fundación para la Promoción y Desarrollo de la Mujer [PRODEMU], Fundación de la Familia, Fundación Integra y Fondo de las Naciones Unidas para la infancia [UNICEF]:

- ____ (2003a). *¿Te suena familiar? Cada hijo un nuevo desafío*.
- ____ (2003b). *¿Te suena familiar? Compartir responsabilidades en la crianza*.
- ____ (2003c). *¿Te suena familiar? Desarrollo y derechos de niños y niñas*.
- ____ (2003d). *¿Te suena familiar? El día que me convertí en papá o en mamá*.
- ____ (2003e). *¿Te suena familiar? Expresar los sentimientos*.
- ____ (2003f). *¿Te suena familiar? La comunicación en familia*.
- ____ (2003g). *¿Te suena familiar? La familia que hemos construido*.
- ____ (2003h). *¿Te suena familiar? La historia familiar*.
- ____ (2003i) *¿Te suena familiar? Padres: ¿amigos o autoridad?*

Instituto Nacional de Geografía y estadística [INEGI]:

- _____ (s.f.). *Encuesta Nacional sobre Discriminación 2017*. INEGI.
- _____ (2015). *Estadísticas a propósito del... Día Nacional de la Familia Mexicana (1 de marzo)*. INEGI.
- _____ (2020a). *Defunciones por homicidio*. INEGI.
- _____ (2020b). *Estadísticas a propósito del día internacional de la juventud*. INEGI.
- _____ (2020c). *Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del suicidio*. INEGI
Datos nacionales.
- _____ (2021a). *Estadísticas a propósito del día mundial contra el trabajo infantil. Datos nacionales*. INEGI.
- _____ (2021b). *Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del suicidio (10 de septiembre)*. INEGI.
- _____ (2021c). *Módulo sobre el ciberacoso 2020*. INEGI.
- _____ (2022a). *Estadísticas a propósito del Día Internacional de la Niña*. INEGI
- _____ (2022b). *Estadísticas a propósito del 10 de mayo. Datos nacionales*.

Instituto Nacional de Salud Pública [INSP]:

- _____ (2018). *ENSANUT Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018*.
- _____ (2020). *ENSANUT Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018-19. Resultados nacionales*. INSP.

Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación [INEE]:

- _____ (2019a). *La educación obligatoria en México. Informe 2019*. INEE.
- _____ (2019b). *Panorama Educativo de México. Indicadores del Sistema Educativo Nacional 2018. Educación básica y media superior*. INEE.

Isaza, L. (2012). *Sin golpes, ni gritos. Descubriendo la crianza positiva*. Save the children.

Ministerio de Salud. Gobierno de Chile. (2013). *Programa Nacional de Salud Integral de Adolescentes y Jóvenes. Plan de Acción 2012-2020. 2a edición*.

Naciones Unidas. (2015). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*.

Oberst, E. y Ruiz, J. (2014). *Manual introductorio a la psicología adleriana*.

Organización de los Estados Americanos [OEA]. (1990). *Cumbre mundial en favor de la infancia*.

Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (1989). *Convención sobre los Derechos del Niño*.
ONU

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO].
(2017). *Más de la Mitad de los Niños y Adolescentes en el Mundo No Está Aprendiendo*.
Instituto de Estadística de la UNESCO.

Organización Internacional del Trabajo [OIT]. (2018). *Mujeres y hombres en la economía informal: Un panorama estadístico*.

Organización Mundial de la Salud [OMS]:

_____ (2006). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud. Documentos básicos, suplemento de la 45a edición*.

_____ (2014) *Prevención del suicidio un imperativo global*.

_____ (2021). *Salud del adolescente y el joven adulto*. OMS.

Organización Panamericana de la Salud [OPS]:

_____ (2006). *Familias Fuertes: Programa Familiar para Prevenir Conductas de Riesgo en Jóvenes. Guía para el Facilitador*. OPS.

_____ (2014a). *La OPS/OMS llama a que se preste mayor atención a la salud de los adolescentes para evitar muertes y mejorar su salud*.

_____ (2014b). *Prevención del suicidio un imperativo global*. OMS.

_____ (2018). *Salud mental del adolescente*. Campus virtual de salud pública.

_____ (2019a). *La mitad de todas las muertes de los jóvenes en las Américas se pueden prevenir*.

_____ (2019b). *Masculinidades y Salud en la Región de las Américas*. OPS: Estados Unidos.

Pinheiro, S. (2006). *Informe mundial sobre la violencia contra los niños y niñas*. Nueva York, Naciones Unidas.

Salazar, I. (2013). *Educación Intercultural para la Paz y la Convivencia Escolar en el Estado de México, Cátedra UNESCO*.

Secretaría de Gobernación [SEGOB]:

____ (s.f.). *Ficha temática personas jóvenes*.

____ (2021). *Discriminación en contra de niñas, niños y adolescentes*.

Secretaría de Salud [SSA]:

____ (2015). *¿Qué es la adolescencia?*

____ (2017). *Encuesta Nacional de Consumo de Drogas Alcohol y Tabaco 2016-2017*. SSA.

Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes [SIPINNA]. (2022). *Crianza y participación: la importancia de escuchar a niñas y niños*.

Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia [SNDIF]. (s.f.). *Límites y berrinches*. Gobierno de México.

Hemerografía

Acevedo, K., Quejada, R. y Yáñez, M. (2011). Determinantes y consecuencias del trabajo infantil: Un análisis de la literatura. *Revista Facultad de Ciencias Económicas: Investigación y Reflexión*, XIX(1), 113-124.

Arvelo, L. (2004). Maternidad, paternidad y género. *Otras Miradas*, 4(2) 92-98.

Cámara de Diputados. (2021). Sobrepeso y obesidad en México: afectaciones a la salud. *Revista Legislativa CESOP*. 171, 1-16.

Castaño, G., Arango, E., Morales, S., Rodríguez, A. y Montoya, C. (2013). Riesgos y consecuencias de las prácticas sexuales en adolescentes bajo los efectos de alcohol y otras drogas. *Revista Cubana de Pediatría*, 85(1), 36-50.

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2009). Maltrato infantil: una dolorosa realidad puertas adentro. *Desafíos Boletín de la infancia y adolescencia sobre el avance de los objetivos de desarrollo del Milenio*, 9, 1-12.
- Darling, N. y Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113, 487-496.
- Domínguez-Alonso, J., López-Castedo, A. y Nieto-Campos, B. (2019). Violencia escolar: diferencias de género en estudiantes de secundaria. *Revista Complutense de Educación*. 30(4), 1031-1044.
- Eraso, J., Bravo, Y. y Delgado, M. (2006). Creencias, actitudes y prácticas sobre crianza en madres cabeza de familia en Popayán: un estudio cualitativo. *Revista de Pediatría*, 41(3), 23-40.
- Florenzano, R., Valdés, M., Cáceres, E., Santander, S., Aspillaga, C. y Musalem, C. (2011). Relación entre ideación suicida y estilos parentales en un grupo de adolescentes chilenos. *Revista Médica de Chile*, 139(12), 1529-1533.
- González, M. (2017). La familia mexicana: su trayectoria hasta la posmodernidad. Crisis y cambio social. *Psicología Iberoamericana*, 25(1), 21-29.
- González-Pérez, G. y Vega-López, M. (2019). Homicidio juvenil en México y su impacto en la esperanza de vida masculina: variaciones geográficas y factores asociados. *Salud colectiva*, 15, 1-16.
- Hillis, H., Juliette, U., Chen, Y., Cluver, Lucie., Sherr, L., Goldman, Ph. Ratmann, O., Donnelly, C., Bhatt, S., Villaveces, A., Butchart, A., Bachman, G., Rawlings, L., Green, Ph., Nelson III, Ch., y Flaxman, S. (2021). Global minimum estimates of children affected by COVID-19-associated orphanhood and deaths of caregivers: a modelling study. *The Lancet* 398, 391-402.

- Linares-Sevilla, V. y Salazar-Bahena, L. (2016). Conflictos en los entornos familiar y escolar en el nivel medio superior. *Ra Ximhai*, 12(3), 181-194.
- Maneiro, L., Gómez-Fraguela, J. y Sobral, J. (2016). Maltrato infantil y violencia familiar: Exposición dual y efectos en la transgresión adolescente. *Revista Mexicana de Psicología*, 33(2), 111-120.
- Olaiz-Fernández, G., Rojas, R., Aguilar-Salinas, C., Rauda, J. y Villalpando, S. (2007). Diabetes mellitus en adultos mexicanos. Resultados de la Encuesta Nacional de Salud 2000. *Salud Pública de México*, 49(3), S331-S337.
- Parra A. y Oliva A. (2002). Comunicación y conflicto familiar durante la adolescencia. *Anales de psicología*, 18(2), 215-231.
- Porras, H. y Quesada, A. (2009). Personas menores de edad involucradas en conflictos de pareja: Implicaciones sociales. *Medicina Legal de Costa Rica*, 26(2), 29-41.
- Ramírez, M. (2004). Conflictos entre Padres y Desarrollo de los Hijos Convergencia. *Revista de Ciencias Sociales*, 11(34), 171-182.
- Renes, V. y Lorenzo, J. (2010). El impacto de la crisis en los hogares con menores: pobreza y exclusión social en la infancia. *Educación Social*, 46, 29-47
- Rodrigo, M J., Máiquez, M. L., García, M, Mendoza, R., Rubio, A., Martínez, A. y Martín, J. C. (2004). Relaciones padres-hijos y estilos de vida en la adolescencia. *Psicothema*, 16(2), 203-210.
- Sabroso, A., Jiménez, M. y Lledó, A. (2011). Problemas familiares generadores de conductas disruptivas en alumnos. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 423-432.
- Salguero, A. (2006). Identidad, responsabilidad familiar y ejercicio de la paternidad en varones del Estado de México. *Papeles de población*, 12(48), 155-179.
- Sánchez-Queija, I. y Oliva, A. (2003). Vínculos de apego con los padres y relaciones con los iguales durante la adolescencia. *Revista de Psicología Social*, 18(1), 71-86.

- Sauceda-García, J.M., Olivo-Gutiérrez, N.A., Gutiérrez, J. y Maldonado-Durán, M. (2006). El castigo físico en la crianza de los hijos. Un estudio comparativo. *Boletín Médico Hospital Infantil de México*, 63(6), 382-388.
- Serrano, G., Godás, A., Rodríguez, D. y Mirón, L. (1996). Perfil psicosocial de los adolescentes españoles. *Psicothema*, 8(1), 25-44.
- Silva, I. y Pillon, S. (2004). Factores protectores y de riesgo asociados al uso de alcohol en adolescentes hijos de padre alcohólico, en el Perú. *Rev Latino-am Enfermagem*, 12, 359-368.
- Valenzuela, M., Ibarra, A., Zubarew T. y Correa L. (2013). Prevención de conductas de riesgo en el Adolescente: Rol de familia. *Index de Enfermería*, 22(1-2), 50-54.
- Villalpando, S., de la Cruz, V., Rojas, R., Shamah-Levy, T., Ávila, M., Gaona, B., Rebollar, R. y Hernández, L. (2010). Prevalence and distribution of type 2. A probabilistic survey. *Salud Pública de México*, 52(1), 19-26.
- Warshak, R. (2001). Current controversies regarding parental alienation syndrome. *American Journal of Forensic Psychology*, 19(3), 29-59.