

Los adolescentes se benefician de pasar más tiempos con sus padres

Los encuentros con papá podrían proveer el mayor fomento en la autoestima y las habilidades sociales, sugiere una investigación

Dirección de esta página: http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/news/fullstory_128474.html (*estas noticias no estarán disponibles después del 11/19/2012)

Traducido del inglés: martes, 21 de agosto, 2012



MARTES, 21 de agosto (HealthDay News) -- Con frecuencia, los padres dan por sentado que pasarán menos tiempo con sus hijos en la adolescencia. Pero un estudio reciente sugiere que aunque los adolescentes intentan evitar estar mucho rato con sus padres y sus amigos al mismo tiempo, los encuentros privados entre padres e hijos podrían en realidad aumentar en estos años críticos.

Y eso podría aumentar la autoestima y confianza social del adolescente, sobre todo si pasa tiempo con papá, añadieron los investigadores.

"Se cree comúnmente que hay algo de la adolescencia que separa a padres e hijos", apuntó la coautora del estudio Susan McHale, profesora de desarrollo humano de la Universidad Estatal de Pensilvania. Pero, comentó, con frecuencia vuelven a acercarse a medida que el adolescente se vuelve más capaz de pensar de forma abstracta y se interesa más por las relaciones comunicativas.

El estudio aparece en la edición de agosto de la revista *Child Development*.

Los investigadores deseaban saber cómo el tiempo que pasaban con los padres afectaba la autoestima y el sentido de competencia social con los pares de los adolescentes.

McHale y colegas han estado estudiando la forma en que los niños pasan el tiempo desde principios de los 80. Hallaron que preguntar a las personas de forma retrospectiva lo que habían hecho hacía días o semanas no es tan preciso ni revelador como rastrear las actividades en tiempo real.

Por ello, crearon un estudio (longitudinal) a largo plazo al que invitaron a familias de 16 distritos escolares de la parte central de Pensilvania.

En cada familia, un adolescente, un hermano menor, la madre y el padre fueron entrevistados en casa, y luego se les preguntó sobre sus actividades y percepciones sobre sí mismos cinco veces en un periodo de siete años.

"Hablar con los niños por teléfono sobre lo que hicieron ese día realmente ofrece conocimiento sobre la realidad de su vida cotidiana", aseguró McHale. "En lugar de obtener información generalizada o procesada, es justo cuando las cosas están sucediendo, y en las palabras del propio niño. Es más difícil que se equivoquen, o que olviden algo".

Durante las entrevistas, se midió el sentido de autoestima de los niños usando un cuestionario de selección múltiple para describir sus sentimientos sobre sí mismos y cómo se llevaban socialmente con otros de su misma edad.

Las familias que participaron en el estudio se parecían mucho. Eran blancas, todas estaban encabezadas por una mamá y un papá, y tenían un estilo de vida de clase media y trabajadora en ciudades pequeñas, pueblos y comunidades rurales. La mayoría de las familias tenían de dos a tres hijos.

Al inicio del estudio, los hijos mayores tenían alrededor de once años, y sus hermanos más cercanos alrededor de

ocho. Los investigadores compensaron por el nivel educativo de los padres y factores asociados con su estado psicológico y satisfacción matrimonial, para asegurarse de que los problemas no afectaban a sus hijos ni las relaciones dentro de la familia.

Los autores se sorprendieron al descubrir que cuando los papás pasaban más tiempo solos con sus hijos adolescentes, los niños reportaban sentirse mejor sobre sí mismos. "Las mamás no carecían de importancia, pero en la mayoría de familias se toman más o menos por sentado", señaló McHale. "Los roles de las mamás son muy invariables: son cuidadoras, planificadoras de actividades".

Algo sobre el rol del papá en la familia parecía fomentar la autoestima entre los adolescentes del estudio, señaló McHale. La cantidad de tiempo que el papá estaba presente y si dedicaba o no parte de ese tiempo a estar con sus hijos fue lo que más diferenció a unas familias de otras, explicó.

El estudio también halló que los padres tienden a pasar incluso más tiempo con su segundo hijo adolescente que con el primero. ¿Por qué? Probablemente porque el nivel de comodidad en el manejo de un adolescente de los padres es mayor esa segunda vez, dijo McHale. "El primogénito es como una práctica", comentó.

Marta Flaum, psicóloga con un consultorio privado en Chappaqua, Nueva York, quien se especializa en niños y adolescentes, dijo que una pregunta importante es cómo se traducen estos hallazgos al mundo real, que es mucho más heterogéneo. "La muestra [del estudio] es tan pequeña y tan poco representativa de la mayoría de familias del país hoy en día, que no estoy segura de qué tanto podamos generalizar a partir de aquí", planteó. "Me gustaría ver que el estudio se replique en áreas urbanas y suburbanas".

En la comunidad de Flaum en el Condado de Westchester, no ve a muchos padres y adolescentes que pasan tiempo juntos, apuntó. "Los padres trabajan mucho, con horarios muy prolongados, y los niños tienen un horario demasiado apretado y demasiada sofisticación".

Aunque Flaum dice que cree que es verdad que mientras más tiempo pasen los niños con sus padres, más felices serán y más confianza sentirán en sí mismos, no cree que la mayoría de adolescentes tengan mucha exposición a sus padres hoy en día. "Con la creciente influencia de las pantallas y todo el mundo más conectado que nunca, temo que hay menos, no más, tiempo en familia".

Sin embargo, Flaum anima a los padres a sacar tiempo para sus hijos independientemente de sus otras responsabilidades. "Las investigaciones como esta nos recuerdan lo importante que es. El tiempo del que disponemos con ellos pasa tan rápido", comentó.

Artículo por HealthDay, traducido por Hispanicare

FUENTES: Susan McHale, Ph.D., professor, human development, Pennsylvania State University, University Park, Pa.; Marta Flaum, psychologist, Chappaqua, N.Y.; Aug. 21, 2012, *Child Development*

HealthDay

(c) Derechos de autor 2012, HealthDay

Temas relacionados en MedlinePlus

Crianza de los hijos [<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/parenting.html>]

Desarrollo del adolescente [<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/teendevlopment.html>]

Página actualizada 22 agosto 2012