

Crítica de Libros

Ser padres, ser hijos. Los desafíos de la adolescencia

Mario Izcovich

Gedisa – Barcelona – febrero 2017

El mercado editorial pone a nuestra disposición un libro original e interesante: Ser padres, ser hijos, obra de un distinguido Psicólogo y Psicoanalista, el Dr. Mario Izcovich, natural de Buenos Aires y residente en Barcelona desde hace 25 años. Actualmente Vicepresidente del Instituto de la Infancia de Barcelona y miembro de la Asociación Mundial de Psicoanálisis.

La tremenda originalidad de la publicación que se comenta reside en el hecho de que no son sólo los adolescentes los protagonistas, sino también los padres de los mismos, compartiendo justificado y destacado papel. Y asimismo el momento y circunstancias que rodean a tan recomendable texto: la coincidencia de la crisis vital de los adolescentes con el cuestionamiento de un mundo de oportunidades para los propios padres.

En esta segunda década del Siglo XXI la adolescencia de nuestros hijos, incesantemente cambiante, está poniendo en cuestión muchas de nuestras certidumbres, obligándonos a nuevas reflexiones sobre valores, creencias, cambio generacional, paso del tiempo y asimilación de nuestras propias frustraciones como padres sorprendidos ante tanta novedad, tanto conductual como ambiental, en esta delicada etapa de la vida.

El libro, que se lee con interés creciente, destaca el

aspecto creativo del “arte de ser padres”: no hay dos padres o madres iguales y no se crían dos hijos de la misma manera. El objetivo de la obra no pretende, por tanto, enseñar a ser padres: cada familia es un mundo y cada una ha de realizar su propio recorrido, recalca el autor. Esta obra surge de una enriquecedora experiencia: reuniones con padres y madres de adolescentes que han compartido problemas, dudas y temores; del estudio de estas preocupaciones se van a proponer soluciones y nuevas posibilidades de encuentro con nuestros hijos.

“Ser padres, ser hijos”, a través de 7 capítulos muy didácticamente redactados, va a explorar desde las sabidurías tradicionales hasta los más actuales modelos de familia, crianza y educación, destacando siempre cómo “la crianza de los hijos es uno de los mayores retos en la vida de los adultos”.

Estamos, pues, ante un libro dirigido a padres, pero también muy útil herramienta para los profesionales que trabajen en el campo de la adolescencia, con el Pediatra con siempre preferente papel en el cuidado de la salud y conducta del adolescente.

Dr. Carlos Marina

Pediatra y Médico Puericultor del Estado



Y llegó la adolescencia

Guía para Padres y Madres con hijos e hijas adolescentes.

Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz
Programa Municipal de Mediación Familiar - 2017

Con indudable y satisfactoria sorpresa nos encontramos con el brillante resultado de la ardua labor puesta en marcha desde el año 2001 por el Servicio de Infancia y Familia del Departamento de Intervención Social del Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, recientemente publicado. Se trata de un auténtico instrumento de ayuda, útil y sencillo, para muchos padres y madres con hijos que han iniciado recientemente la adolescencia o ya llevan un tiempo en esta etapa de la vida.

El mero hecho de tener hijos es probablemente la decisión más importante que pueden tomar las mujeres y los hombres tras su matrimonio. El Prof. Enrique Rojas, Catedrático de Psiquiatría de la Universidad Complutense, comentaba hace pocas semanas en una Tercera de ABC, la actual resistencia de los hombres entre 30 y 40 años de asumir la responsabilidad imprescindible para casarse y tener hijos. Es lo que el Profesor denominaba "Síndrome de Afrodita" constituido por mujeres en edad fértil defraudadas ante el egoísmo, inmadurez y materialismo de varones incapaces de decidir y desempeñar su papel de esposos y padres.

Una vez superado este grave obstáculo, el trabajo que comentamos se va a centrar en la preocupación generada en padres y madres, felizmente responsables, por la llegada de sus hijos a la adolescencia. Eta-

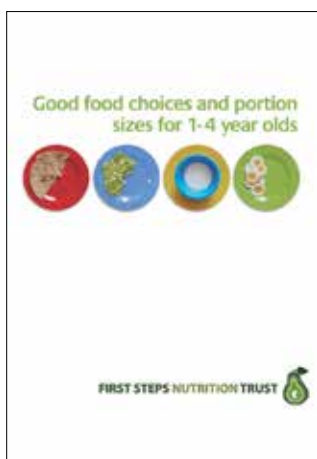
pa indudablemente difícil, de transición entre la niñez y la edad adulta. El hasta ahora niño quiere encontrar su propia identidad y adquirir autonomía. Se van a empezar a separar de las figuras paternas, pero, atención, ya no son niños, pero tampoco son todavía adultos y no tienen la madurez suficiente para conseguirlo.

El adolescente vive un conflicto interno entre la fuerte dependencia de sus padres y el deseo y necesidad de independencia. Niños hasta ahora complacientes se pueden mostrar de pronto vehementes y rebeldes. Este cambio puede desconcertar a los padres, quienes no saben bien cómo afrontar estos inesperados conflictos con sus hijos. Va a resultar complicado, en ocasiones, conseguir el equilibrio entre el control y autoridad sobre el adolescente, por un lado, y la concesión progresiva de mayores cotas de confianza y responsabilidad, por otro.

Esta GUÍA, cuya lectura recomendamos, se ha realizado con gran acierto teniendo en cuenta todas estas preocupaciones y el sentir de padres y madres de adolescentes que acuden al Programa Municipal de Mediación Familiar, creado como recurso de apoyo a la familia por el Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz.

Dr. Carlos Marina

Pediatra y Médico Puericultor del Estado



Selección de buenos alimentos y tamaño de las raciones para niños de 1 a 4 años

Dra. Helen Crawley. First Steps Nutrition Trust, 2016.
 Edited by Wordworks.

Estimulados por el firme convencimiento de la importancia y trascendencia de una adecuada alimentación durante los primeros cinco años de vida, se edita en el Reino Unido una interesante y original GUIA destinada expresamente a facilitar el “comer bien” de los niños entre 1 y 4 años de edad, valorando no solo la mejor calidad de los alimentos a ofrecer sino también la cantidad recomendable en cada ración.

El que una adecuada nutrición durante los primeros años de vida va a ser esencial no sólo para el mejor crecimiento sino también para el oportuno desarrollo físico y mental de estos niños es un hecho incontrovertible. El estimular y facilitar unos buenos hábitos nutritivos va a ser una importante tarea a desarrollar. La salud del niño como del futuro adulto están en juego. Este es el objetivo de esta GUIA tan detalladamente elaborada.

Llama la atención del lector interesado la enorme riqueza en imágenes de todo lo expuesto. Valiosas fotografías a todo color, tanto de los alimentos recomendados como de los platos o envases en que han de ser ofrecidos al niño, enriquecen y facilitan con gran amenidad cuanto ha de ser tenido en cuenta.

La GUIA va a proporcionar los más adecuados alimentos en las cantidades o raciones recomendadas en cada comida. Su objetivo: conseguir el balance o equilibrio necesario entre los diferentes componentes alimenticios ofrecidos para cubrir las necesidades energéticas y nutritivas de los niños en este grupo de edad (1 – 4 años).

El tamaño de cada ración o comida ofrecida se basa en el valor medio calculado para estos niños. Algunos comerán más, otros menos. Sin embargo siempre será útil tener una idea clara de la calidad y cantidad medias de alimentos a preparar en cada jornada.

La GUIA va a ser de utilidad manifiesta no solo para los familiares y cuidadores del niño, sino muy especialmente para los responsables de los comedores escolares, profesionales clave de los alimentos a cocinar y servir en la cantidad y calidad requeridas.

Todo ello, como siempre, bajo a la autorizada supervisión del Pediatra.

Carlos Marina

Pediatra y Médico Puericultor del Estado