

Número 41  
Sep - Nov de 2018  
ISSN 1794-502x

# Apuntes de familia

**Los riesgos**  
de la ausencia del padre

**Rebeldía en los hijos:**  
¿cómo entenderla y  
atenderla?

**Familia-Colegio:**  
una relación necesaria  
para educar a los hijos  
en la excelencia humana

## Educación!

Padres implicados y formadores

# CURSO EN NEUROCIENCIAS APLICADAS A LAS RELACIONES FAMILIARES



INSCRIPCIONES  
ABIERTAS

Fecha inicio: 17 octubre 2018

## Módulos:

- Fundamentación en Familia.
- La neurociencia aplicada a los vínculos familiares.

Instituto de La Familia

instituto.familia@unisabana.edu.co  
3145477679

Sara María Coronado Díaz  
Gerente Programas y Proyectos Corporativos  
sara.coronado@unisabana.edu.co

PBX. 8615555 Ext. 54533/ 43101 / 43102



Universidad de  
**La Sabana**

## CONTENIDO



Editorial	2
Los riesgos de la ausencia del padre	4
Rebelión en los hijos: ¿cómo entenderla y atenderla?	6
Las nuevas tecnologías y los cambios en la interacción social	10
Espíritu de servicio: ¿se nace o se hace?	14
Familia-Colegio: una relación necesaria para educar a los hijos en la excelencia humana	18
Juego vs. riesgo: juegos virales que ponen en riesgo a los niños y adolescentes	26
Jugar no debe pasar de moda	28
Microorganismos: ¿qué son y cómo prevenir su contagio?	30
Noviazgo en los hijos: Orientaciones para padres de familia.	32
The Family Voices: una estrategia para comunicar la riqueza de la familia	36

240.000  
SUSCRIPTORES

Suscríbese a la revista Apuntes de Familia por un valor de \$40.000 anuales en Bogotá y \$45.000 fuera de la ciudad, para recibir la edición física trimestral. O a través de [www.pasalapagina.com](http://www.pasalapagina.com) o [www.revisterovirtual.com](http://www.revisterovirtual.com) para recibir la edición digital trimestral.

### Más información:

Teléfono 861 55 55 Ext. 43101-43102. Celular. 310 200 35 18  
[www.unisabana.edu.co/institutodelafamilia](http://www.unisabana.edu.co/institutodelafamilia)

### Dirección

Ana Margarita Romero de Wills

### Comité Editorial

Cristian Conen, Juan Camilo Díaz, Margarita María Delgado, María Camila Gil, Armando Gómez, Adriana Patricia Guzmán, Elsa Cristina Robayo, Felipe Vargas, Sara Coronado

### Colaboradores

José A. Alcázar, Carolina Arboleda, Marcela Artunduaga, Mónica Bischoff, Ximena Campos, Andrés Cano, Harold Cañavera, Álvaro Cifuentes, Cristian Conen, Juan Camilo Díaz, Edgar García, Soraya Jaime, Anabella Martínez, Fernando Moreno, Carolina Oquendo, Carolina Pardo, Rosa M. Peris, Alejandro Piscitelli, Gustavo Ramírez, Bibiana Rincón, Samira Rodríguez, Otto A. Sussmann, Familia Barrera Donado, Familia Suz De Castro, Familia Vega Corredor

### Coordinación editorial

María Camila Gil Barragán  
[maria.gil6@unisabana.edu.co](mailto:maria.gil6@unisabana.edu.co)

### Edición

Dirección de Publicaciones  
Universidad de La Sabana  
Una producción de la Vicerrectoría de Profesores y Estudiantes  
Liliana Ospina de Guerrero,  
Vicerrectora

### Asesoría editorial

Elsa Cristina Robayo Cruz

### Suscripciones

Universidad de La Sabana  
Instituto de La Familia  
Teléfono: 861 5555, exts.: 43101  
43102 - 43010  
Campus del Puente del Común,  
Km 7 Autopista Norte de Bogotá,  
Chía, Cundinamarca, Colombia  
[www.unisabana.edu.co](http://www.unisabana.edu.co)

Fe de erratas: nos permitimos aclarar que Fernando Antonio Moreno es el autor del artículo Vacaciones seguras publicado en las páginas 34 a 36, de nuestra edición anterior.

### Correo electrónico

[apuntesdefamilia@unisabana.edu.co](mailto:apuntesdefamilia@unisabana.edu.co)

### Diseño de portada

Miguel Gerardo Ramírez  
Kilka Diseño Gráfico

### Corrección de estilo

Dirección de publicaciones

### Diseño y diagramación

Kilka Diseño Gráfico

### Fotografías

Shutterstock Photos  
Kilka Diseño Gráfico

### Impresión

Casa Editorial El Tiempo



Ana Margarita Romero de Wills  
Directora  
[anarc@unisabana.edu.co](mailto:anarc@unisabana.edu.co)  
[@ani\\_romerowills](https://twitter.com/ani_romerowills)

# La educación que hacen los Padres: brota del fondo del corazón y de todo su ser

Muchos tienen una concepción de la sexualidad aislada del corazón, y los padres se preguntan ¿cómo hacerlo?, ¿cómo educar en el tema a los hijos?. Lo primero que habría que decir es que si damos clases de inglés, de francés o de matemáticas de forma particular, porque necesitamos aprender de manera personal, con mayor razón se debe hacer lo mismo con la educación de la afectividad, recordando nuestra singularidad, porque somos únicos.

A cada hijo hay que hablarle de manera personal e individual, porque debemos respetarle su intimidad, su pudor, su gradualidad, entre otros aspectos. Expertos como Juan José Javaloyes recomiendan que, antes de los 8 años, el padre (al niño) y la madre (a la niña), le expliquen a sus hijos cómo han nacido.

No es el colegio –como está sucediendo– quien debe encargarse de esta tarea. Por el contrario, lo que sí puede hacer, es ayudar –con herramientas– a los padres para que, cuando les toque, lo hagan con confianza y con las palabras adecuadas, porque esto es una situación íntima de la familia y a la vez personal; por eso, debe ser abordada en el hogar.

En una investigación realizada por profesores del Instituto de La Familia, en doce ciudades, acerca del “Estilo de vida de los jóvenes en Colombia”, en la que participaron 9.315 adolescentes entre 12 y 18 años, se evidenció que: “la fuente de información preferida por los hombres, para hablar de sexualidad, son los amigos, después la mamá, luego el papá y finalmente el Internet. En el caso de las mujeres, la primera es la mamá, quien es dos veces más importante que los amigos, los hermanos y el Internet”.

Con respecto a los temas que a los jóvenes les gustaría hablar con sus padres: “...a las mujeres les gustaría hablar

más sobre embarazo. A los hombres, les gustaría hablar más sobre lugares de diversión, preservativos, métodos anticonceptivos, drogas, consumo excesivo de alcohol y, embarazo.”

También es importante recordar que cuando el amor y la sexualidad están encerradas en la persona, no hay crecimiento personal, por ello tantos desencantos. Amar es darse, entregarse; se ama con relación al otro. Para expresar el amor a alguien se necesita desarrollarse como persona, abrirse al otro y comunicarse; una forma de comunicación es, precisamente, a través de la sexualidad. Lamentablemente la sexualidad se ha desligado del amor. Es cierto que para algunos esto suena a ir contra corriente; pero la propuesta que estamos haciendo es apostarle a la verdadera felicidad.

Para eso, es necesario la educación afectiva. Toda la etapa de la infancia, hasta los ocho años se educa con relación a la intimidad, el pudor y el cuidado de lo propio. En la etapa escolar (primaria) la clave está en educar el carácter, la autoestima y la confianza; distinguir los miedos, las pasiones y los aspectos que más adelante, en la adolescencia, se vivirán como una gran explosión hormonal. A partir de los 12 años, es ideal enseñar a los hijos a amar, a convivir y a descubrir a la otra persona.

La sexualidad y el amor son un aspecto más de la persona y por tanto hacen parte ordinaria en la educación de la persona. A quienes se educa con base al capricho, imponiendo su voluntad, terminan siendo personas egoístas, que usualmente sufren mucho.

Finalmente, vale la pena saber que se educa con lo diario, con las reacciones espontáneas y con el ejemplo, por eso tenemos que ser de tal forma que nuestros hijos quieran ser como nosotros. Que busquen a alguien como nosotros. Aun cuando nos equivocamos, educamos; porque aprendemos de los errores, de lo que no sabemos, y toda equivocación es aprendizaje. La clave está en educar con confianza, ternura y admiración. ●

## ¿Hablar del otro? tres filtros para tener en cuenta



El conocido relato de los tres filtros de Sócrates resulta muy útil para aplicarlo a la vida personal y, de este modo, evitar caer en el chisme.

Según el relato, una persona quería contarle algo a Sócrates sobre uno de sus discípulos. Antes de que empezara, el famoso filósofo lo invitó a reflexionar acerca de la información que le proporcionaría sobre su discípulo. Entonces, le preguntó si estaba seguro de que aquello que quería contarle era verdad; después le preguntó acerca de la bondad: “¿Es algo bueno?”. Por último, cuestionó su utilidad. Ante las negativas, Sócrates concluyó que no quería escucharlo porque no era cierto, ni bueno, ni útil.

De este modo, esa persona comprendió la importancia de aplicar tres filtros antes de hablar del otro: la veracidad, la bondad y la utilidad.

Este relato nos recuerda la importancia de las virtudes en la comunicación. Las palabras construyen pero también destruyen. Basta con ejercitarnos en virtudes para que aquello que queremos comunicar, no solamente quede claro, sino que además contribuya con la construcción de un mundo mejor.

La veracidad, la bondad, la prudencia, la serenidad y la empatía, son algunas de las virtudes que nos permitirán comunicarnos asertivamente y construir amistades verdaderas, noviazgos sinceros, matrimonios fuertes y familias felices.

## Cumplir las promesas, ¡siempre!

Las promesas son compromisos que se adquieren con otra persona o con uno mismo. Prometer significa garantizar el cumplimiento de aquello que se ha prometido, aun cuando esto requiera de un gran esfuerzo.

Cumplir las promesas es fundamental en la construcción de relaciones sólidas, pues significa que alguien ha depositado su confianza en aquel que promete y en su palabra. Una promesa cumplida da pie para seguir confiando.

Antes de prometer es importante pensar en aquello que se va a prometer; es necesario ser realistas sobre la situación personal, sobre la capacidad propia de cumplir con aquel compromiso y sobre la noble intención de aquella promesa.

Si, definitivamente, por motivos de fuerza mayor, no es posible cumplir una promesa, es importante hablar con sinceridad al otro, disculparse y buscar la forma de remediar o reparar dicho incumplimiento.



## Padres de familia: una prioridad para el colegio

Para los colegios de Aspaen en Barranquilla lo primero son los padres de familia, es por eso que tenemos un departamento que se dedica exclusivamente al crecimiento familiar, creando un compromiso casa - colegio, donde los padres —como primeros formadores de sus hijos— se comprometen en su formación y trabajo con la institución.

Para ello, disponemos de cuatro momentos al año en los que tenemos contacto directo con los padres, a fin de generar una

retroalimentación de doble vía, para hablar acerca del alumno y su familia.

Estos son: el Open Home, que es la asamblea general de padres, en la que se refrescan los conocimientos sobre el proyecto educativo así como las novedades de la institución y, tres entrevistas con la directora de grupo donde, además de hacer un balance académico del estudiante, se hace un barrido en su crecimiento, fortalezas y necesidades, generando un compromiso casa - colegio.

**Aspaen**  
BARRANQUILLA



# Los riesgos

## de la ausencia del padre

Cristian Conen\*

El Papa Francisco, en su viaje de regreso a Roma luego de su visita a Colombia, desatacó que un pueblo que a su paso por las calles del país le mostró a sus hijos como su mayor tesoro, es un pueblo que tiene futuro.

Lo anterior, si bien es un fuerte factor para la esperanza, no debe desviar la atención sobre la necesidad de atender una de las realidades humanas más graves de Colombia, la cual, lamentablemente, no ha ocupado ningún lugar en los discursos de la reciente campaña electoral.

Según el World Family Map (2017), una red de investigación que mide anualmente el estado y las tendencias de la vida familiar en 45 países, el 11% de los menores colombianos viven sin su padre y su madre, y el 27% de ellos vive con uno solo de sus progenitores (por lo general la madre). Estamos hablando de uno de los índices de ausencia de padre más altos del mundo, solo superado por algunos países de África.

Ricardo Chouhy, especialista argentino en terapias de restauración paterna, señala en su artículo "Función paterna y familia monoparental: el costo de prescindir del padre", cómo la figura paterna tiene un papel fundamental en la maduración de los hijos, pues enriquece el vínculo inicialmente dual madre-hijo desde la diversidad sexuada personal del varón. Su contribución es clave para la



adecuada consolidación de la identidad sexual y el proceso de emancipación psicológico.

Todo niño necesita un padre que le permita desprenderse psicológicamente de su madre y hallar una fuente de identificación masculina, imprescindible tanto para la niña como para el varón. De esta forma, las consecuencias de la carencia paterna son tan graves como las consecuencias de la carencia materna.

Muchos trabajos de investigación sugieren que la identidad y la función paterna tienen un rol crítico en instaurar la capacidad de controlar impulsos, en general, y el impulso agresivo en particular. Es decir, la capacidad de autorregular la conducta (Biller 1974; 1976; 1982; 1993; 1994; Biller y Trotter, 1994; Haapasalo y Tremblay, 1994; Herzog, 1982; Lisak, 1991; Lisak y Roth 1990; Mischel 1961a; 1961b; Patterson y DeBaryshe, 1989; Phares y Compas, 1992; Snarey, 1993).

Es posible que el trabajo de investigación más extenso y metodológicamente más riguroso que corrobora la necesidad de la presencia adecuada del padre en la familia sea el que realizaron los sociólogos Sara Mc Lanahan (Universidad de Princeton) y Gary Sandefur (Universidad de Wisconsin), cuyos resultados se publicaron en el libro *Growing up with a single parent*, en 1994.

El estudio se basó en un seguimiento de más de 70 000 adolescentes y adultos jóvenes de ambos sexos a lo largo de casi 20 años, y se estudiaron distintas variables. Arrojó, por ejemplo, que el riesgo de permanecer sin estudiar ni trabajar por periodos prolongados es un 50% más alto para jóvenes que crecieron sin su padre; el riesgo de interrumpir estudios secundarios es un 100% más alto; el riesgo de embarazo en la adolescencia es también un 100% más alto; el riesgo de problemas emocionales y de conducta es un 300% con ausencia de padre; el riesgo de violencia contra el niño es 60% más alto, y de homicidio 100% más alto; el riesgo de delincuencia juvenil en el varón es 300% más alto; y los riesgos de trastornos de la alimentación en la mujer son 100% más altos con ausencia de padre.

En un estudio realizado este año por la University of Maryland, Georgetown University, Universidad de Piura y el Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana, publicado en el Journal of Family Issues (vol.39), se afirma que la ausencia del padre tiene efectos negativos especialmente en los varones en los países desarrollados.

La ausencia paterna es, entonces, un riesgo para la salud mental del niño y para su proceso de transición personal, el cual comienza en la adolescencia y termina en una adecuada inserción en la comunidad social.

Sin embargo, la paternidad no solo beneficia al hijo, sino también al padre. En palabras del profesor colombiano Álvaro Sierra, “la paternidad humaniza la testosterona”, de manera que motiva al varón a vivir los valores humanos, desarrollar la inteligencia emocional y experimentar el gozo de la ternura desinteresada.

El gran desafío del siglo XXI es la ecología humana, es decir, el cuidado y la protección del ambiente humano personal más adecuado para la educación y maduración de las nuevas generaciones de ciudadanos.

Urge la toma de conciencia de la necesidad del padre, lo cual permita un cambio profundo en la educación familiar y formal, hoy orientada de manera prioritaria al desarrollo de la dimensión intelectual para el éxito laboral y económico. Lo anterior debe formar parte de una política de Estado sobre la familia.

La familia es el hábitat ecológico personal compuesto de un padre, una madre y el hijo que, en su realidad óptima, supone su convivencia armónica. El bien superior del niño hace de la paternidad un derecho fundamental del hijo. No obstante, los derechos deben actuarse y esa actuación, en este caso, exige el deber de los adultos de superar la realidad de hijos huérfanos de padres vivos. En el respeto a este derecho radica una de las claves fundamentales de la ecología humana, de la salud personal y de la paz social. ●

\* Abogado y Doctor en Derecho Matrimonial.  
Profesor e investigador del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana.



6

# Rebeldía en los hijos:

## ¿cómo entenderla y atenderla?

Samira Rodríguez\*

¿Alguna vez ha escuchado la frase “Nadie nos enseña a ser padres”? Más allá de esa afirmación y los matices que puedan desprenderse de ella, resulta impensable educar a los hijos si no nos educamos como padres. Está en manos de papás y mamás la posibilidad de acompañarlos y enseñarles a gestionar de manera positiva sus emociones y pensamientos, a fin de que los pongan a su servicio y al de los demás.

En el camino de la educación y la formación de los hijos, a menudo la angustia de los padres y, en general, de quienes hacen parte de los procesos formativos de los niños y adolescentes, se refleja en frases tales como: “Me rindo”; “No sé de dónde sale con estas reacciones, si nosotros no somos así”; o “Es insostenible y mal educado”.

Sin embargo, ¿qué ocurre realmente cuando llega la etapa rebelde de los hijos? A continuación, se ofrecen algunas orientaciones que permiten entender y atender la rebeldía en niños, adolescentes y jóvenes.

### ¿Los hijos rebeldes son un problema para la familia?

Esta pregunta ronda en la cabeza de muchos padres, y muchas veces la respuesta se torna esquiva a la hora de afrontar esa realidad.

Al conversar entre amigos que viven la misma experiencia, quizá ellos cuenten que pasan por lo mismo y esto proporcionó un poco de tranquilidad. Pero lo cierto es que esto no soluciona lo que sucede con los comportamientos que animan la conducta rebelde presente en los hijos, y, al final, solo surgirán más preguntas: “¿Qué puedo hacer?”, “¿No sé cómo abordarlo?”, “¿Qué es lo que hacemos mal?”, “¿Qué pasará con ellos lejos de nosotros?”, “¿Tendrán algún problema de conducta?”.

Lo cierto es que la conducta rebelde está presente en la infancia y en la adolescencia, y requiere de los padres la aplicación de estrategias de formación basadas en el conocimiento personal de cada hijo, al entender que cada uno es único y no existe una receta universal para solucionar estas situaciones. La rebeldía no es un problema, el problema son los padres que no se preocupan por formarse para ser mejores padres.

### Es común escuchar que la rebeldía es normal en los jóvenes. Pero, ¿cómo identificar si dicha rebeldía ha sobrepasado los límites de lo normal?

Las pataletas y los comportamientos desafiantes son el desencadenante de la conducta rebelde en

los niños y en los adolescentes. Según Amanda Céspedes, especialista en neuropsiquiatría y psicología infantil y juvenil, se estima que entre tres y cinco de cada diez niños y adolescentes muestran conductas opositoras ocasionales, las que son abordadas por los adultos en forma intuitiva, aplicando métodos al azar que algunas veces dan resultados favorables, pero que en la mayoría de los casos no funcionan y hacen que el adulto acabe confesándose sobrepasado e impotente.

En la misma línea, dichas estadísticas plantean que uno de cada dos niños se muestra desobediente eventualmente, y que solo dos de cada cien presentan trastorno opositor desafiante. Estas estimaciones sirven para comprender un contexto real de comportamientos desafiantes en los adolescentes, así como de pataletas en los niños, como fruto normal dentro de su proceso de desarrollo.

Asimismo, Céspedes afirma que las pataletas, las actitudes de oposición, la rivalidad y otros aspectos similares se pueden clasificar como conductas rebeldes propias de la edad de desarrollo, conductas rebeldes reactivas y conductas rebeldes como expresión de una psicopatología. Solo en esta última podríamos considerar que se trata de una rebeldía que ha sobrepasado los límites de lo normal.

Todos los comportamientos que observamos en niños y adolescentes son la expresión máxima de su pensamiento y su esfera afectiva. Se originan de manera interna en las estructuras cerebrales, lo cual indica que son el resultado de procesos internos; por tanto, es allí en donde debemos intervenir a fin de conocer la realidad y generar transformaciones desde los actos formativos.

### ¿Qué papel juega el cerebro en el desarrollo de las emociones, y qué relación tienen estas con la rebeldía?

Existen aspectos de la biología, la psicología y el desarrollo personal que permiten conocer y comprender la vida emocional infantil.

Un primer aspecto es el temperamento, el cual se refiere a lo genético, lo innato y lo adquirido. Algunos autores afirman que este es la base genética de la personalidad; tiene que ver con las

acciones instintivas, el estado de ánimo y la capacidad de goce y disfrute.

Un segundo aspecto es el de las emociones, definidas como los estados que, al ser pasajeros e internos, se instalan en el cerebro humano. Con las emociones básicas (miedo, alegría, tristeza) el niño comienza a relacionarse con su entorno.

Finalmente, un tercer aspecto es el carácter, entendido como el motor con el cual niños y adolescentes enfrentan sus retos con éxito desde la práctica diaria y alegre de las virtudes humanas.

En este sentido, la conducta rebelde aparece como consecuencia de la expresión de sus emociones, sus sentimientos y sus pensamientos, fruto de su comportamiento y el acompañamiento que los padres hagan de dichas expresiones.

### Se suele creer que la rebeldía llega con la adolescencia. ¿Qué ocurre cuando aparece en niños que aún no son adolescentes?

La rebeldía no es exclusiva de la adolescencia, ya que se encuentra relacionada con los comportamientos. Según afirma Romano Guardini en su libro *Las etapas de la vida*, la rebeldía se percibe como “la auténtica crisis del impulso a afirmar e imponer a los demás la propia identidad, (en ella) se inicia una clara consciencia de ser alguien distinto de quienes le rodean”. El propósito aquí es que el adolescente asuma con libertad propia su

criterio, de manera que la labor de los padres es incrementar conversaciones reflexivas, establecer límites y generar interiorización de hábitos.

### ¿Cómo deben afrontar los padres los momentos de rebeldía a medida que crecen los hijos?

En cada uno de los momentos del desarrollo de los hijos, los padres deben asumir una actitud de prudencia, respeto, justicia, tolerancia, asertividad y empatía, así como una gran dosis de paciencia. Lo anterior les permite reconocer y validar las emociones, los pensamientos y las reflexiones que pasan por la mente de sus hijos.

No deben sentir temor de abordar los comportamientos de los hijos. Toda situación, en este caso las conductas rebeldes, serán una ocasión para conocerse y construir conversaciones al interior de la familia que los lleven a crear acuerdos y generar consenso. Esto aporta y fortalece el proyecto de vida personal y familiar, pues encontrarán así nuevas formas de resolver los conflictos.

Por otra parte, es importante entender que en la primera infancia el niño se conecta con su entorno y se expresa con sus emociones básicas: llanto, alegría y miedo. Por tanto, la clave de esta etapa está en que los padres, basados en el conocimiento de su propio hijo, identifiquen el tono de sus emociones. Así, podrán llevar al infante, por medio de la repetición, a desarrollar maneras distintas de



expresar esas mismas emociones e interiorizar, de esta manera, nuevas formas de enfrentar el mundo que los rodea.

En la segunda infancia, cuando el lenguaje permite una comunicación directa y fluida, los padres deben generar conversaciones que le permitan al niño comprender la mejor forma de comportarse en cada situación, con claridad verbal sobre las maneras de actuar, los límites y los hábitos que los padres esperan. Es muy importante crear rutinas que fomenten las virtudes del orden, la obediencia y el respeto, lo cual favorece el autocontrol y se traduce en un mejor acompañamiento.

### En las familias en las que hay más de un hijo, ¿cómo manejar la rebeldía de uno de ellos, sin que afecte a los demás?

La naturaleza de la familia permite reconocernos como únicos y diferentes, así seamos parte del mismo sistema. Por tanto, cada una de las reacciones que los hijos manifiesten en los diferentes momentos de su desarrollo merece de los padres una atención y acompañamiento específico a cada uno. Sin embargo, ayuda en gran medida que al interior de la familia existan pautas de comportamiento, así como

una estructura de normas que permitan una convivencia armónica al interior de la casa. Es válido tener en cuenta que cada hijo es un mundo diferente, aunque estén al interior del mismo sistema.

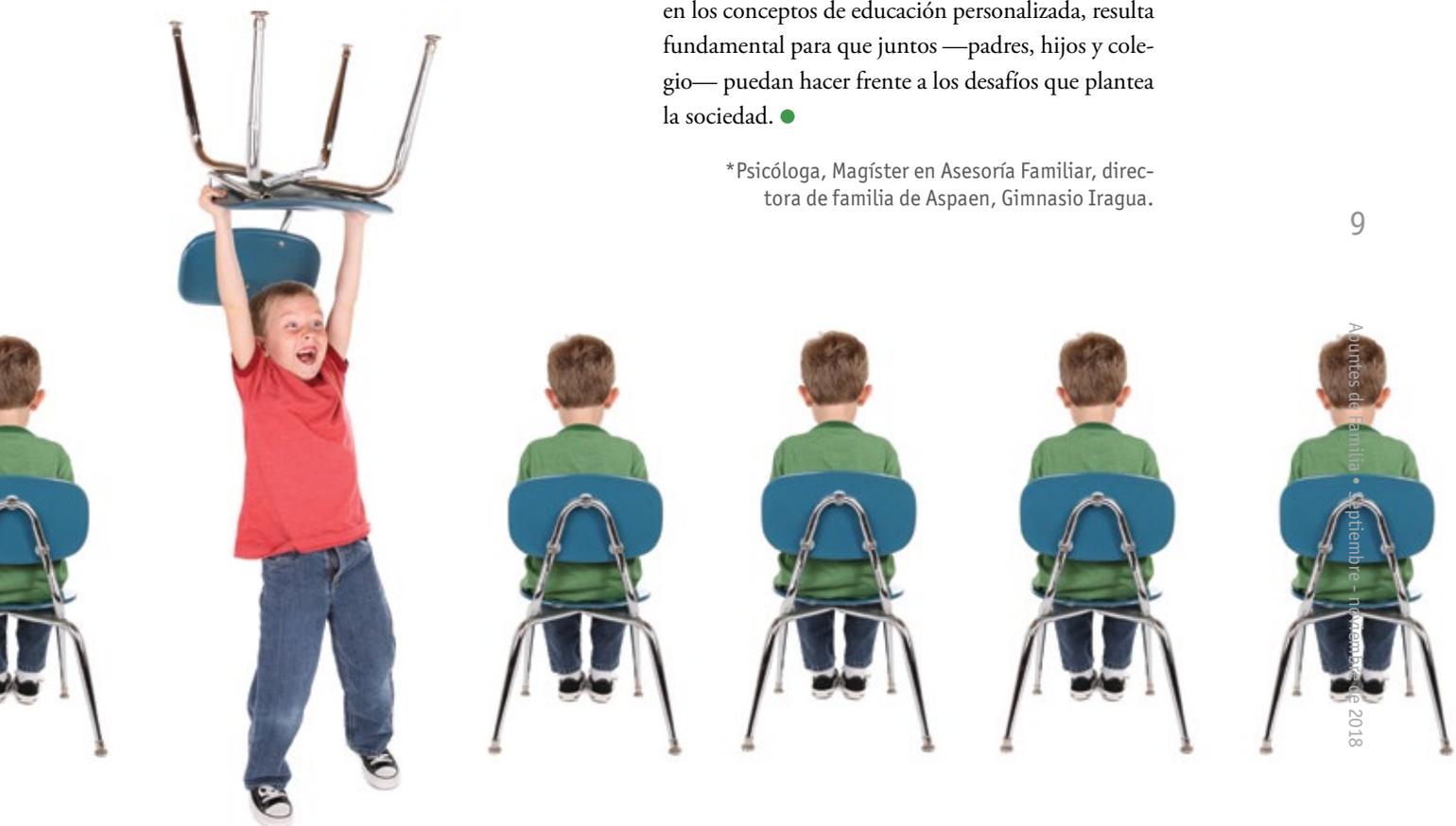
### Hoy en día es evidente que los jóvenes están más expuestos que antes a recibir información de diferentes fuentes (medios de comunicación, redes sociales, películas, etc.) ¿Son más rebeldes los hijos de hoy, comparados con los de generaciones anteriores?

A la hora de educar a los hijos, la dificultad no está en los obstáculos que la sociedad presenta. Pensar que los niños y jóvenes, hoy en día, son más rebeldes por culpa de Internet y la tecnología es una forma de aceptar la falta de voluntad de algunos padres a la hora de asumir sus responsabilidades.

El objetivo para una buena formación, incluso en las etapas más difíciles de los hijos, debe estar trazado hacia la actitud comprensiva, la generación de conversaciones claras, el acompañamiento y el propósito de construir, de la mano con ellos, acuerdos frente a las normas y los principios que fundan el proyecto de vida familiar y que no son negociables.

En este sentido, la unidad familia-colegio, basada en los conceptos de educación personalizada, resulta fundamental para que juntos —padres, hijos y colegio— puedan hacer frente a los desafíos que plantea la sociedad. ●

\*Psicóloga, Magíster en Asesoría Familiar, directora de familia de Aspaen, Gimnasio Iragua.



# 10 ideas

acerca de las nuevas tecnologías y los cambios en la interacción social<sup>1</sup>

Alejandro Piscitelli Murphy\*

10

1 Texto adaptado por Apuntes de Familia, a partir del artículo original.



El gran desarrollo de las tecnologías digitales en los últimos años se ha presentado como un fenómeno omnipresente en todas las actividades cotidianas. En este contexto es obvio que el ámbito familiar no está exento ni puede darse el lujo de ignorarlo.

En estas líneas no nos centraremos en proporcionar una serie de recetas para luchar contra sus posibles efectos nocivos, pero sí en generar reflexiones, en torno a 10 puntos claves, a fin de intentar dilucidar mejor sus verdaderos alcances.

**1. Ni bueno, ni malo.** Ante un fenómeno tan abrumador que se nos presenta en el día a día, deberíamos resistirnos tanto a la tentación de demonizarlo como de endiosarlo. El uso de las redes sociales, los *smartphones* y las *tablets*, así como de todo lo que apareció a partir de la irrupción de Internet y seguirá apareciendo, no es en principio ni bueno ni malo: todo depende de su uso.

**2. Su uso desmesurado, durante la infancia, tendrá serios efectos.** Afirma Adam Alter sobre el uso adictivo de tecnología en su libro *Irresistible*, del 2017, que aún no sabemos, por ejemplo, cuánto afectará a los niños su uso indiscriminado. Dicho sea de paso, es sugerente el título que le da al prólogo: “Nunca te enganches a tu propia mercancía”. En este describe el estricto control que ejercen sobre sus hijos los grandes creadores de los más novedosos aparatos electrónicos (el iPad, por ejemplo) para que no los utilicen o lo hagan con estricta moderación.

Sin embargo, con respecto al uso de las nuevas tecnologías de la comunicación que tanto han cambiado nuestra cotidianeidad, el sociólogo español Antonio Lucas Marín suele parafrasear a Marx al señalar: “La historia de la humanidad es la historia de la ampliación de la capacidad comunicativa”.

**3. Las redes sociales han modificado las formas de interacción social.** El recientemente fallecido sociólogo Zigmunt Bauman nos las presentaba como “comunidades de bajo costo”, con lo cual buscaba señalar que implicaban una pertenencia que no ameritaba un esfuerzo significativo. Con muy poco podemos pertenecer a una infinidad de grupos y de comunidades, las cuales no nos demandarán “poner el cuerpo” a ninguna de las causas a las que adhiramos. De esta forma, creamos identidades postizas que terminamos por crear reales.

**4. Redes sociales, un mundo de posibilidades:** El investigador argentino Federico Fros Campelo, en el libro *El cerebro del consumo*, publicado en el 2018, enumera algunas de las bases del éxito de las redes sociales: podemos editar nuestra vida en busca de la aprobación de los otros, podemos controlar cuándo queremos hablar y cuándo escuchar, y, por último, podemos —y de hecho lo hacemos— comparar de forma constante lo que hacemos con lo que hacen los otros.

**5. Comparar y compartir,** dos palabras claves para entender el fenómeno de las redes sociales,

## ¿Prohibir el uso del celular en los colegios?

Francia ha sido el primer país del mundo en prohibir el uso de celulares en el aula. En Colombia se ha radicado un proyecto de ley que busca implementar el mismo modelo de restricción de celulares inteligentes en los colegios.

Las principales razones tienen que ver con:

1. La constante distracción que genera el uso de los mismos, durante las clases.
2. Los constantes riesgos a los que se exponen los estudiantes por su uso inadecuado.
3. El consumo de contenido inapropiado, a través de los celulares inteligentes, durante la jornada escolar.
4. La dependencia que tienen los adolescentes y jóvenes al uso del celular.



pero con un matiz preocupante, ya que nos interesan las otras personas pero en cuanto “aplaudidoras”. Es una relación instrumental que no me permite saber del otro en cuanto otro. Además, dado que todos editan su vida, corremos el riesgo de terminar deprimidos: “Todos viajan, todos tienen éxito, todos sonríen, ¿menos yo?”.

**6. Aprobación social virtual, una adicción.** La interacción social planteada de esta forma se llena poco a poco de apariencias que nos lleva de manera progresiva a vivir en un mundo virtual, pero sobre todo muy cerca de lo irreal. Además, lo que es aún más llamativo, esta necesidad constante de *feedback* se torna muchas veces adictiva. Necesitamos, de forma constante, saber lo que valemos y confirmarnos socialmente, si bien esa confirmación es muy breve, de modo que necesitamos alimentarla una y otra vez.

No obstante, las redes sociales nos ayudan a completar también la otra cara de la moneda. Como bien afirma Alter, los psicólogos nos hablan del “nivel de distinción óptima”, lo cual implica que queremos estar de acuerdo con los demás en la mayoría de las cosas, pero no en todas. Queremos distinguirlas en algo. Es como la lógica de la moda: queremos seguirla, pero siempre con algún toque de distinción personal.

Pasamos a tener una vida, de forma predominante, en las dos dimensiones que nos brindan las

pantallas, de manera que, en especial en las nuevas generaciones, se torna muy difícil experimentar la interacción social en la “vida real” de tres.

**7. Un desafío familiar:** hasta el momento hemos hablado de los cambios que generan las nuevas tecnologías en la vida cotidiana, pero no hemos mencionado a las familias. Pues bien, no es muy difícil darnos cuenta de cómo esas modificaciones que se aprecian en las interacciones de todos los días se reflejan en la vida familiar.

Todo desafío que se presente ante un cambio social de magnitud será, antes o después, un desafío familiar. La relación dialéctica entre familia y sociedad está detrás de esto.

De este modo, ese gran desafío se centraría en la siguiente pregunta: ¿Cómo hacemos para que las nuevas tecnologías se aprovechen en la familia en todo lo que tienen de útil y provechoso, y cómo fijar los límites necesarios en el propósito de eliminar sus efectos negativos o no deseados?

Muchos recordarán cómo, en décadas pasadas, el gran “demonio” del diálogo y la interacción familiar era el aparato de televisión. Por un lado, estaban los riesgos que conllevaba el escaso o nulo control que podían tener los padres sobre los contenidos que esta emitiera, así como los momentos en los que los más pequeños hicieran uso del mismo.

Pero también, se hacía siempre hincapié en los momentos de intercambio en la mesa familiar. La

## ¿Aprovechar el uso del celular en el aula de clase?

La conexión casi permanente a los celulares inteligentes, al computador y demás pantallas móviles hacen parte de la vida cotidiana de los adolescentes y los jóvenes.

Ante dicha realidad, los docentes parecen desanimarse, algunos se preguntan ¿cómo hacer para que los estudiantes presten más atención?, ¿para que se concentren más en las clases y menos en su celular?.

Estudios recientes, como el realizado por Fidel A. López, Investigador del Instituto de Ciencia, Tecnología e Innovación de la Universidad Fran-

cisco Gavidía, sugieren aprovechar las tecnologías de la comunicación, específicamente los celulares, para potenciar el aprendizaje en el aula.

Hacer actividades que le permitan a los estudiantes usar su celular como parte del proceso pedagógico disminuirá en ellos la ansiedad por estar conectados por el resto de la clase, motivará su interés en los temas abordados y afianzará su aprendizaje.

Algunas recomendaciones para usar el celular, como herramienta pedagógica son:

TV se presentaba como el enemigo, como el aparato tecnológico que atentaba contra todo lo positivo que tenía ese momento de encuentro. La imagen de todos los integrantes de la mesa mirando hacia un único aparato era la más temida.

Sin embargo, paradójicamente, hoy sería un mal menor: al menos todos los integrantes de la familia miraban hacia un mismo lugar, observaban un mismo contenido e, incluso, ese contenido luego podía comentarse. En cuanto a su uso fuera del ámbito de la mesa, hoy nos parecería irrisorio preocuparnos por su uso y sus contenidos cuando, en la actualidad, miles de mensajes audiovisuales se cuelan en la vida de nuestros hijos mediante una infinidad de vías muy difíciles de controlar.

**8. Dividualismo:** hoy, a diferencia de todo aquello, asistimos al fenómeno del *dividualismo* del que nos habla Fabrice Hadjadj en *Qué es una familia*, su libro publicado en el 2015. Con este concepto, el autor francés nos describe con ironía cómo en la mesa familiar contemporánea ya no solo actuamos de forma individualista (cada uno mira su *smartphone* o su *tablet*), sino que, incluso, en cada una de las pantallas dividimos el interés en distintos *links* a la vez. Nuestra individualidad también se divide.

Si bien el celular y la *notebook*, por medio de Internet, hacen posible que nos comuniquemos con familiares y amigos que pueden hallarse a miles de kilómetros, y nos ayudan a mantener los lazos de forma que hace solo unas pocas décadas era imposible, por otra parte —y volvemos a las paradojas—, ese comunicarme con alguien que esté

tan lejos puede hacer que deje de hacerlo con el que tengo sentado al lado mío.

**9. Empatía:** decíamos al comienzo que las nuevas tecnologías, como tantas invenciones humanas, no son ni buenas ni malas, solo depende del uso que se les dé. Pues bien, más allá de esto, en el ámbito familiar creo que con respecto a este tema es necesario poner el acento en una palabra clave: la *empatía*.

Diversos estudios consignados en el ya mencionado libro de Alter, así como en el de H. Gardner, *La generación APP*, demuestran cómo los jóvenes en los últimos treinta años han perdido considerables dosis de esta virtud.

Si mis relaciones se limitan poco a poco a lo digital, es muy difícil aprender a empatizar, a “leer” lo que le pasa al que tengo al lado. Aún peor, si con un solo click me puedo sacar de encima a aquel que me molesta, pierdo la capacidad de roce, de aprender del que me molesta o sofoca. Ahora bien, si en el seno familiar nos damos el lujo de seguir la misma lógica, el asunto no tiene retorno.

**10. Calidad de vida social y familiar:** en síntesis, el desafío de cara al futuro consistirá en plantear —de manera paulatina— en las diferentes situaciones *novedosas* que se nos presenten en el día a día, alternativas complementarias reales que permitan aprovechar lo mejor de la tecnología, sin perder calidad de vida social y familiar. Las recetas al respecto las dejo para otros especialistas en la materia. ●

\* Director del Departamento de Sociología de la Universidad Católica Argentina



1. Realice quices, concursos o actividades grupales usando aplicaciones móviles diseñadas para ello. Una buena herramienta es Kahoot.



2. Promueva la investigación en el aula a través de los dispositivos móviles.



3. Abra foros de discusión virtual para fomentar la interacción y la capacidad de análisis en los estudiantes.

# ESPÍRITU de servicio: ¿se nace o se hace?

Ximena Campos García\*



La palabra *servicio* se emplea en múltiples ocasiones: a lo largo de nuestra jornada, en nuestros hogares, en los colegios, en nuestras oficinas o lugares de trabajo y en todos los “servicios” que utilizamos a diario. De manera que el propósito de este artículo es empezar por una definición del concepto de *servicio*, bajo una mirada holística que nos acerque al concepto desde lo cotidiano, lo académico y lo empresarial, así como permita comprender su génesis y la posibilidad de aprenderlo, para culminar por apropiarnos de su vivencia en nuestro diario vivir.



En el libro *Servicio en la Universidad de La Sabana*, de X. Campos García y M. E. Quiñonez, publicado en 2016, el servicio se define como las acciones de dar y aceptar, de forma libre, a fin de satisfacer las necesidades humanas, de lo cual resulta el beneficio común.

El primer elemento de esta definición nos lleva a algo muy concreto: la “acción”, que todo servicio requiere, la realiza una persona. En este sentido, la persona es el centro del servicio, ya que sin ella no habría acción. Esta acción requiere del acto de dar y de aceptar: De acuerdo con el Presbítero Salcedo, en su conferencia titulada *El servicio vocación fundamental del hombre* “El dar, al ser aceptado, eleva la vida humana a don”.

El segundo elemento, la libertad, es una pieza clave en la explicación de este concepto, pues nos proporciona una clara distinción entre el servicio y el servilismo: el primero goza de libertad.

La libertad, en cuanto atributo esencial, es la capacidad que tiene la persona de disponer de sí misma y de sus acciones. Jorge Mario Bergoglio, en su libro *El verdadero poder es el servicio*, señala al respecto: “No debemos confundir servicio con servilismo —este último ciega y baja adhesión a la autoridad—. Debemos, por tanto, entrar en el territorio del servicio, ese espacio que se extiende hasta donde llega nuestra preocupación por el bien común que es la Patria verdadera.” Este bien

común es el último elemento de esta definición y nos involucra a todos, sin excepción alguna.

Otras definiciones que provienen de ámbitos académicos o empresariales nos brindan una visión aún más holística de este concepto. El término *servicio* como un constructo conceptual aparece, por primera vez en relación con las organizaciones, en la década de los setenta del siglo xx con la comercialización de bienes de consumo producidos en masa.

De acuerdo con Gummesson y Grönroos, autores de *El surgimiento del nuevo servicio de marketing: perspectivas de la Escuela Nórdica*, publicado en el 2016, esta nueva realidad permitió a las organizaciones entender la necesidad de comercializar y gestionar el servicio. Con la llegada del nuevo milenio, el concepto de servicio avanzó hacia una nueva ciencia o lógica de servicio, así como hacia la creación de valor desde él mismo.

Esta lógica dominante de servicio se explica desde la realidad actual de las empresas, en la que el servicio es la base del intercambio. Vargo y Lusch (2010) proponen que los elementos esenciales comienzan por una definición de servicio: “El proceso de usar las competencias (conocimientos y habilidades) para el beneficio de otra parte”. Distinto a lo que el mismo autor denomina “servicios” (en plural), y “normalmente indica un tipo de salida (intangibles)”.

No basta con saber qué es servicio. Hace falta preguntarse: ¿Se puede aprender a servir?

Como cualquier otra acción humana, a servir se aprende. El primer ámbito de aprendizaje es el hogar, el lugar donde se forma la persona social, donde aprende a relacionarse con los demás, a amarlos y a servir, tal como lo señalan Campo García y Quiñonez en su libro. Entonces, ¿cómo enseñar a servir desde el ámbito familiar, académico y empresarial?

A continuación, se recomiendan algunas acciones dirigidas a educar el espíritu de servicio.

## En el hogar

*Dar ejemplo de servicio.* En este sentido, vale la pena acogerse al popular refrán: “Nadie da de lo que no tiene”. Como se mencionó, el primer espacio en el que se aprende el significado del servicio es la familia. En la estructura familiar la persona se encuentra a sí misma en la doble dimensión de dar y recibir. Es allí donde se inicia el acto de servir mediante el esfuerzo cotidiano que sus miembros realizan y se prestan de forma mutua.

*Enseñar las tres palabras.* Estas, tan sencillas y valiosas, las olvidan nuestros niños y adolescentes con frecuencia: “gracias”, “perdón” y “por favor”. Hacerlo contribuye a facilitar ese esfuerzo cotidiano de sus miembros en provecho de sus relaciones; además, visibiliza su amor.



## En las instituciones educativas

*Formar en la integralidad.* Anhelamos que nuestros países los transformen los más brillantes miembros de la sociedad con la capacidad de evolucionar el mundo que conocemos, pero siempre que tales individuos sean las mejores personas posibles. De esta manera, el criterio no debe ser solo una gran calificación o el cumplimiento de un indicador.



## En el ámbito laboral

*Promover el liderazgo y el trabajo en equipo.* En una reciente entrevista le preguntan a Howard Gardner: “¿Por qué hay excelentes profesionales que son malas personas?”. Gardner respondió: “Descubrimos que no los hay, en realidad las malas personas no pueden ser profesionales excelentes. No llegan a serlo nunca. Tal vez tengan pericia técnica, pero no son excelentes”. Su respuesta nos recuerda que es importante que los empresarios y directivos de nuestras organizaciones consideren dos habilidades que permitirán accionar este concepto en su organización: el liderazgo y el trabajo en equipo.

Aunque es posible encontrar múltiples teorías sobre liderazgo, recomiendo, en particular, la teoría sobre el liderazgo transformacional, puesto que es la que más se aproxima a las personas desde su motivación, su estimulación intelectual y su consideración individual.

El trabajo en equipo, por otra parte, debe garantizar y propiciar la consecución de logros comunes que busquen el bien común. Ernst Friedrich Schumacher, en su libro *Lo pequeño es hermoso*, sostiene que, después de la familia, son el trabajo y las relaciones establecidas por el trabajo los que representan el verdadero fundamento de la sociedad.

Fotografía Cortesía de Bienestar Universitario de la Universidad de La Sabana

\*Magíster in Business Administration (MBA).  
Ingeniera industrial. Directora del programa de Administración & Servicio de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas de la Universidad de La Sabana.

En conclusión, se nace, pero también se hace. Por tanto, es necesario educar en el servicio desde el hogar hasta la sociedad; conocer, aprender, enseñar y accionar es la misión de quienes tenemos en nuestras manos el crecimiento de otro ser humano, bien sea un hijo, un hermano, un estudiante, un trabajador o un amigo. En fin, el servicio se concibe en la creación de valor a otra persona. ●



En la imagen Rosa María Peris

Familia-Colegio: una  
relación necesaria para  
educar a los hijos en la

18

# EXCELENCIA HUMANA

Pensar en la educación de los hijos  
lleva de forma inmediata a los padres  
de familia a pensar en la institución  
educativa en la que se encuentran sus  
hijos o en la que estos estudiarán.

Si se tiene en cuenta que los niños, los adolescentes y los jóvenes escolarizados permanecen allí al menos seis horas diarias cinco días de la semana, durante un promedio de nueve meses y, aproximadamente, un total de 15 años, se puede afirmar —con toda seguridad— que el colegio es el lugar en el que más tiempo habrán pasado los hijos al cumplir 17 años.

Esto evidencia un reto para los padres de familia: ser los principales educadores de sus hijos, sin caer en el error de delegar su formación a las instituciones educativas.

Llevar la batuta en el proceso formativo de los hijos representa un gran reto para los padres de familia en la actualidad, pues las largas jornadas de trabajo, las distancias de desplazamiento entre la casa y la oficina (en especial en ciudades grandes y congestionadas), los viajes, así como las responsabilidades laborales, ocupan la mayor parte del tiempo de padres y madres.

Sin embargo, asumir dicho reto no solo es posible sino necesario. Por eso, desde la educación



"Este modelo educativo no busca la excelencia académica únicamente, sino la excelencia humana, por la cual cada persona logra ser la mejor persona que puede llegar a ser".

José Antonio Alcázar. Licenciado en Educación y Magíster en Asesoramiento Educativo Familiar.

se implementa, en Colombia y en el mundo, una metodología educativa que ubica a la persona como centro, y concibe como componente fundamental de su desarrollo integral a la familia.

En este sentido, una de las recomendaciones más importantes de la educación personalizada, a fin de que los padres de familia no se desentiendan del proceso formativo de los hijos, es mantener una estrecha relación familia-colegio.

Lo anterior es uno de los pilares de las instituciones educativas de la Asociación para la Enseñanza (Aspaen), la cual, desde hace cinco décadas, acompaña y apoya a los padres de familia en su misión de ser los primeros educadores de sus hijos, por medio de un proyecto educativo que promueve la formación personalizada con un profundo sentido humano, social y profesional.

*Apuntes de Familia* quiso profundizar acerca del modelo de educación personalizada y de la relación familia-escuela como elemento clave en la educación integral de la persona, razón por la cual entrevistó a expertos, rectores, docentes y familias sobre el tema.

## EXPERTOS

**José Antonio Alcázar.** Licenciado en Educación y Magíster en Asesoramiento Educativo Familiar. Director de Identitas (una consultora española de educación personalizada) y profesor encargado de formar a 123 rectores, profesores y directivos de Aspaen en el programa educativo "Experto en Educación Familiar".

### ¿Cuáles son las características de la educación personalizada?

La clave está en entender bien qué es la persona. Qué es ser persona. Porque todos estamos de acuerdo en que educar es ayudar a crecer como persona. Pero la educación va a depender mucho de lo que se entiende por persona. Nosotros explicamos a la persona partiendo de cuatro dimensiones: **1. La corporal:** somos nuestro cuerpo, no tenemos un cuerpo; **2. La afectiva:** las emociones, los sentimientos, las relaciones afectivas, el temperamento y el carácter; **3. La intelectual:** la capacidad de buscar la verdad y encontrarla; **4. La libertad:** esa capacidad de ser como yo quiero ser se hace realidad a través de las virtudes.

Además, tenemos en cuenta tres características propias de la persona: **1. La singularidad:** reconocemos que cada ser humano es único e irrepetible; **2. La apertura:** el hombre es inviable en soledad; convive y se abre a las personas y a las cosas; a las personas a través de la comunicación, y a las cosas a través del conocimiento y del trabajo; **3. La filiación:** sabemos que somos hijos, todo ser humano es hijo, pero no solo de los padres que le permitieron la vida, sino de Dios, quien se la ha dado. Por tanto, no basta simplemente con ser mejor, sino que es importante ser el que Dios quiere que yo sea, el que Él me ha llamado a ser.

En torno a estos puntos, la educación personalizada estudia dieciséis campos de crecimiento personal. Este modelo educativo no busca la excelencia académica únicamente, sino la excelencia humana, por la cual cada persona logra ser la mejor persona que puede llegar a ser.

### ¿Cómo debe ser la relación entre familia y escuela en ese proceso de formación de los hijos?

Existen aspectos de la educación en los que la escuela toma una voz cantante, como son los aspectos instructivos, culturales o de desarrollo intelectual, y otros aspectos en los que la familia tiene todo que decir, por ejemplo, la educación afectiva y sexual de los hijos es cuestión de los papás; la escuela ni puede ni debe darla. Sí puede y debe colaborar con los papás, por ejemplo, formando a los padres muy bien para que sean capaces de darle a cada hijo, de modo gradual, esa formación.

A veces, por comodidad o por cobardía, los padres de familia terminan delegándole a la escuela lo que les co-

responde a ellos, olvidando que hay responsabilidades distintas para la familia, para la escuela, para el docente y para los padres.

La relación familia y escuela debe ser permanente. Padres y docentes deben preguntarse: “¿Cómo le ayudamos a esta persona, desde la escuela y desde la familia, a ser mejor?”.

*¿Qué recomendaciones prácticas puede darle a los padres de familia para que sus hijos alcancen la excelencia humana?*

**1. Tener claro el proyecto educativo.** Para trazarlo, vale la pena preguntarse: “¿Cómo quiero que sea mi hijo?”, “¿Qué me gustaría que la gente dijera de mi hijo cuando sea mayor?”. **2. Educar al hijo de acuerdo con el proyecto educativo.** Es decir, establecer unos planes de acción a partir de la siguiente pregunta: ¿Qué va hacer usted hoy para que ese hijo sea así? **3. Ser mejor persona para los hijos.** Porque con lo que se aprende y con lo que se enseña, es con lo que se es (como persona, como padre y como madre). En la medida en que los padres sean virtuosos, los hijos lo van a aprender. **4. Educar en virtudes.** Lo que se enseña en casa es lo que los hijos aprenden, por eso es necesario educar a los hijos en virtudes, para que puedan ser la mejor versión de sí mismos. Intencionalmente, los padres deben procurar la mejora de cada hijo. **5. Acudir a un experto,** a fin de que lo acompañe en el proceso educativo. Idealmente, debe ser el educador de la escuela de los hijos, para que le ayude y lo oriente con el proyecto educativo.

El educador es como un arquitecto, primero sueña, luego diseña, después pone cimientos y, finalmente, va levantando un edificio.



**Rosa María Peris Sirvent.** Licenciada en Ciencias de la Educación, Magíster en educación, Magíster en Asesoramiento

Educativo Familiar y Magíster en Neuropsicología y Educación. Consultora educativa de Identitas, y profesora del programa educativo “Experto en Educación Familiar”.

*¿Cuando se tiene hijos con dificultades de aprendizaje, es especialmente recomendable la educación personalizada?*

En todos los casos es necesaria, porque la educación personalizada significa que cada niño que forma parte de la clase es distinto; por tanto, la verdadera atención a la diversidad es la educación personalizada, aquella que tiene en cuenta cómo cada niño del aula es capaz de darlo todo.

En el caso del niño con dificultades, se recomienda realizar un modo de atención centrado en sus necesidades educativas personales. Otro tema importante para niños con alteraciones cognitivas es que, cuando se implementan en el aula modos concretos bien diversos, no solo mejora el niño que tiene dificultades, sino que mejoran todos, porque se abre su mente y su afectividad, mostrándole nuevas motivaciones para todas las cosas.

*¿Qué recomendaciones le da a unos padres que tienen un hijo con trastorno de déficit de atención e hiperactividad?*

En primer lugar, deben saber que tienen un tesoro. Es costoso, a veces, darnos cuenta de que esto es así, porque en el primer momento eso no se ve.

Pero poco a poco se irán dando cuenta de cómo ese hijo se esfuerza y cómo responde al cariño.

En esta situación es muy importante para la familia sentirse acompañada por el colegio; que exista permanente comunicación, y en el colegio entiendan que el trastorno no es fruto del desorden. Y, por supuesto, lo más importante de todo: el cariño. Estos niños necesitan sentirse muy queridos.

**Carolina Arboleda de Chiappe.** Directora nacional de Familia y Promoción de Aspaen.

*La educación personalizada contempla la relación inseparable familia-escuela para lograr el mayor crecimiento personal de los estudiantes. ¿Cómo le apuesta Aspaen a ese fortalecimiento familiar?*

Nosotros tenemos muy claro que hay asuntos que no se pueden delegar en la formación de los hijos, por eso los secundamos, los responsabilizamos; no los reemplazamos. Además, formamos a los padres en



identidad institucional (para que conozcan el proyecto educativo), amor conyugal y formación de los hijos.

Cuando los padres sacan del colegio a sus hijos es porque dejaron de ver en el colegio la prolongación de su hogar. En Aspaen no queremos que pase eso, por

tanto, hacemos realidad el proyecto educativo junto con los padres. En cuanto a los estudiantes, además del acompañamiento que tienen de parte de sus docentes y del director de grupo, tienen unas preceptorías (asesorías con un entrenador personal de Aspaen) que contribuyen a su desarrollo integral.

**¿Qué recomendaciones puede darle a aquellos padres de familia que, sin darse cuenta, han delegado la educación de sus hijos al colegio?**

1. Saber que como padres de familia tenemos una responsabilidad, no un rol; 2. Reflexionar en torno al estilo parental que están implementando en casa y esforzarse por implementar el adecuado (amor y autoridad presentes y equilibrados); 3. Entender que, como padres, pueden equivocarse, que no son perfectos, pero que siempre pueden ser mejores; 4. Formarse para ser padres, porque ser padres es —a la vez— arte y disciplina.

## RECTORES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE COLOMBIA

**Álvaro José Cifuentes.** Rector del colegio Aspaen Los Alcázares, Medellín.

**¿Por qué vale la pena apostarle a la educación personalizada?**

Porque es la educación que logra entender al ser humano en su integridad, en sus dimensiones física, intelectual, afectiva y volitiva; por tanto, es una apuesta por el ser humano. Es la mejor apuesta para hacer feliz a una persona: hacerla productiva, eficiente, con sensibilidad social y al servicio de la sociedad.

Estamos convencidos de que la educación personalizada es nuestra misión como docentes, y es la mejor forma de transformar el mundo para que los estudiantes puedan impactar la sociedad.

**Harold Yesid Cañavera Gómez.** Rector del Gimnasio Altamar, Barranquilla.

**¿Cuál es el principal desafío en la implementación de la educación personalizada?**

Uno de los principales retos es formar docentes que nos lleven a hacer vida todos nuestros lineamientos y principios, nuestros planes estructurales de formación, etc. para que en el aula de clase se viva eso que estamos planteando en la teoría.



Educación personalizada es...

**“Enseñarle a nuestras estudiantes a vivir, a valorar la vida, a saberla vivir y a ofrecérsela al Señor”.**

Marcela Artunduaga Cruz, colegio Aspaen Gimnasio Yumaral, Neiva.

“Es atender a cada estudiante y a cada familia de acuerdo con sus intereses y necesidades”.

Libia Rosa, Institución Educativa Infantas, Barrancabermeja.

Asimismo, que se apropie de una manera tal que sí exista una diferencia entre las matemáticas que se enseñan en nuestro colegio con relación a las que se enseñan en otros. Y no me refiero al concepto, porque la teoría es la misma, me refiero al método, a la enseñanza, a la cercanía que hay para identificar las necesidades de cada estudiante, para trabajarlas y en equipo potenciarlas.

¿Cuál es la relación entre la educación diferenciada y la educación personalizada?

Ahí empieza el principio de la educación personalizada. No es lo mismo identificar y apoyar las necesidades de una niña que las de un niño. No son iguales las etapas de desarrollo que vivimos.

Por supuesto, es necesario llegar a un punto en el que debemos socializarnos e interactuar, pero con una formación adecuada para no equivocarnos, no introvertirnos, ni mucho menos maltratarnos. Para nosotros es un ingrediente importante poder atender las necesidades particulares de la niña y del niño.

La educación diferenciada no es separar para no estar, es separar para formar, para que hombre y mujer se puedan relacionar de la mejor manera. Con la educación diferenciada hacemos el escenario propicio para poder validar la educación personalizada. Y esas dos conjunciones son las que nos permiten lograr o visionar nuestro proceso de formación.

**Soraya Jaime de Lavallo.** Rectora Gimnasio Cartagena de Indias.

¿Cuál es el sello que deja en los estudiantes la educación personalizada que recibieron en el colegio?

Cuando nuestras estudiantes salen del colegio no son tan conscientes de que llevan tanto aprendizaje y autoconocimiento. Pero en un ambiente diferente al

“Es conocer a la persona para poderla ayudar a construir su proyecto de vida”.

Edgar García Canoa, director general Colegio El Rosario.

colegio (la universidad) se dan cuenta de todo lo que llevan dentro y por eso regresan, por eso vuelven al colegio a actualizarnos sobre sus logros.

Las estudiantes regresan con mucha frecuencia, y es ahí, en esas visitas, que yo compruebo que ha valido la pena el proceso que se ha llevado a cabo, por lo que nos cuentan acerca de sus vidas.

**Gustavo Ramírez Valderrama.** Director general del Gimnasio Cartagena.

¿Cuál es la invitación a otras instituciones para que le apuesten a la educación personalizada?

Realmente, es una apuesta a una educación de mucha calidad que permanece en el tiempo y que, a través de los años, ha probado ser muy positiva. Esta invitación es para que tengan en cuenta la posibilidad de actualizar sus conocimientos en la educación personalizada, porque este modelo es una construcción colectiva de padres, de maestros, de educandos y de educadores.



En la imagen Juliama Berrío, Gustavo Ramírez, Soraya Jaime

**Carolina Pardo.** Directora ASPAEN Atavanza Campestre.

¿Cómo debe ser la relación de los padres de familia con el jardín o preescolar de sus hijos?

Se debe propiciar un espacio de entrevistas regulares en donde el director de grupo pueda retroalimentar a los padres sobre las actividades, los comportamientos y el desarrollo del niño en cada una de sus dimensiones. De igual manera, en este espacio los padres deben contar las novedades familiares, los comportamientos y avances observados desde la casa, en el niño.

Adicionalmente el preescolar puede orientar en las bases de educación según la etapa del desarrollo de los niños, con charlas o talleres grupales en donde se evidencie un clima de confianza e intención de apoyar a los padres en su labor de educar y formar a sus hijos.

Finalmente, desde el preescolar es importante motivar a los padres a compartir tiempo de familia y a estudiar (leer y tomar cursos-seminarios en donde ellos puedan conocer sobre las pautas de crianza, autonomía, límites, tiempo libre, entre otros tantos temas que se relacionan con el crecimiento y afianzamiento de la personalidad y carácter de los niños).

La primera infancia pasa muy rápido y en estos años se conforma el 70% de lo que será la identidad de la persona, y los padres son los principales protagonistas en ésta etapa con sus hijos.

**“Es el medio para descubrir quién es la persona”.**

Gloria Nelly Caballero, Aspaen Preescolar Los Almendros, Barrancabermeja

## INSTITUCIONES PÚBLICAS

**Bibiana Rincón Luque.** Secretaria de Educación de Barranquilla.

**Si se tiene en cuenta que la educación y crianza de los hijos es un deber y un derecho de los padres de familia, ¿qué acciones adelanta la Secretaría de Educación de Barranquilla para promover dicho deber y derecho?**

Desde la Secretaría de Educación de Barranquilla se vienen implementando distintas estrategias de fortalecimiento de la convivencia escolar que promueven competencias ciudadanas garantizando ambientes escolares seguros.

Una de ellas es la de ‘Gestores de Convivencia y Familia’, por medio de la cual desarrollamos acciones de acompañamiento por parte de un equipo de psicólogos, con el objetivo de conformar redes familiares y fortalecer la relación entre padres de familias, docentes, estudiantes y toda la comunidad educativa.

Así mismo, se lleva a cabo la estrategia ‘Escuelas de Familia’, que tiene como objetivo brindar a los padres de familia y a la comunidad educativa, un espacio de reflexión y diálogo donde se comparten saberes y experiencias acerca de la importancia del involucramiento parental en el mejoramiento del rendimiento académico, de la convivencia, del ambiente escolar y del crecimiento personal de los estudiantes.

Contamos además con una estrategia de acompañamiento jurídico en temas de familia en todas nuestras instituciones educativas distritales, la cual pretende que las familias se apropien e implementen mecanis-



**"no solo se trata de involucrar a los padres en la educación académica, sino en la formación emocional de sus hijos, en la construcción del carácter del joven, de su buen comportamiento, y de unas pautas de crianza alineadas a la buena comunicación y el respeto"**

Bibiana Rincón, Secretaria de Educación de Barranquilla.

mos legales existentes y establecidos en la ruta de atención integral para la convivencia Escolar.

Por último contamos con estrategias interinstitucionales con entes como el ICBF, cajas de compensación y otras organizaciones, que se suman al esfuerzo de

## El núcleo familiar es clave en el crecimiento y desarrollo social, cultural, académico y afectivo del ser humano

Bibiana Rincón, Secretaria de Educación de Barranquilla.

reducir los factores de riesgo a los que se exponen nuestros estudiantes, brindando a los padres de familia herramientas claves para lograr la corresponsabilidad, el involucramiento parental y la participación activa en el crecimiento de sus hijos.

### ¿Cuál es el reto más grande, desde la Secretaría de Educación, en la relación familia- escuela?

El reto más grande es quizás, lograr el compromiso por parte de los padres de familia, su involucramiento en los procesos de aprendizaje y enseñanza de los niños y jóvenes.

El error más grande, es pensar o creer que la formación y educación es una labor netamente de la escuela, cuando es un trabajo de articulación, un trabajo en equipo que requiere de la participación activa y armónica entre docentes, padres y estudiantes.

Además, no solo se trata de involucrar a los padres en la educación académica, sino en la formación emocional de sus hijos, en la construcción del carácter del joven, de su buen comportamiento, y de unas pautas de crianza alineadas a la buena comunicación y el respeto.

Trabajamos día a día para romper este paradigma para lograr mayor participación de los padres de familia; si no tenemos padres atentos, presentes, pen-

dientes de sus hijos, no logramos ni avanzamos nada desde la escuela. Por eso todas nuestras estrategias y acciones apuntan no solo a la formación integral de estudiantes enfocados en la convivencia escolar, sino a fortalecer ese vínculo, ese lazo que se debe crear para que los padres de familia sean integrantes claves de la comunidad educativa que educa a sus hijos.

### ¿Por qué vale la pena apostarle, desde la Secretaría de Educación, a fortalecer el vínculo inseparable: familia- escuela?

Cuando hablamos de formación y educación de niños y jóvenes, debemos tener en cuenta que el enfoque siempre debe ser integral, porque si no atendemos y trabajamos desde todos los ámbitos, no lograremos jamás el impacto que deseamos. Podemos hacer maravillas desde la escuela, que pueden ser eliminadas o borradas en cuestión de segundos desde las acciones que se tomen en el hogar.

El núcleo familiar es clave en el crecimiento y desarrollo social, cultural, académico y afectivo del ser humano; por ello debemos trabajar para que se cree y se mantenga esta sinergia entre escuela/familia, que es la que genera un ambiente óptimo y apropiado para la formación de una persona.

Estamos trabajando para formar seres integrales, buenos ciudadanos, personas que se desarrollen no solo con conocimientos académicos, si no con una moral y ética clara, formados en valores que les permitan tomar las decisiones correctas para su vida.

Al final, todo esto es posible cuando educamos con y desde el amor, de ahí parte todo, y es esa la esencia de apostarle al vínculo de la familia/escuela. Porque si no educamos desde el amor, no logramos una sociedad equitativa e igualitaria, y tendremos seres humanos lastimados y golpeados por la violencia.-

todo esto es posible cuando educamos con y desde el amor, de ahí parte todo, y es esa la esencia de apostarle al vínculo de la familia/escuela.

Bibiana Rincón, Secretaria de Educación de Barranquilla.

## FAMILIAS

**Familia Barrera Donado.** Colegio Marymount de Barranquilla.

¿Cuál es el valor agregado que le aporta el Colegio al proceso de formación de sus hijos?

Sin lugar a duda, el valor agregado del colegio Marymount es la formación para los estudiantes en valores, la conciencia social y la estructuración de un pensamiento integral, lo cual refuerza lo que enseñamos y transmitimos desde casa.



**Familia Suz De Castro.** conformada por Salim David y Mary Ellen quienes llevan 13 años de casados y sus hijos Salim José y Sabrina de 9 y 4 años, estudiantes del Colegio Marymount de Barranquilla.

¿Cuál considera que es la importancia de la relación familia-escuela en el proceso formativo de sus hijos?

Consideramos que la educación de un niño es una responsabilidad compartida entre el colegio y la familia. Si no hay una coherencia en esta relación, el niño crece confundido y no se logra el objetivo de formación deseado. Esta coherencia existe siempre y cuando haya una relación efectiva entre la familia y el colegio.



**Familia Vega Corredor.** conformada por Sofía Corredor Torres y Evaristo Vega, quienes llevan 22 años de casados, y sus hijos María Camila, María Sofía y José Manuel. Colegio Aspaen Gimnasio Cantillana y Gimnasio Saucara, Bucaramanga.

¿Que estrategias implementan como padres para mantener la relación familia- escuela?

Como en toda relación, la estrategia es el diálogo, estar pendientes de las comunicaciones enviadas por el colegio, de las ayudas en formación que nos brindan, y de las herramientas virtuales que se han creado para este efecto, sin dejar a un lado el contacto directo con las docentes en los espacios destinados para el relacionamiento. Posterior a esto la socialización en familia, es vital para el logro de las metas personales, familiares y de comunidad. ●



# Juego vs. riesgo

## juegos virales que ponen en riesgo a los niños y adolescentes

Fernando Antonio Moreno\*

¿Sabes a qué juega tu hijo en las redes sociales? ¿Es tu hogar un escenario de diálogo y comunicación? ¿Están tus encuentros en familia enmarcados por la presencia de dispositivos móviles? ¿Conoces a tu hijo? ¿Sabes qué son las redes sociales y cuáles usan tus hijos? ¿Invitan a tu hijo a jugar en redes sociales? La búsqueda por parte de los niños, adolescentes y jóvenes de destacarse, pertenecer a una comunidad, ser reconocidos y admirados entre sus amigos o sus padres, así como de enfrentarse a nuevos retos y experimentos, ha llevado a que sus vidas estén en juego en Internet y en las redes sociales.

Durante los últimos años, los medios de comunicación han denunciado la existencia de retos y juegos que se viralizan por medio de las redes

sociales, los cuales se caracterizan por fomentar la autoagresión o el maltrato a otros. El primer caso de gran impacto fue Ballena azul, conocido porque, después de invitar a los participantes a cumplir con más de cincuenta actividades o retos, terminaba por incitar al jugador al suicidio.

Los principales usuarios de estos juegos son niños, adolescentes y jóvenes que, sin darse cuenta, terminan por ser víctimas del *ciberbullying*. Este panorama enciende las alarmas para los padres de familia, educadores y entidades de seguridad en Colombia.

Por tanto, es importante mencionar los retos más comunes a fin de que padres, cuidadores y educadores puedan detectar señales de alerta que les permitan proteger a sus hijos o estudiantes.

## Juegos virales de social challenge

Entre estos se encuentran:

26

- **Blue whale (o la Ballena azul).** Siniestro desafío que invita a superar una serie de retos durante cincuenta días, bajo la guía de un tutor que los lidera. Promueve la autolesión y el suicidio.
- **La Ouija.** Se trata de convocar demonios y espíritus. Establece el riesgo de convocar a actos violentos y comportamientos extraños.
- **Reto hielo y sal.** Se invita a los niños o jóvenes a colocar sal en cualquier parte del cuerpo, y encima de este punto hielo, de manera que al combinarse deja quemaduras de primero o segundo grado, así como ampollas.
- **La legión Holk.** Reclutan a niños para invitarlos a asesinar y generar violencia y apología al odio.
- **Cinnamon challenge.** Reta a los jugadores a filmar un video mientras tragan una cucharada de canela en polvo "sin agua" durante un minuto. Lo anterior produce ahogamiento y expulsión por la nariz y la boca, efecto que se conoce como "aliento del dragón".
- **Juego de la hoja blanca.** Utilizar una hoja y hacer lo posible para que la cintura quede dentro del área de la hoja de papel. Promueve la anorexia y la bulimia.
- **Ab crack.** Llevar a un extremo la baja de grasa corporal.
- **Eye bolling.** Invita a los jóvenes a consumir alcohol por los ojos, de tal forma que llegue más rápido al corriente sanguíneo y se generen "mejores" y más rápidas sensaciones.
- **El ahorcado.** Se invita a un amigo a ahorcarlo hasta buscar la pérdida de conocimiento. La sensación de recuperarlo genera ansiedad y éxtasis en el joven.
- **Knockout game.** Consiste en pegarle a una persona hasta que pierda el conocimiento, y así demostrar su poderío y su fuerza.



Ante la eminente exposición de los niños, adolescentes y jóvenes a estos retos, vale la pena hacer algunas recomendaciones para prevenir la participación de los hijos o estudiantes en estos.

1. Padres presentes en la vida de sus hijos.
2. Fortalecer el diálogo y la comunicación en el hogar.
3. Desarrollar un modelo de “prevención y protección” desde el hogar frente a los distintos riesgos en las redes sociales e Internet.
4. Evaluar el nivel de comunicación entre padres e hijos.
5. Identificar cambios de tipo personal, físico o emocional en los hijos.
6. Conocer cuáles son los juegos virales y las tendencias frente al nuevo modelo de comunicación de los hijos. Quien conoce identifica los niveles de amenazas, de vulnerabilidades y de riesgos a los que se enfrentan.
7. Integrar soluciones en seguridad informática en todos los dispositivos móviles y pantallas, con el fin de disminuir los riesgos.
8. Promover la educación familiar en torno al uso responsable y seguro de Internet, las redes sociales y los juegos virales.
9. Estar dispuesto a escuchar a los hijos y ayudarlos en caso de estar en peligro.
10. Diseñar cátedras de familias seguras frente a los riesgos de las redes sociales y el Internet. ●

\*Ingeniero Eléctrico, Magíster en Seguridad y Defensa Nacional. Diseñador de Sistemas de Gestión en Seguridad Integral “Prevención & Protección” en Niños y Adolescentes, de la Universidad Militar Nueva Granada.

- **Abecedario del diablo.** Mencionar una palabra por cada letra del abecedario mientras laceran alguna parte de su cuerpo. A mayor demora en la respuesta, mayor daño.
- **Condom challenge.** Colocar la cabeza dentro de un condón.
- **La ruleta rusa en moto.** Invitación a pasarse un semáforo en rojo, o a frenar lo más cerca a una moto o carro.
- **Operación 7.** Es un juego que ya se encuentra en aplicaciones. Consiste en desafíos que incitan a los niños a ser malandros, enseñándoles a manejar armas, a producir drogas y a matar.

- **San Andreas.** Es un juego que tiene diferentes modalidades que van desde la pornografía hasta la práctica de torturas.
- **Drogas auditivas.** Por medio de música subliminal inducen al individuo a entrar en un trance. Producen efectos similares a los de las drogas alucinógenas.
- **Kylie Jenner challenge.** Consiste en introducir los labios en una botella o vaso muy pequeño y succionar, a fin de que se hinchen y se vean más voluptuosos. Lo anterior ocasiona serias lesiones.

- **Eraser challenge.** Consiste en utilizar una goma de borrador en el cuerpo hasta hacerse una herida, para luego compartir las fotos en redes sociales.
- **Kiki challenge.** El desafío es descargar música y bajarse del carro mientras está en movimiento o situarse delante de un vehículo en movimiento.
- **Folio A4.** La medida de su cintura no podrá superar los 21cm.

# JUGAR

no debe pasar  
de moda

El juego es parte natural del desarrollo de la persona. A través del juego los niños exploran su entorno, socializan con otras personas y fortalecen sus habilidades.



28

De acuerdo con Pilar Guembe y Carlos Goñi, en su libro *Porque te quiero educar con amor y mucho más*, publicada en 2011, el juego entrena a los niños en la solución de conflictos y el control de la ansiedad; desarrolla su psicomotricidad; estimula la atención, la memoria, la imaginación y la creatividad; favorece el autoconocimiento y la asertividad.

Investigaciones recientes demuestran que el impacto de los juegos tradicionales (juegos al aire libre, con fichas, con bloques, con rompecabezas, con pelotas y con todo aquello que implique interactuar con otros y con el espacio) contribuyen, en mayor medida, con el desarrollo de habilidades de los niños, frente a los juegos virtuales o videojuegos. Por eso, jugar -como se jugaba hace unas décadas- no debería pasar de moda.

Una investigación realizada en 2015, por los psicólogos Jamie Jirout y Nora Newcombe, demostró que "proporcionarles a los niños acceso a experiencias de juego espacial es una manera muy fácil de impulsar el desarrollo espacial, especialmente en los niños que usualmente tienen un rendimiento académico inferior".

En la investigación participaron 847 niños, de 4 a 7 años. Los hallazgos evidenciaron mayor desarrollo de habilidades en aquellos que jugaban con rompecabezas, bloques y juegos de mesa con frecuencia (más de seis veces por semana) frente a aquellos que jugaban, con estos, en menor medida.

Por otro lado, investigaciones acerca de la influencia del juego en el desarrollo de la capacidad lingüística, demuestran que el juego virtual o con dispositivos móviles, en edades tempranas, afecta negativamente la calidad y la cantidad del *input* lingüístico de los niños.

Es el caso de un estudio, realizado a 26 bebés de 10 a 16 meses, por la Dra. Anna Sossa, profesora de la Universidad de Arizona, que comprueba la estrecha relación que hay entre la lectura y el juego tradicional con el desarrollo lingüístico de los niños.

Finalmente, el doctor en neuropsicología Álvaro Bilbao, autor del best seller *El cerebro del niño explicado a los padres* recomienda evitar la exposición de los niños menores de 6 años a los dispositivos móviles y promueve el juego libre y tradicional como potenciador del desarrollo neuronal.

Lo anterior, invita a los padres a promover el juego en casa. Hacer que los hijos se desconecten de las pantallas para jugar, a lo que jugaban sus padres y abuelos, es un interesante reto para los padres actuales. El juego tradicional y los juegos de mesa, tendrán que estar de moda nuevamente. ●



CLÍNICA  
UNIVERSIDAD DE  
LA SABANA

20 años comprometida con la  
rehabilitación de las personas  
en situación de discapacidad

La Clínica Universidad de La Sabana recibe por segunda vez la  
máxima acreditación internacional en rehabilitación por parte de la  
Commission on Accreditation of Rehabilitation Facilities (CARF)



Pionera en Colombia con el  
Proceso Interdisciplinario de  
Rehabilitación PIR®



# MICROORGANISMOS

## ¿qué son y cómo prevenir su contagio?

Otto A. Sussmann\*

Prácticamente desde el nacimiento de la vida misma y el origen de las especies, los microorganismos han convivido con los seres vivos. En el caso de los seres humanos, el primer contacto real lo tenemos en el nacimiento, cuando nos colonizamos con la flora normal de la cavidad vaginal de la madre. Asimismo, al salir al exterior tenemos contacto con los gérmenes que normalmente se encuentran en los ambientes y, a partir de entonces, en todas las superficies de contacto (pisos, baños, buses, bancos, etc).

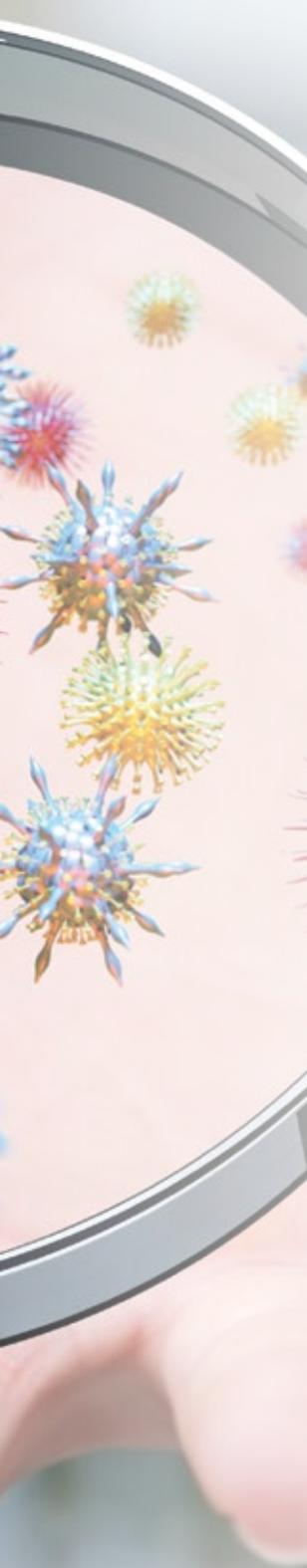
Muchos de estos microorganismos se convierten en algo que denominamos “la flora normal” (hoy en día microbiota), con la cual vivimos en una relación permanente. La flora normal es útil para algunos procesos; por ejemplo, la flora de la piel y la de la cavidad oral actúan como un mecanismo de defensa contra otros organismos; la flora normal del colon sirve para que podamos degradar la celulosa de los vegetales o la producción de algunas vitaminas; y la flora vaginal, por su parte, cambia condiciones locales a través del ciclo menstrual.

A la flora la pueden alterar elementos exógenos (cremas, soluciones antisépticas u odorizantes, entre otros) que afectan el equilibrio y favorecen la aparición de enfermedades infecciosas.

Es importante poner atención, en este punto, al mal uso de los antibióticos que generan alteraciones en la flora normal y resistencia a los propios antibióticos, de manera que generan gérmenes superresistentes sin alternativas terapéuticas para su manejo.

Por otra parte, los microorganismos pueden producir enfermedades infecciosas, las cuales son la causa más frecuente de consulta. Las formas de





transmisión son múltiples: contacto directo (infecciones de piel y tejidos blandos); respiratoria (virus de la influenza, neumonías, tuberculosis, varicela, etc.); oral (hepatitis A, salmonelosis, infecciones enterotoxigénicas —intoxicaciones alimentarias—); transmisión sexual (sífilis, herpes, papilomavirus, infección por VIH); por vectores (dengue, malaria, leishmaniasis); y transfusionales o al compartir agujas (hepatitis B, hepatitis C, VIH).

Muchos de estos microorganismos están presentes en nuestras actividades diarias. Por ejemplo, si alguien que presenta una infección estornuda y no se cubre nariz y boca, disemina —por medio de pequeñas gotitas— microorganismos que nosotros respiramos. Asimismo, las encontramos en el bus al agarrar el pasamanos, en las llaves de baños públicos, en los billetes que a diario manipulamos, inclusive en nuestras casas (en especial en las áreas de baños, donde hay una alta concentración de estos microorganismos, así como en las neveras, pues en las frutas, las verduras y las carnes puede haber bacterias y hongos).

Esto demuestra cómo si bien nuestro organismo está en una continua lucha con los gérmenes, afortunadamente nuestro sistema inmune es muy efectivo y gana la mayoría de las batallas. Cuando esto no ocurre, se rompe el equilibrio y aparecen los síntomas propios de cada infección.

Otro aspecto importante son las infecciones asociadas al cuidado de la salud (infecciones hospitalarias o nosocomiales). Cuando una persona ingresa a un hospital o a una clínica existe un riesgo inherente de adquirir infecciones durante su estancia, lo cual se encuentra asociado a las condiciones mismas de los pacientes y a los diferentes tipos de intervención a los que se someta durante su estancia.

A fin de prevenir esto, las instituciones de salud cuentan con los comités de control de la infección, los cuales —mediante diferentes

procedimientos— minimizan el riesgo de adquisición de este tipo de infecciones.

Lo más importante es la prevención, y la principal medida de control de la infección es el lavado de manos, promulgado de manera amplia por la Organización Mundial de la Salud y objeto de campañas mundiales y locales. A esto se unen sistemas de aireación adecuados, disposición de excretas, recolección y disposición de basuras (clasificación de basuras al separar las que tiene riesgo biológico (contaminación), la disposición adecuada de elementos corto punzantes (agujas, cuchillas y jeringas), la limpieza y desinfección de superficies y la limpieza de heridas, entre otras. De manera individual, el baño diario, el cambio de ropa y el uso de tapabocas en caso de tener infecciones respiratorias, entre otros.

De igual forma, no puede negarse el impacto de la vacunación, pues muchas de las vacunas están hechas de microorganismos. Tenemos hoy en día dos vacunas cuya protección implica la disminución de cánceres asociados a estos microorganismos: hepatitis B y virus del papiloma humano. Además, se ha demostrado, por medio de múltiples estudios, el impacto de la vacunación en la disminución de la morbilidad y la mortalidad asociada a infecciones.

Por último, vale la pena recordar que el papel benéfico de los microorganismos no lo tenemos solo en los aspectos de mecanismos de defensa, en los metabólicos o en el desarrollo de vacunas. También se da en la industria, en particular en la de lácteos (yogurt, kumis, quesos madurados, agentes probióticos), y en agricultura, en procesos de fitomejoramiento. En la actualidad existen muchos estudios sobre el papel de la microbiota humana y de cómo se puede aprovechar en el manejo de diversas infecciones. ●

\*Médico Microbiólogo, Especialista en Enfermedades Infecciosas. Clínica Universidad de La Sabana

# Noviazgo en los hijos:

## Orientaciones para padres de familia.



32

Andrés Cano, profesor de las electivas *Relaciones románticas* y *Coaching para amar y ser amado* del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana, responde algunas de las preguntas más comunes de los padres de familia, con respecto a las relaciones de noviazgo de sus hijos.

### 1) ¿Qué hacer si no me gusta su novio?

No importa si le gusta o no su novia, a quien tiene que gustarle es al hijo. Suena chistoso o hasta irreverente, pero es verdad.

Lo importante, en este sentido, es revisar si esa relación es constructiva y amorosa. Es decir, si los hace crecer como persona, en todas sus dimensiones.

Si nota que esto no está pasando y que ha descuidado sus hábitos de estudio, sus actividades deportivas o artísticas, su relación con Dios, o sus relaciones familiares, entonces es hora de tener una conversación sincera, tranquila y sobre todo, sin juicios hacia el hijo o su novia.

No se trata de decirle “usted es muy desconsiderado con su familia, ya ni siquiera sale con nosotros, es que esa niña no lo suelta...”, por el contrario, hay que invitarle a reflexionar acerca de su relación, basándose en hechos. Por ejemplo, “Daniel, el fin de semana pasado faltaste al cumpleaños de tu abuelita, ¿qué pasó?”... y continuar con un diálogo tranquilo, objetivo, que genere confianza y abra un espacio para la comunicación.



## 2) Mi hija tiene 13 años y ya tiene novio, ¿qué hacemos?

Entablar un diálogo con ella sobre la razón por la que tiene novio. Igual que en el punto anterior, evite los juicios o imposiciones. Su hija puede tener diferentes motivos para entablar una relación amorosa, por eso, es clave demostrarle el cariño físicamente, de este modo entenderá que sus padres la aman incondicionalmente.

## 3) Mi hijo tiene 26 años y no ha tenido de novia.

¿Cuál es su proyecto de vida?, ¿qué piensa de tener novia?, ¿realmente tiene vocación matrimonial?.

Antes de responder estas preguntas acerca de la relación de noviazgo del hijo, hay que preguntarse qué creemos de una relación de noviazgo. Es decir, ¿para qué es y qué esperamos como padres de la relación a futuro de nuestros hijos?.

Si se quiere que ellos tengan una relación de pareja estable y para siempre, el noviazgo deberá estar orientado hacia eso, y por lo tanto, habrá que considerar varias características de este tipo de relación.

El noviazgo es parte esencial en el proceso de maduración del amor, aquel por el cual el amor va creciendo desde un estado embrionario hasta hacerse maduro, fuerte, entregado, exclusivo, permanente... porque en ese estado final, no hay otra opción que entregarse a esa persona, a la cual se ama por encima de sí mismo, tomando decisiones que influyen en el proyecto de vida de ambas personas.

Como se ve, el noviazgo no es algo tan sencillo; debe comprenderse que una relación matrimonial requiere de unas cualidades y potencialidades que se irán adquiriendo en el noviazgo, y muchas personas simplemente no estarán dispuestas o “diseñadas” para este tipo de relación.

De este modo, se entiende el noviazgo como una etapa en el proceso de maduración del amor que viven dos personas del sexo opuesto, en la que se busca conocerse a sí mismo y al otro, con miras a una complementariedad, que se proyecte a la posterior entrega total.

Como expresa López Quintás en su libro *El secreto de una vida lograda* la misión del noviazgo

es pasar de la atracción física al amor personal; al amor en su máxima expresión.

## 4) ¿Cómo ponerle límites a mi hijo en su relación de noviazgo en la casa?.

Los límites que deberán tener los hijos en cuanto a su relación de noviazgo son los que les permitirán vivirlo de acuerdo a sus características: temporal, amoroso, conocimiento de sí mismo y del otro, complementariedad y proyección.

**1. Temporal:** el noviazgo es una etapa, no es el fin en sí mismo; lo que se vive en él tiene carácter temporal y cualquier cosa que pueda ser de carácter definitivo se tiene que evitar: irse a vivir juntos, tener relaciones sexuales, comprar una casa, hacerse un tatuaje con el nombre de la otra persona, etc.

Vivir esta característica evita el apegamiento o acostumbamiento a la otra persona, de tal manera que se pueda vivir el noviazgo de la forma más libre posible, permitiendo tomar la decisión de continuar o no con esa persona, sin ningún tipo de condicionamientos ocasionados por un compromiso o una responsabilidad asumida precipitadamente.

**2. Amoroso:** en este tipo de relación, se espera que el amor vaya madurando hacia un amor más profundo. Esto se logra con un esfuerzo constante por buscar lo mejor para la otra persona, lo cual es una tarea que requiere del desarrollo constante de virtudes que promuevan mejores relaciones.

Si hay un esfuerzo consciente y propio por mejorar, si hay una vivencia de virtudes, se le podrán proporcionar mayores bienes a la otra, se le estará amando más.

López Quintás enfatiza en varias virtudes especialmente necesarias en un noviazgo: la generosidad, el respeto a la persona, la sinceridad, la veracidad, la sencillez, la simpatía, la paciencia y la fidelidad.

Tratar de vivir todas estas virtudes, en el día a día, conllevará -con seguridad- a un noviazgo más libre, pleno y constructivo; un noviazgo en el que se pueda estar tranquilo de ir madurando, porque no se busca lo más cómodo sino lo que más conviene.

**3. Conocimiento de sí mismo y del otro:** el conocimiento de cada uno es fundamental en el noviazgo porque, como sostiene Cristian Conen

en su libro *Claves para saber amar*, le permite a la persona “superar la idealización propia de la fase inicial del encuentro de la relación y del fenómeno emotivo del flechazo”.

En palabras de López Quintás, el conocimiento propio y del otro, facilita despegarse de lo que más llamó la atención al principio, para fijarse en los aspectos más profundos de su persona.

Este conocimiento es, a su vez, la base para el conocimiento de la relación de pareja y se logra de una manera más clara cuando, antes de ser novios, han sido amigos.

Una de las características más importantes en la amistad es ser aceptado y ser uno mismo. Cuando se quiere agradar a otra persona, es probable que se busque ocultar algunos hábitos o tratar de ser otro para acomodarse a lo que esa persona pareciera estar buscando. Conocer al otro y a sí mismo, no basta para tener una buena relación de noviazgo. Alguien puede tener actitudes y comportamientos con una persona específica, mientras que con otra no los tiene. Esto es clave para entender que una relación no se daña porque uno de los dos sea “malo” sino porque la relación simplemente no funciona.

**4. Complementariedad.** Cristian Conen asegura que “El acuerdo o desacuerdo en los temas fundamentales de una vida en común... servirá para visualizar si será posible, o por el contrario, será muy difícil o imposible vivir solo y siempre con la persona de la que uno se ha enamorado”.

Algunos de estos temas fundamentales son: caracteres de personalidad, uso del tiempo libre, vida social, vivencia de la fe, actitud frente a los hijos, al dinero, al trabajo, a la familia de origen y a la sexualidad.

**Ser complementarios no quiere decir ser iguales, pueden incluso ser muy diferentes. La complementariedad está en que la relación saca lo mejor de cada uno, los potencia.**

La complementariedad posibilita mejorar en aquello que no es tan “natural”. Es por eso, que el hecho de que sean diferentes sexos, conlleva a que el hombre tenga que pensar en cómo es la mujer, para actuar conforme a lo que ella es y no a lo que el hombre cree que debería ser. La mujer, a su

vez, tendrá que pensar en el hombre para actuar conforme a lo mejor para este.

No basta, por tanto, ser complementarios en uno o en varios aspectos de la persona, es necesario ser complementarios en toda la persona física, intelectual, espiritual y socio-afectivamente.

**5. Proyección:** cuando la relación madura, ya no se centra en lo que se obtiene momentáneamente de la otra persona, sino que se proyecta a futuro. La persona se da cuenta que la otra no se limita ni se agota en los beneficios que da, sino que es mucho más que eso, se encuentra en la grandeza de ser persona. Se reconoce que vale la pena estar con ella para siempre por lo que *es*, no por la utilidad que reporta. Se le quiere dar lo mejor, el mayor bien que se posee, es decir, ella misma, constituyéndose así en la expresión más grande de amor que se puede ofrecer a otro.

Si los padres tienen claras estas características del noviazgo, irán dejando los límites claros en sus hijos desde que son niños.

### 5) Mi hijo y su novia quieren viajar juntos, ¿qué hacer como papás?

De acuerdo a las características anteriores, si los padres quieren que su hijo tenga una relación amorosa, deben dejar claro que no están de acuerdo con esa decisión. Dependiendo de la edad, los padres podrán tener más o menos participación en dicha decisión.

### 6) Recomendaciones para ayudarlo a vivir su etapa de noviazgo de la mejor manera.

Mostrarles con la palabra, respetuosa y libre de juicios, y el ejemplo de su relación de esposos, lo que es vivir plenamente el amor, con su consecuente **entrega y alegría**. Que ellos vean de primera mano, y de forma natural, lo que significa el amor matrimonial.

Como el amor es una realidad espiritual, será de mucha importancia ofrecerles (de manera atractiva pero firme) fundamentos espirituales que les den solidez y seguridad en que ellos también pueden llegar a tener un amor para siempre. ●

## Libros recomendados

Carolina Oquendo Madriz\*

\*Abogada, magister en pedagogía; diplomada en orientación familiar. Profesora del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana

### Libros para padres

#### Elogio de las familias sensatamente imperfectas

Gregorio Luri, Ariel, 2017.

La confianza que una familia normal deposita en sí misma no niega los problemas, pero ayuda a encararlos sin poner en cuestión el amor mutuo de sus miembros. Permite de esta manera proporcionar a los hijos la lección más importante de su vida. Es una lección que sólo se puede aprender en el seno de la familia normalmente imperfecta: la de que podemos ser amados a pesar de nuestras imperfecciones.

En una época de confusión y sobreprotección, Gregorio Luri se atreve a decir alto y claro lo que cada vez parece menos evidente: un hijo tiene derecho a saber que ser disciplinado es más importante que ser tan solo inteligente; cuán más grave que equivocarse es no aprender nada de la equivocación; que se puede disponer de mucha información y ser un ignorante; que está muy bien de vez en cuando decir “no”, y que es imprescindible aprender las cuatro palabras mágicas: “por favor”, “gracias”, “perdón” y “confío”.



#### La familia competente. Nuevos caminos en la educación

Jesper Juul, Herder Editorial, 2014.

Es la calidad de la dinámica familiar entre los adultos la que marca un tono determinado y decide la atmósfera que se respira en la familia... el ambiente general de una familia depende más de cómo se las arreglan los adultos, en conjunto, con sus sentimientos. ¿Puedo hablar con mi pareja sinceramente sobre mis preocupaciones y necesidades? ¿Se toman en serio mis sentimientos dentro de la familia? En esencia, esta es la cuestión central.

Jesper Juul, con base en el proyecto de ámbito europeo Familylab, fomenta la idea según la cual la educación de los hijos es un proceso para toda la vida que compete a toda la familia. ¿Deseamos que nuestros hijos se conviertan en personas con un alto nivel de independencia, capacidad y autoestima? Para esto los niños necesitan padres dispuestos a desarrollarse, padres que sean como faros que emiten señales claras y constantes, y se expresen con claridad. Niños competentes necesitan padres competentes.



35

### Primera infancia

#### Daniel quiere ser detective

Marta Jarque, Editorial Bambú, 2009.

Daniel dice que quiere ser el mejor detective del mundo. Para ser el mejor detective del mundo solo necesita: Tener los ojos bien abiertos y fijarse en todo lo que le rodea. Llevar limpios los oídos y escuchar con mucha atención cualquier ruido que haya a su alrededor. Saber andar con sigilo y, si es necesario, de puntillas para no hacer ningún ruido.

Daniel quiere ser detective y está convencido de que tiene lo que necesita para convertirse en uno bueno. Incluso tiene su primer caso: descubrir quién se ha comido su sándwich de queso. Daniel sigue todas las pistas y toma nota en su cuaderno, pero, ¿será valiente para llegar hasta el final y cerrar el caso?





# The Family Voices:

## una estrategia para comunicar la riqueza de la familia

36

The Family Voices es una iniciativa de comunicación liderada por el profesor Juan Camilo Díaz B., del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana, que está al servicio de la sociedad, de las instituciones que promueven a la familia y de los medios de comunicación.

Desde una estrategia de comunicación definida, que parte de reconocer la realidad de la institución familiar, y los desafíos que se presentan actualmente para fortalecer una visión humanista de la familia, busca fomentar unas líneas de comunicación para que la voz de quienes promueven, estudian y trabajan con, para y desde la familia, sea escuchada en los diferentes espacios de discusión, como los medios de comunicación, y así contribuir a formar opinión pública favorable que reconozca y proteja a la familia como base de la sociedad y como educadora natural de sus hijos.

Esta iniciativa no va dirigida a impactar únicamente en los medios de comunicación. Actualmente cualquier ámbito (personal, familiar, social, académico, mediático) es una enorme posibilidad para dialogar acerca de los motivos por los cuales la sociedad, las políticas públicas, las empresas, el sector educativo, entre otros, deben promover a la familia, deben comprenderla y apoyarla desde una visión humanista, manteniendo sus conceptos base que la han caracterizado a lo largo de la historia.

No se trata de defender a la familia de nadie ni de nada. Se trata de aprender a comunicar su riqueza, el valor que representa como un bien común para el conjunto de la sociedad. Y para ello, es útil formarse en cómo comunicarlo, cómo hacerlo en entornos contrarios y cómo establecer un diálogo constructivo, fructífero, entre partes que pueden tener visiones muy diferentes. ●

# DIPLOMADO EN FAMILIA

Instituto de La Familia



HERRAMIENTAS  
PARA LA FORMACIÓN  
DE FAMILIAS FUERTES  
Y FUNCIONALES

FECHA DE INICIO  
17 octubre

Ofrecer a los participantes conocimientos y herramientas para comprender la educación familiar y su importancia en el desarrollo y crecimiento armónico de cada familia en general y de cada persona en particular.

## Instituto de La Familia

instituto.familia@unisabana.edu.co  
3145477679

Sara María Coronado Díaz  
Gerente Programas y Proyectos Corporativos  
sara.coronado@unisabana.edu.co

PBX. 8615555 Ext. 54533/ 43101 / 43102

 Instituto de la Familia - Universidad de La Sabana  
 @IFAUnisabana

# UN BUEN COMIENZO para un buen futuro

En los preescolares y colegios de Aspaen, la educación personalizada está al servicio de nuestros estudiantes, pues se considera que cada uno de ellos es único y está abierto al mundo y a las personas. Nuestras instituciones bilingües están respaldadas por Cambridge International y promueven una constante renovación curricular. Ofrecemos una educación de calidad, basada en la excelencia académica y personal, que prepara a nuestros estudiantes para servir a la sociedad, contando con la familia como primer escenario para la formación.



[www.aspaen.edu.co](http://www.aspaen.edu.co)

	Barranquilla	Bogotá	Bucaramanga	Cali	Cartagena	Manizales	Medellín	Neiva
Preescolares mixtos	Ocean Kids Preescolar	Atavanza Maternal y Preescolar	Tamaiti Preescolar	Entrevalles Maternal y Preescolar	Pepe Grillo Alborada C.E.I.	Urapanes Preescolar	Carrizales Preescolar	Yumanitos Preescolar
Colegios femeninos	Aspaen Gimnasio Los Corales	Aspaen Gimnasio Iragua	Aspaen Gimnasio Cantillana	Aspaen Liceo Tacurí	Aspaen Gimnasio Cartagena de Indias	Aspaen Gimnasio Los Cerezos	Colegio Gimnasio Los Pinares	Aspaen Gimnasio Yumaná
Colegios Masculinos	Aspaen Gimnasio Alta Mar	GIMNASIO DE LOS CERROS	Aspaen Gimnasio Saucará	Aspaen Colegio Juanambú	Aspaen Gimnasio Cartagena	Aspaen Gimnasio Horizontes	Aspaen Gimnasio Los Alcázares	Aspaen Gimnasio La Fragua
Barrancabermeja (administrados)	Los Almendros Preescolar		Colegio Luis Lopez de Mesa Nivel: Infantil y Preescolar					



**Aspaen**  
C O L O M B I A