

**Respuestas a
preguntas
frecuentes
sobre crianza
positiva, buen
trato y castigo
corporal y
humillante**



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	4
CRIANZA POSITIVA Y BUEN TRATO	4
1. ¿Qué es la crianza positiva?	4
2. ¿Las madres, padres y personas cuidadoras tienen el derecho de educar y disciplinar a las niñas, niños y adolescentes bajo cualquier tipo de criterio?.....	4
3. ¿Cuál es la mejor manera de educar a las hijas e hijos?.....	5
4. ¿Qué alternativas existen para educar de manera respetuosa?.....	5
5. ¿Cómo manejar los berrinches de manera adecuada?	6
6. ¿Qué hacer para que las niñas, niños o adolescentes hagan caso?	6
7. ¿Cómo poner límites a las niñas, niños y adolescentes de manera respetuosa?	7
8. ¿Cómo acompañar a las niñas, niños y adolescentes en su crecimiento sin caer en la sobreprotección ni en la permisividad?	7
9. ¿Qué hacer para que las y los adolescentes mantengan la confianza hacia las madres, padres y personas cuidadoras?	8
10. ¿Por qué las y los adolescentes tienden a discutir y cuestionar la autoridad de sus madres, padres y personas cuidadoras?	9
11. ¿Por qué es común que las y los adolescentes prefieran estar con sus amigas y amigos que con su familia?	9
12. ¿Cómo puedo adquirir herramientas de crianza positiva?.....	10
CASTIGO CORPORAL Y HUMILLANTE.....	10
13. ¿Qué es el castigo corporal y humillante?.....	10
14. ¿Cuál es la situación actual del castigo corporal y humillante en México?	11

15.	¿Los castigos corporales y humillantes utilizados como medida disciplinaria desde la temprana infancia generan consecuencias?	12
16.	¿Cuáles son las consecuencias del castigo corporal y humillante utilizado como medida disciplinaria con niñas y niños?	12
17.	¿La prohibición del castigo corporal y humillante traerá consecuencias negativas en la formación de niñas, niños y adolescentes?	13
18.	Algunas personas suelen decir que gracias a la educación rígida y hasta severa, con castigos físicos y amenazantes, hoy son “gente de bien”, ¿es verdad tal afirmación? 13	
19.	¿Qué sienten y piensan las niñas y los niños cuando se les castiga físicamente para corregir su comportamiento?	14
20.	¿Por qué las madres, padres y personas cuidadoras utilizan el castigo corporal? 15	
21.	¿El estrés provocado por diversos factores afecta la manera de ejercer la disciplina con niñas, niños y adolescentes?	15
22.	¿La prohibición del castigo corporal y humillante limita la autoridad de las madres, padres y otras personas cuidadoras?	16
23.	¿Qué hacer cuando las madres y padres lastiman a sus hijas o hijos?	17
24.	¿Qué hacer cuando madres, padres y personas cuidadoras sienten que sus recursos se agotaron para dar respuesta a los problemas de conducta de sus hijas o hijos? 17	
	MITOS Y REALIDADES SOBRE LA CRIANZA.....	18

INTRODUCCIÓN

Cuando se habla acerca de la crianza positiva y el buen trato suelen surgir inquietudes y preguntas relacionadas con su definición, importancia, requerimientos y motivos para su práctica.

Este documento proporciona respuestas a diversos interrogantes de muchos adultos sobre el cuidado, educación y trato hacia las niñas, niños y adolescentes, la promoción del buen trato y la crianza respetuosa de los derechos humanos, así como para la erradicación del castigo corporal y humillante.

CRIANZA POSITIVA Y BUEN TRATO

1. ¿Qué es la crianza positiva?

Son aquellas prácticas de cuidado, protección, formación y guía que posibilitan el desarrollo, bienestar y crecimiento saludable y armonioso, tanto físico como mental, espiritual, ético, cultural y social de las niñas, niños y adolescentes, gracias a que se realiza de acuerdo con la evolución de las facultades, la etapa del ciclo vital de desarrollo, las características y circunstancias de la niña, niño o adolescente, sin recurrir a la violencia, sino respetando sus derechos humanos.

Se puede entender a la crianza positiva como aquellas prácticas que refuerzan los comportamientos adecuados de las NNA de una manera positiva sin recurrir a castigos físicos ni a tratos crueles y humillantes. La evidencia indica que la prevención es menos costosa que el precio que debe pagarse por las consecuencias de la violencia en la niñez.¹

2. ¿Las madres, padres y personas cuidadoras tienen el derecho de educar y disciplinar a las niñas, niños y adolescentes bajo cualquier tipo de criterio?

No se puede educar ni disciplinar a niñas, niños y adolescentes siguiendo criterios que resulten o que pudieran resultar perjudiciales, sino conforme al respeto a las leyes y a sus derechos humanos, asegurando, de acuerdo con el artículo 103 de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, un entorno afectivo, comprensivo y sin violencia que permita el pleno, armonioso y libre desarrollo de su personalidad, por lo que queda

¹ Organización Panamericana de la Salud, *INSPIRE: siete estrategias para poner fin a la violencia contra los niños y las niñas*, Washington, D.C.: OPS, 2017.

prohibido cualquier acto u omisión que atente contra su integridad física, psicológica o desarrollo integral.

La violencia en la crianza, sobre todo cuando ocurre a una edad temprana, puede afectar el desarrollo infantil en todas sus esferas (físico, emocional, cognitivo, social, moral), así como a nivel cerebral y alterar otras partes del sistema nervioso, lo que, en determinadas circunstancias, puede acarrear consecuencias de por vida; de ahí la importancia de una crianza positiva y buen trato.²

3. ¿Cuál es la mejor manera de educar a las hijas e hijos?

La mejor manera es aquella que no recurre a la violencia, sino al buen trato y al respeto a sus derechos humanos, es decir la que:

- Promueve el desarrollo de la personalidad, aptitudes y capacidad mental, física, espiritual, moral y social hasta el máximo de las posibilidades de las hijas e hijos.
- Les prepara para asumir una vida responsable e independiente en sociedad, y les educa en un espíritu de comprensión, paz, tolerancia, dignidad, libertad, solidaridad e igualdad de los sexos.
- Les enseña sus derechos, así como el respeto a las personas que les rodean, a la naturaleza y a su país con su historia, lengua, cultura y valores.
- Les enseña a ser responsables de lo que hacen y dicen, así como a relacionarse de forma amistosa y pacífica con los demás.
- Les proporciona un ambiente de felicidad, amor y comprensión.
- Les permite expresar lo que piensan, sienten y sueñan.
- Les protege contra toda información perjudicial para su bienestar.
- Les suministra alimentación nutritiva e higiénica.
- Les proporciona descanso, esparcimiento, juego y actividades recreativas propias de su edad, así como acceso a la vida cultural y a las artes.
- Respeta su libertad de pensamiento, de conciencia y de religión.

4. ¿Qué alternativas existen para educar de manera respetuosa?

Las posibilidades son muchas. Por ejemplo:

- Celebrar en familia, a través de relaciones y palabras afectuosas, los logros obtenidos y los retos superados por las niñas, niños y adolescentes que los lleva a crecer y desarrollarse.
- Provocar encuentros de diálogo cara a cara para comunicar, desde un lugar de calma y seguridad, una enseñanza o un principio que deseas que incorpore.

² Pinheiro, P.S. Informe mundial sobre la violencia contra los niños y niñas. Naciones Unidas, n.p., 2006.

- Hacer preguntas en un ambiente respetuoso acerca de la situación que generó el problema, para que descubran qué los empujó a tal comportamiento y cómo pueden resolverlo.
- Escuchar y comprender sus sentimientos y necesidades.
- Alentarlos ante los retos y responsabilidades de la vida cotidiana.
- Gritar menos y explicar más, hablar menos y escuchar más.

5. ¿Cómo manejar los berrinches de manera adecuada?

Los berrinches son una consecuencia del desbordamiento emocional. Suelen aparecer entre los dos y los cuatro años de edad, ante la imposibilidad de tolerar la frustración en ciertas circunstancias.

El primer paso para su manejo adecuado consiste en que el adulto conserve la calma para que pueda acercarse con respeto, sensibilidad y paciencia.

El segundo paso consiste en hacer conexión emocional con la niña o niño para que recupere la seguridad y la calma, por ejemplo, acercarse, hacer contacto visual, abrazarle, mientras se le dicen palabras que le proporcionen tranquilidad: “calma, estoy aquí para ayudarte”. Una vez tranquila/o, el adulto puede ponerle palabras a la situación, describiendo el hecho, nombrando y validando sus emociones: “veo que estás enojada/o porque querías tocar el enchufe de la luz y te lo impedí, lo hice porque eso es peligroso”.

Finalmente, el adulto le ofrece una alternativa que sea viable, pues el “no” genera frustración que puede superarse ante la apertura de otra posibilidad: “no es seguro jugar con el enchufe de luz, pero qué tal si jugamos con tu pelota”.

Ante la aparición de los berrinches de la niña o del niño, evita gritarle, pegarle, castigarle o ignorarle. Recuerda, también, que los sentimientos de frustración y los desbordamientos emocionales no se ignoran, se acompañan; son la oportunidad para irle mostrando cómo responder adecuada y constructivamente ante las emociones intensas.

6. ¿Qué hacer para que las niñas, niños o adolescentes hagan caso?

La clave está en construir y conservar un vínculo sólido y seguro. Las niñas, niños y adolescentes que tienen un vínculo de este tipo con sus respectivas madres, padres y personas que les cuidan, suelen ser colaboradores y considerados con la autoridad de estos.

Son muchas las oportunidades para construir un vínculo con las niñas y niños, por ejemplo, la lectura de un cuento, el abrazo o beso previo a acostarlos para dormir, pintar, cantar y jugar con ellas y ellos, ofrecerles cuidados cuando enferman, etcétera.

Con las y los adolescentes se fortalece el vínculo cuando madres, padres y personas cuidadoras atienden sus necesidades de autonomía, comparten momentos del día, apoyan sus planes y proyectos, muestran interés por sus actividades y pasatiempos, proporcionan aliento y respaldo cuando lo necesitan, etcétera.

7. ¿Cómo poner límites a las niñas, niños y adolescentes de manera respetuosa?

Los siguientes son algunos principios y directrices a considerar:

- Tomar en cuenta la edad y la singularidad de la niña, niño o adolescente, sus necesidades y también el entorno y circunstancias en las que se despliega su comportamiento.
- La finalidad de los límites y las normas es señalar el camino que posibilita el sano crecimiento y desarrollo de niñas, niños y adolescentes, organizar su entorno, facilitar aprendizajes, favorecer la sana convivencia y establecer un perímetro de seguridad que les permita tomar decisiones y asumir riesgos medidos.
- Los límites y las normas se basan en razones y se explican de la manera más clara posible cada vez que sea necesario.
- Los límites y las normas deben ser sencillos y simples, así como tener cierto grado de estabilidad, de manera que no estén en continua discusión y cambiando en función del estado de ánimo de las personas cuidadoras, sino en función de las razones que se dan para ello.
- Los modelos sociales deseables y no deseables son planteados con claridad y ejemplificados por los adultos.

8. ¿Cómo acompañar a las niñas, niños y adolescentes en su crecimiento sin caer en la sobreprotección ni en la permisividad?

Tres principios que pueden guiar a padres y madres o cuidadores para no caer en la sobreprotección ni en la permisividad son:

- 1) No hacer por ellas y ellos lo que ya pueden hacer.
- 2) Darles sólo lo que necesitan y no todo lo que piden.
- 3) No evitarles los problemas, conflictos y frustraciones propios de la vida, sino enseñarles a superarlos.³

³ Rodríguez, G., *Cero golpes. 100 Ideas para la erradicación del maltrato infantil*. 2ª edición. México: Producciones Educación Aplicada, 2017.

Algunas pautas para evitar la sobreprotección y la permisividad:

- Conocer a la hija o hijo para alentarle a asumir los retos para los cuales se encuentra listo/a.
- Alentar y reforzar sus conductas para que den pasos hacia la autonomía.
- Permitirles contar con sus propios criterios, ideas y potenciar sus iniciativas.
- Facilitarles situaciones en las que puedan irse separando de madres, padres y personas que les cuidan, así como para socializar con otras niñas, niños o adolescentes.
- Con las y los adolescentes, estimular sus actitudes y habilidades múltiples, sobre todo para la convivencia, la tolerancia a la frustración, el respeto a sí mismo y a los demás, la empatía, la responsabilidad, la solidaridad y otros criterios morales necesarios para la toma de decisiones.

9. ¿Qué hacer para que las y los adolescentes mantengan la confianza hacia las madres, padres y personas cuidadoras?

Para que dicha confianza se sostenga:

- Hazles sentir que cuentan contigo en todo momento y que sin importar la gravedad del problema en el que se hayan metido, o la falta que hayan cometido, les escucharás, acompañarás y ayudarás a salir adelante de la situación.
 - Mantente dispuesto y disponible para escucharles y deja abiertas, de manera permanente, las vías de comunicación.
 - Asume que necesitará menos de ti que cuando era niña o niño y que su tendencia natural será hacia la autosuficiencia, lo cual está bien. No pretendas estar encima de ella o él.
 - Construye un espacio donde la convivencia muestre un interés genuino de tu parte hacia su mundo, sus percepciones, intereses, miedos y deseos. Las y los adolescentes se relacionan mejor cuando notan que las y los adultos muestran interés por conocerles en esta intensa etapa de crecimiento.
 - Formula preguntas reflexivas y abre el debate desde el respeto y la apertura hacia las ideas.
 - Comparte puntos de vista más que verdades absolutas.
 - Cuando se trate de abordar conflictos con las y los adolescentes será importante buscar formas creativas de resolución y ser respetuosos, para así poder analizar el problema, buscar alternativas de solución, elegir la alternativa más viable y conveniente, elaborar un plan de acción y darle seguimiento.
- De esta manera, los conflictos se volverán una oportunidad para aprender múltiples habilidades socioemocionales trascendentales para la vida, por ejemplo, comunicación asertiva, empatía, colaboración, negociación, resolución de problemas, entre otras.

10. ¿Por qué las y los adolescentes tienden a discutir y cuestionar la autoridad de sus madres, padres y personas cuidadoras?

El natural deseo adolescente de diferenciarse, la tarea de adquirir una identidad propia, así como la capacidad cognitiva y socioemocional para tomar una postura personal hacia la vida son algunos elementos que suelen chocar con la autoridad de las madres, padres y personas que les cuidan, los cuales en ocasiones tienen sobre sus hombros factores de estrés --asociados al trabajo, la situación matrimonial o socioeconómica, por ejemplo-- que disminuyen la capacidad para el ejercicio adecuado de la autoridad. Combinación que se vuelve caldo de cultivo para discusiones y cuestionamientos por parte de las y los adolescentes.

En las culturas autoritarias y adulto-céntricas está mal visto que las y los adolescentes cuestionen la autoridad o compartan su punto de vista, sobre todo cuando son diferentes a las de los adultos, razón por la cual es “incorrecto” que opinen o generen debate. Sin embargo, opinar y debatir no está mal, sino todo lo contrario, pues se trata de una habilidad esencial para la vida democrática que, con la llegada de la adolescencia, toma fuerza.

El estilo parental efectivo para promover la capacidad de diálogo y para debatir civilizadamente, es el democrático, es decir, aquel donde madres, padres y personas cuidadoras insisten en la importancia de las reglas, las normas y los valores, pero están dispuestos a escuchar, explicar y negociar, aquel donde estimulan a las y los adolescentes a formar sus propias opiniones.

11. ¿Por qué es común que las y los adolescentes prefieran estar con sus amigas y amigos que con su familia?

Tal cosa suele suceder porque separarse de mamá y papá es una de las principales tareas del desarrollo adolescente.

Dicho proceso de separación es fuente de gozo por la libertad que se gana, así como de ansiedad por tener que asumir las consecuencias de las propias decisiones y actos. Es aquí donde las amistades se vuelven fundamentales, ya que son las personas que le ayudarán a adquirir y fortalecer habilidades, conocimientos y actitudes, y son su fuente de apoyo emocional durante la compleja transición de la adolescencia; las amistades también son figuras de identificación al compartir experiencias, problemas comunes, posiciones o visiones del mundo semejantes. De esta manera, la y el adolescente no se sienten solos en la aventura que encierra la adquisición de la autonomía.

El grupo de amigas y amigos es una fuente de afecto, simpatía, comprensión y guía moral, un lugar para la experimentación y un entorno para lograr la autonomía y la independencia.

de mamá y papá.⁴ De ahí que el rol de las madres y padres sea el de facilitar los encuentros que fortalezcan lazos de amistad.

12. ¿Cómo puedo adquirir herramientas de crianza positiva?

Las herramientas para la crianza positiva son un conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que pueden ser adquiridas en cualquier momento, basta con informarse, capacitarse, estimular la sensibilidad y practicar.

En la actualidad existen gran cantidad de opciones para adquirirlas: conferencias, talleres, cursos presenciales y online, así como gran cantidad de información en la internet: artículos, folletos, infografías, libros, entrevistas, etc. En la página de UNICEF www.org/mexico/buentrato, puedes encontrar material informativo y de apoyo.

Puedes también informarte en los sistemas para el Desarrollo Integral de la Familia, en algunos Centros de Salud, en la escuela de tus hijas e hijos o en alguna organización de la sociedad civil.

Asimismo, es muy útil formar grupos de crianza con madres y padres que compartan la motivación para el fortalecimiento de sus habilidades parentales, compartir experiencias, aciertos, respuestas y soluciones encontradas a situaciones propias de la crianza, realizar lecturas comentadas de un artículo o libro, etcétera.

Si a pesar de intentarlo, no logras aplicar las herramientas de crianza positiva ofrecidas en estos espacios y el estilo autoritario sigue imponiéndose en tu labor parental, busca ayuda psicológica. La psicoterapia es una buena alternativa para identificar las dificultades para lograr una crianza con buen trato.

CASTIGO CORPORAL Y HUMILLANTE

13. ¿Qué es el castigo corporal y humillante?

Castigo corporal o físico es todo aquel acto cometido en contra de niñas, niños y adolescentes en el que se utilice la fuerza física, incluyendo golpes con la mano o con algún objeto, empujones, pellizcos, mordidas, tirones de cabello o de las orejas, obligar a mantener posturas incómodas, quemaduras, ingesta de alimentos u otros productos hirviendo o cualquier otro acto que tenga como objeto causar dolor o malestar, aunque sea leve.⁵

⁴ Papalia, D.E., Wendkos, S. y Duskin, R., *Desarrollo humano*, Colombia: McGraw-Hill, 8ª edición, 2003.

⁵ Artículo 47, fracción VIII de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes.

Castigo humillante es cualquier trato ofensivo, denigrante, que lo devalúe como persona, que lo estigmatice, ridiculice y menosprecie, y cualquier acto que tenga como objetivo amenazarlo, provocar dolor, molestia o humillación, cometido en contra de niñas, niños y adolescentes.⁶

En México, de acuerdo con el artículo 105, fracción IV, de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, está prohibido que quienes tengan trato con ellas y ellos ejerzan castigo corporal y humillante, así como cualquier otro tipo de violencia en su contra.

14. ¿Cuál es la situación actual del castigo corporal y humillante en México?

La crianza y la educación que proveen madres, padres y otras personas cuidadoras sigue manteniendo prácticas violatorias de derechos en grado significativo. La *Encuesta Nacional de Niños, Niñas y Mujeres 2015*, concluye que la mayoría de los hogares emplea una combinación de prácticas disciplinarias violentas, que se originan, entre otros factores, por el deseo de las personas cuidadoras de controlar la conducta de las y los niños de cualquier forma.

De acuerdo con dicha encuesta, el 63.1% de niñas y niños entre 1 y 14 años habían experimentado al menos una forma de disciplina violenta durante el último mes. Las prácticas más comunes suelen ser agresiones psicológicas, seguidas por otro tipo de castigos físicos y, en último lugar, castigos físicos severos (palizas o golpes con objetos). Este último método fue experimentado por al menos 6% de las niñas y niños del país.

Regularmente, las niñas sufren relativamente más agresiones psicológicas que los niños; en cambio, los niños suelen ser disciplinados con castigos físicos. Con respecto a la edad, las niñas y niños entre los 3 y 9 años suelen ser los más afectados. El uso de castigos físicos severos suele intensificarse conforme las niñas, niños y adolescentes van creciendo.

De acuerdo con el estudio de UNICEF de 2019, *Panorama estadístico de la violencia contra niñas, niños y adolescentes en México*, casi 4 de cada 10 madres y 2 de cada 10 padres, sin importar el ámbito de residencia, reportaron pegarle o haberles pegado a sus hijas o hijos cuando sintieron enojo o desesperación; asimismo, 2 de cada 10 mujeres reportaron que sus esposos o parejas ejercen o han ejercido violencia física contra sus hijas o hijos en las mismas circunstancias.

El castigo corporal y humillante quedó prohibido en México a partir del 11 de enero de 2021, tanto en el artículo 105, fracción IV de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes como en los artículos 323 ter y 423 del Código Civil Federal.

⁶ Idem.

15. ¿Los castigos corporales y humillantes utilizados como medida disciplinaria desde la temprana infancia generan consecuencias?

Si, los golpes pueden perjudicar el desarrollo infantil en cualquier momento de la vida, sobre todo en la primera infancia, y las consecuencias pueden aparecer en todas las esferas (física, emocional, cognitiva, social, moral), así como a nivel neurofisiológico.

Las afectaciones al cerebro, sobre todo en edades tempranas, pueden condenarle a una vida de impulsividad, de dificultad tanto para procesar las emociones, como para un adecuado razonamiento de toma de decisiones sociales correctas, entre otros.⁷

El cerebro es la maquinaria fundamental a través de la cual se procesan los estímulos externos. Permite analizar las respuestas, manejar las emociones e impulsos, comunicarse, solidarizarse con el prójimo, vivenciar la empatía, amar, etcétera. Ahí está la fuente de vida humana. Por eso debe ser cuidada y protegida adecuadamente.

16. ¿Cuáles son las consecuencias del castigo corporal y humillante utilizado como medida disciplinaria con niñas y niños?

Las afectaciones del castigo corporal y humillante pueden aparecer en las esferas físicas, emocionales, cognitivas, sociales y morales de la personalidad.

El castigo físico es un precursor de la depresión, tristeza, ansiedad y sensaciones de desesperanza en los niños, niñas y jóvenes. Los adolescentes castigados físicamente, tienen mayor probabilidad de consumir alcohol, fumar cigarrillos, tener peleas, sufrir ansiedad, estrés y dificultades para manejar los problemas cotidianos.⁸

Otras de las consecuencias encontradas en estudios amplios sobre el tema son: incremento de las conductas indeseadas (justo las que madres y padres pretenden eliminar), incremento de la agresión por parte de la niña o niño, incremento de conductas delictivas y antisociales, afectación de la salud mental de la niña y del niño, incremento del riesgo de ser víctima de abuso físico, aumento de actos de agresión en su vida adulta e incremento del riesgo de cometer algún tipo de abuso sobre su propia hija/hijo o pareja.⁹

Comportamientos problemáticos tales como mentiras, robo, destrucción de la propiedad, temor, retraimiento social, quejas somáticas (dolor de cabeza o musculares), problemas de salud mental, relaciones conflictivas entre madres/padres e hijas/hijos, deterioro de la

⁷ Punset, E. *El alma está en el cerebro. Radiografía de la máquina de pensar*. México: Aguilar. 2010.

⁸ Pinheiro, P.S. Informe mundial... op.cit.

⁹ Gershoff, E. T., "Corporal punishment by parents and associated child behaviors and experiences: A meta-analytic and theoretical review", *Psychological Bulletin*, 128(4), 539-579 5, 2002.

capacidad cognitiva, baja autoestima, mantener una actitud positiva sobre el castigo físico durante su adultez, también suelen ser consecuencias del castigo corporal.¹⁰

Investigaciones en México demuestran que las niñas y niños que hoy son maltratados aprenden que la mejor forma de educarles es por medio de los golpes, naturalizando la violencia al considerar que sus madres y padres les maltratan por su bien, para educarlos.¹¹

17. ¿La prohibición del castigo corporal y humillante traerá consecuencias negativas en la formación de niñas, niños y adolescentes?

No.

La gente que apuesta por los métodos rudos e inflexibles bajo la creencia de que estos forjarán el carácter de niñas y niños, considera que prescindir de dichos métodos debilitará sus personalidades, haciéndolos inseguros, débiles o frágiles.

La evidencia señala que la crianza positiva y el buen trato generan apego seguro, empatía, habilidades, destrezas, conocimientos y comportamientos sociales altruistas, a través de los cuales las niñas, niños y adolescentes van ganando competencias hasta alcanzar la madurez; por ejemplo, en la capacidad para integrar los límites de la realidad, aceptar la autoridad, manejar mejor los deseos y las frustraciones, desempeñarse socialmente o desarrollar una identidad individual y social.¹²

18. Algunas personas suelen decir que gracias a la educación rígida y hasta severa, con castigos físicos y amenazantes, hoy son “gente de bien”, ¿es verdad tal afirmación?

Es falso que los castigos y los golpes construyen “personas de bien”, o sea, personas éticas, solidarias, respetuosas, libres, igualitarias.

La “gente de bien” es resultado del buen trato recibido en el largo proceso de educación y crianza,¹³ o resultado de haber podido sacudirse las consecuencias de las prácticas de crianza autoritarias.

¹⁰ Gershoff, E. T. & Grogan-Kaylor, A., “Spanking and Child Outcomes: Old Controversies and New Meta-Analyses”, *Journal of Family Psychology*, advance online publication 7 April 2016.

¹¹ Villatoro, J.A., Quiroz, N., Gutiérrez, M.L., Díaz, M. y Amador, N., *¿Cómo educamos a nuestros/as hijos/as? Encuesta de maltrato infantil y factores asociados 2006*. México: Instituto Nacional de las Mujeres e Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, 2006.

¹² Barudy, J., “La promoción de la resiliencia en niños/niñas y adolescentes”, En: Madariaga, J.M., *Nuevas miradas sobre la resiliencia. Ampliando ámbitos y prácticas*. Barcelona: Gedisa, 2014, pp. 131-151.

¹³ Barudy, J. & Dantagnan, M., *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa, 2005.

De acuerdo con la evidencia, los métodos violentos, como el castigo corporal y humillante, dificultan el aprendizaje de la niña y del niño acerca de lo que está bien y de lo que está mal, disminuyen la empatía e incrementan la agresión y las conductas delictivas, entre otras cosas.

La crianza con buen trato esculpe el cerebro de la niña y niño dotándolo para la ternura, la empatía, el amor, la solidaridad, la colaboración. Los métodos violentos, en cambio, producen alteraciones neurobiológicas y trastornos emocionales que le impiden relacionarse con los demás y con su entorno de manera saludable, porque la tensión generada en situaciones de violencia pone en marcha la secreción de ciertas hormonas, tales como la adrenalina y el cortisol, cuya liberación prolongada afecta áreas del cerebro responsables de la memoria y de la regulación de las emociones, dañando al cerebro de tal forma que inhabilitan al ser humano para la empatía, el respeto y la legalidad.

Esto significa que si alguna persona recibió castigos físicos y humillantes y hoy es una “persona de bien” no es gracias a tales métodos, sino a pesar de ellos.

19. ¿Qué sienten y piensan las niñas y los niños cuando se les castiga físicamente para corregir su comportamiento?

Los sentimientos que experimentan las niñas y niños cuando son castigados físicamente son de desagrado y de culpa; recurrentemente suelen sentir tristeza, miedo, enojo, impotencia, culpa, desconcierto y confusión; se sienten lastimados o no queridos.¹⁴

Las siguientes son algunas respuestas de niñas y niños de entre cinco y siete años, acerca de lo que sienten cuando sus madres o padres les pegan para corregirlos, respuestas obtenidas en un taller de derechos humanos:¹⁵

- “Cuando mis papás me pegan me siento mal porque no hay razón para que me hagan eso.”
- “Cuando me pegan me siento triste porque me confunden.”
- “Cuando me pegan siento tristeza y coraje porque pienso que no hice nada malo y aun así me pegan.”
- “Cuando me pegan siento dolor porque yo siento que no hice nada.”

El pensamiento egocéntrico propio de las y los niños, aunado a los argumentos culpantes de quienes los castigan (“te pego para que entiendas”, “te pego para que aprendas a portarte bien”, etc.) les conduce a normalizar la violencia y a asumir la culpa del castigo recibido, lo cual afecta su autoestima y autoimagen: “me pegan porque soy malo, y porque soy malo no me quieren”, suelen pensar.

¹⁴ Rodríguez, G., “Un golpe a tiempo nunca es necesario. Dispositivo para la erradicación del castigo corporal”, revista *Entretextos*, Universidad Iberoamericana León, Año 3, Número 8, 2011.

¹⁵ Rodríguez, G. *Taller para niñas y niños: Abrázame, no me pegues* [vídeo]. México, 2015.

Si las madres, padres y personas cuidadoras les permitieran hablar a las niñas y niños en lugar de pegarles, podrían aumentar la empatía y detener el impulso de ejercer violencia, además de comprender la necesidad infantil del momento. Esto respondió un grupo de niñas y niños cuando se les preguntó lo que le dirían a sus madres y padres:¹⁶

- *No nos peguen porque la salud de nosotros será muy mala.*
- *Papá, ya no me pegues porque me lastimas y un día me puedo morir.*
- *Déjame explicarte.*
- *Te entenderé más tarde, cuando sea más grande.*
- *Dame otra oportunidad.*
- *Es injusto, yo no fui.*
- *Tenme más paciencia.*
- *Disculpa por haberte preocupado, no era mi intención.*
- *Me equivoque, perdón.*
- *No me pegues, solo dime cómo hacerlo bien.*

20. ¿Por qué las madres, padres y personas cuidadoras utilizan el castigo corporal?

Algunas de las muchas razones son:

- Porque sus respectivas madres/padres les pegaron cuando eran niñas/niños y nadie les dijo que eso no era útil, sano, justo, digno, sino todo lo contrario. Por eso hoy ven el castigo corporal como algo natural, como una alternativa pedagógica.
- Porque el golpe desaparece de manera inmediata conductas indeseadas —aunque de manera temporal—, promueve la obediencia y el sometimiento, y para muchas madres, padres y personas cuidadoras, la obediencia es sinónimo de buen comportamiento. Lo que no alcanzan a ver es su ineffectividad real, pues el comportamiento cambia sólo mientras existe el riesgo del golpe, pero regresa porque nadie le ha enseñado a la niña o al niño algo realmente útil para poder modificar su propio comportamiento.
- Una tercera razón está relacionada con los pocos recursos de tiempo, disposición y herramientas para practicar una crianza positiva, basada en el diálogo y el respeto.
- En otras ocasiones es la frustración o el estrés el que rebasa los recursos de la madre, padre o persona cuidadora, entonces la niña o el niño se convierte en el recipiente donde el adulto vuelca su desesperación aun de manera involuntaria.

21. ¿El estrés provocado por diversos factores afecta la manera de ejercer la disciplina con niñas, niños y adolescentes?

¹⁶ Rodríguez, G. *Cero golpes...* op.cit., p. 128-129.

Sí, el estrés afecta la manera de ejercer la disciplina. Algunos estudios señalan que podría existir una relación entre el estrés parental y las relaciones difíciles entre padres e hijos, por lo que las madres y padres tienden a utilizar el castigo físico como medio de control del comportamiento de la niña o niño y éste, a su vez, debido a la percepción de malestar de las madres y padres, desarrolla comportamientos des-adaptativos como la agresión.¹⁷

Se sabe que el aumento del estrés puede dar lugar a que se ejerzan medidas disciplinarias violentas.¹⁸

22. ¿La prohibición del castigo corporal y humillante limita la autoridad de las madres, padres y otras personas cuidadoras?

La prohibición del castigo corporal no limita la autoridad de madres y padres, sólo limita el ejercicio arbitrario y perjudicial del poder que otorga la patria potestad.

En la Observación General 8, del Comité de los Derechos del Niño de Naciones Unidas, se especificó que al rechazar toda justificación de violencia y humillación como formas de castigo hacia las niñas, niños y adolescentes, no se está rechazando el concepto positivo de disciplina, ya que el desarrollo sano del niño depende de que las madres, padres y otros adultos puedan ejercer la orientación necesaria para su crecimiento, a fin de llevar una vida responsable en la sociedad.

Además, en el caso de las y los lactantes, niñas y niños pequeños, su crianza y cuidado exigen frecuentes intervenciones físicas para protegerlos. Pero lo que no se justifica es el uso deliberado y punitivo de la fuerza para provocarles dolor, molestia o humillación como medidas disciplinarias. Se trata de hacer uso de fuerza física proporcional y necesaria para proteger a las personas.

La autoridad debe traducirse en ayudar a crecer a la hija o al hijo, a potenciar al máximo su desarrollo, a ser mejor persona. Cuando se agrede, humilla, atemoriza o avergüenza a la niña, niño o adolescente no se está ejerciendo la autoridad, sino el autoritarismo que obstaculiza el sano crecimiento.

¹⁷ Cabrera, V., Guevara, I., Barrera, F., “Relaciones maritales, relaciones paternas y su influencia en el ajuste psicológico de los hijos”, *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 2006, pp.115-126.

¹⁸ Hernández, S.L., “El estrés parental como moderador entre el castigo físico y el comportamiento agresivo: aportes para el desarrollo de programas de intervención”, 2010, En: <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/43441>

23. ¿Qué hacer cuando las madres y padres lastiman a sus hijas o hijos?

Como padre, madre o persona cuidadora que se hace esta pregunta, te recomendamos lo siguiente:

- Reconoce y responsabilízate del daño en lugar de culpabilizar a la niña, niño o adolescente: “Fui yo quien perdió la cabeza y te lastimé con mi grito, regaño, golpe...”
- Valida los sentimientos de dolor, coraje, desilusión o resentimiento que puedan existir hacia ti por parte de tu hija o hijo ante el castigo, golpe, grito o insulto recibido: “Tus sentimientos tienen razón de ser ante mi reacción impulsiva”.
- Aprovecha la situación para explicarle que absolutamente nadie tiene derecho a lastimarlo, bajo ninguna circunstancia.
- Haz el firme propósito de no volverlo a lastimar (ni física, ni psicológicamente, ni de otra manera); apelar a la voluntad no es lo único por hacer, pero es un recurso indispensable que puede reforzarse a través de la adquisición de habilidades parentales, inteligencia emocional, autorregulación emocional y manejo del propio estrés.
- Repara o resarce el daño a través de actos que le hagan recuperar la seguridad y la calma a tu hija o hijo.
- Haz acuerdos con tu hija o hijo acerca de la manera en que abordarán estas situaciones en caso de volverse a presentar.

Algunas madres, padres y personas cuidadoras temen reconocer los errores parentales por miedo a perder la autoridad ante las hijas e hijos, pero esto no es así. Las niñas, niños y adolescentes suelen recibir bien los actos de desagravio de sus madres, padres y personas cuidadoras y en ese acto éstos no pierden autoridad, sino que ganan confianza ante las hijas e hijos al reconocer sus propios errores y reparar el daño.

24. ¿Qué hacer cuando madres, padres y personas cuidadoras sienten que sus recursos se agotaron para dar respuesta a los problemas de conducta de sus hijas o hijos?

Si sientes que se te agotaron los recursos para abordar los conflictos y conductas no deseadas con tus hijas e hijos, busca apoyo con profesionales de la salud mental en los sistemas DIF, Centros de Salud o en instituciones privadas u organizaciones de la sociedad civil. El apoyo psico-emocional no es sólo para personas o familias con problemas graves, sino una oportunidad para analizar las situaciones de vida familiar, de la mano de un profesional que contribuirá a la comprensión de la situación y acercará recursos para que la armonía y la calma vuelvan a tu hogar.

MITOS Y REALIDADES SOBRE LA CRIANZA

Existen algunos mitos que sostienen prácticas de crianza perjudiciales para las niñas, niños y adolescentes. Se trata de expresiones que, a fuerza de repetirse en una sociedad, terminan por considerarse verdaderas. Los siguientes son algunos de estos mitos que siguen siendo defendidos, pero que, en la actualidad, la evidencia científica, el enfoque de derechos y el marco jurídico mexicano nos aclaran.

Mito	Realidad
Con las niñas y niños más vale una nalgada a tiempo	La responsabilidad del cuidado de niñas y niños debe basarse en preservar sus derechos y respetar sus necesidades. La nalgada no responde a una necesidad de ellas y ellos, es producto de la frustración de los adultos al tratar de detener una conducta. No es una manera adecuada de resolver conflictos pues quebranta su dignidad. No hay nalgadas a tiempo.
La letra con sangre entra	La letra entra con el respeto, la amabilidad y calidez que el profesor prodiga al alumnado. Entra con el ambiente de paz, seguridad y confianza que el docente construye en el aula, condición necesaria para que se activen los circuitos del cerebro que facilitan el aprendizaje. Es en entornos de seguridad y confianza donde se despliega la capacidad de exploración y adquisición de conocimiento.
Una cosa es golpear a las niñas y niños al extremo y sin sentido y otra darle un golpe como correctivo para que el niño vea que sus malas acciones tienen consecuencias negativas.	Golpear al extremo y sin sentido o castigar con un solo golpe son la misma cosa: violación a los derechos de las y los niños y, en consecuencia, un acto arbitrario, ilegal y que provoca confusión, miedo, tristeza, desconcierto, etc. Si las acciones de la niña o del niño son “malas”, las consecuencias negativas llegarán por sí solas, derivadas de la conducta. Al adulto le corresponderá ayudarlo a identificar y reflexionar dichas consecuencias, ayudarlo a reparar el daño provocado y facilitar la generación de aprendizajes significativos.

<p>Es imposible educar sin recurrir al castigo físico, aunque sea alguna vez en la vida.</p>	<p>Sí es posible educar sin necesidad de recurrir al castigo corporal. De acuerdo con la <i>Encuesta Nacional de Niñas, Niños y Mujeres 4 de cada 10</i> niñas y niños en México no ha recibido castigos físicos o humillantes. Es una cifra baja, pero evidencia que sí es posible educar sin golpes.</p>
<p>En ocasiones son necesarias medidas disciplinarias extremas, por ejemplo, castigo físico, sobre todo cuando se trata de comportamientos en extremo inadecuados y perjudiciales de la niña, niño o adolescente, de lo contrario, ¿cómo se darán cuenta que sus malas acciones y decisiones tienen consecuencias?</p>	<p>El diccionario nos dice que disciplinar significa enseñar al discípulo; pero los golpes y métodos atemorizantes o humillantes no enseñan nada, sólo inhiben comportamientos con base en el miedo. Cuando las niñas y niños son muy pequeños, corresponde a madres, padres y personas cuidadoras guiar su conducta para evitar que se hagan daño o dañen a otros. Conforme crecen y su lenguaje se enriquece, van adquiriendo la capacidad para entender y analizar las consecuencias de sus decisiones y actos a través del diálogo que detona el análisis y la reflexión para entender el impacto de sus acciones.</p>
<p>Educar es simple, basta con ejercer “mano dura” desde el inicio de la vida</p>	<p>Educar es un proceso complejo, prolongado e intenso que requiere de habilidades y oportunidades suficientes del entorno. La crianza requiere de una mano respetuosa, amable, amorosa y al mismo tiempo firme (no violenta), segura y confiable. La mano dura genera temor y distanciamiento. La mano amorosa y firme genera la seguridad emocional que se requiere para que haya aprendizaje y fortalece el vínculo entre la niña/niño y el adulto.</p>
<p>Desde que se habla de los derechos de las niñas y niños ya no se les puede tocar, ni regañar, ni decir nada cuando se portan inadecuadamente.</p>	<p>La protección, defensa y promoción de los derechos de niñas, niños y adolescentes suele desconcertar a algunos adultos responsables del cuidado de éstos. No obstante, la realidad es que las leyes y la propia Convención sobre los Derechos del Niño no prohíben la interacción, ni el diálogo, ni la guía a niñas, niños y adolescentes. La Convención sobre los Derechos del Niño, la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes y otras leyes mexicanas, establecen la necesidad de interactuar, convivir, socializar y educar a niñas, niños y adolescentes, utilizando métodos y prácticas respetuosas de su dignidad.</p>