



## Dr. Pablo Castro: «Pese a todo lo que sucede, los niños pueden verse impactados en forma positiva»

**El académico ULS, Dr. en Psicología y PostDoctorado en Estudios de la Infancia y Familia, Pablo Castro, despeja dudas con respecto a lo que deben hacer los padres y el grupo familiar en general, en esta situación de cuarentena y confinamiento social.**

«Hay que tener en cuenta que es natural y normal que estemos dados a perder la calma en estos días. No debemos considerarlo como un problema psicológico, sino

porque la situación es anormal, por tanto, lo normal es que surjan ciertos conflictos. Es importante que cada uno en su grupo familiar reconozca y piense qué cosas sencillas le dan calma, hay pequeñas acciones que son favorables para este momento que estamos viviendo. Las personas tenemos formas, pero muchas veces las olvidamos y ahora es el momento de recordarnos para usarlas en estos días.»

«Siempre debemos recordarle a los padres que es importante también el adecuado manejo de la disciplina y los límites en periodos de este tipo, hay que reforzar la disciplina positiva, que hay que evitar gritarle a los niños y que no es bueno ningún tipo de autoritarismo, pero sí de reglas

y orden. En nuestra cultura latinoamericana hay que reforzarlo mucho, porque lamentablemente aún hay situaciones de maltrato verbal, psicológico y físico, y también existen otros extremos, creyendo que las libertades sin límites es la mejor manera de criar a los hijos, no siendo así verdaderamente. Hoy, en el escenario que estamos, requerimos de inteligencia y equilibrio.»

«Se puede recomendar hacer nuevas reglas en el hogar, no tiene por qué ser el mismo orden que se realiza cuando estamos en tiempos normales, se puede flexibilizar, pero lo recomendable es tener un orden, que sea en determinados horarios y no todo el día. Se puede prolongar el uso de las tecnologías y los videojuegos, pero no caer en

el error de dejarlo todo el día en el juego, porque eso también es perjudicial.»

«Tomar en cuenta la edad y las características de los niños, porque quienes sufren de hiperactividad, o quienes tienen déficit atencional, no siempre es bueno mantener-

los en esos juegos. Los neurólogos recomiendan que dos horas antes de dormir los niños se apaguen todo tipo de pantallas. Pero claro, modificando las reglas y poniendo claras las normas, favorecería a la distracción de los pequeños.»

### La resiliencia

«La resiliencia es una capacidad de afrontar situaciones adversas, y en ese sentido hay que ser optimistas en que esto va a desarrollarse en los niños, es decir, esto que nos está ocurriendo va a contribuir a que los niños desarrollen esta capacidad de afrontar, eso también va acompañado a que los niños reconozcan los sentimientos, como el de miedo, tristeza, y es recomendable que los padres no neutralicen esos sentimientos sino conversarlos. En ese sentido, la Sociedad Interamericana de Psicología, donde los especialistas trabajan en situaciones de catástrofe con niños, nos sugiere atender a las preocupaciones de los niños, no negar la información adecuada y de alguna manera transmitirles que esto nos ayudará a afrontar situaciones y ser más fuertes.»

# DABED

REC. MTS

## MARZO

### MES DEL MAESTRO



**ROTOMARTILLO**  
32MM 1250W - EINHELL

**\$ 81.990**  
COD: 37135

PRECIO ANTERIOR \$85.490



**SIERRA CIRCULAR 7"**  
1200W - MAKITA

**\$ 72.900**  
COD: 37196

PRECIO ANTERIOR \$80.990



**SOLDADORA INVERTIDA**  
150 VRD - INDURA

**\$ 352.900**  
COD: 33662

PRECIO ANTERIOR \$375.990



**ROTOMARTILLO SDS**  
MAX 52MM 1510W - MAKITA

**\$ 799.990**  
COD: 37181

PRECIO ANTERIOR \$898.490

\*Imágenes de Referencia.

**COLO COLO 4355 / LA FLORIDA - LA SERENA**  
**LOS ALAMOS 601 / SINDEPART - COQUIMBO**

Promoción válida hasta el 31 de marzo o hasta agotar stock.

**EMPRESAS DABED**