



para papás  
con Niños  
Increíbles



tus hijos ya  
¿necesitan  
celular?

la **Furia**  
pre-  
adolescente



julio 2023

# Estimulación temprana

**Clínica de gateo**


**Clínica de estimulación de lenguaje**



**Asesorías de crianza**

**Storytime, cuentos sensoriales.**

## Valoración del desarrollo

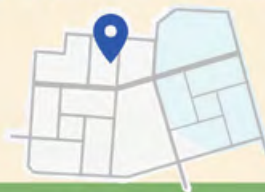
 Tel: 55180214141

 @\_little\_mates


**¡Contáctanos!**



**¿Dónde Estamos?**



 @\_little\_mates

 (55)1802 4141


Calle 14 no. 236, entre  
calle 5 y Vista Alegre Norte.  
(Cerca de lavaderos de autos  
VW Altabrisa)

Desafiantes, rebeldes, ven pantallas todo el día, también son irrazonables y una bomba emocional que exige independencia, tienen unos amigos que no quisiéramos ver en nuestra casa; y además, ¡no podemos llevarnos bien con ellos!



**ADOLESCENTES EN CASA**

y ahora  
**¿Qué Hago?**



Los **expertos aseguran** que si logramos un apego sano en los primeros años de vida de nuestros hijos (lo que incluye una educación respetuosa y sin violencia), tendremos una relación más sana con ellos cuando lleguen a la adolescencia, tanto, que podríamos ser sus "mejores amigos".

**PERO**, los expertos también dicen que en la adolescencia, nuestros hijos serán un reflejo de **TODO** lo que directa, o indirectamente, les enseñamos, lo que será una de las razones por las que tendremos más desencuentros con ellos.

## Tormentas en un vaso de agua

Si tus hijos e hijas tienen de **NUEVE** años en adelante, la adolescencia está tocando a la puerta, y quizá ya has tenido algunas señales, como un constante mal humor y los dramáticos cambios de humor.

Para nuestros hijos, así como lo fue para nosotros, la adolescencia es una etapa creativa, de mucha exploración, en la que **tratan de alcanzar:**

# 1. Independencia

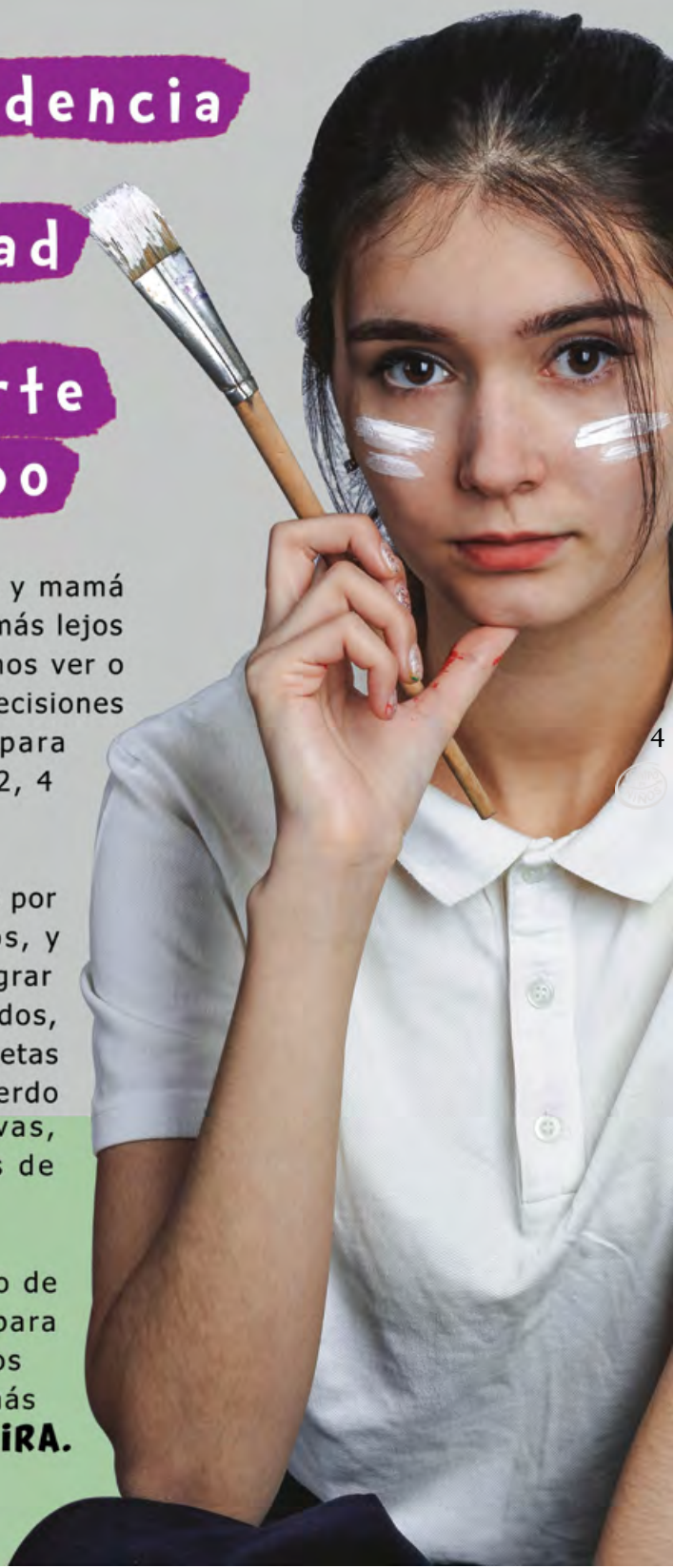
## 2. Identidad

### 3. Ser parte de un grupo

Y mientras tanto, a papá y mamá nos preocupa que vayan más lejos de lo que nosotros podamos ver o que comiencen a tomar decisiones que los dañen porque, para nosotros todavía tienen 2, 4 o 7 años.

Entonces, nos esforzamos por controlarlos, contenerlos, y lo único que podemos lograr es hacerlos sentir frustrados, incapaces de lograr sus metas y que deben vivir de acuerdo con nuestras expectativas, sueños, moral y clichés de lo que debe ser la vida.

Y sólo creamos un mundo de contradicciones que dispara las emociones de nuestros hijos, y en especial, la más común en esta etapa, la **IRA**.



# ¿Por Qué se Enojan Tanto?

Hay dos causas principales de la ira en los adolescentes: biológicas y emocionales

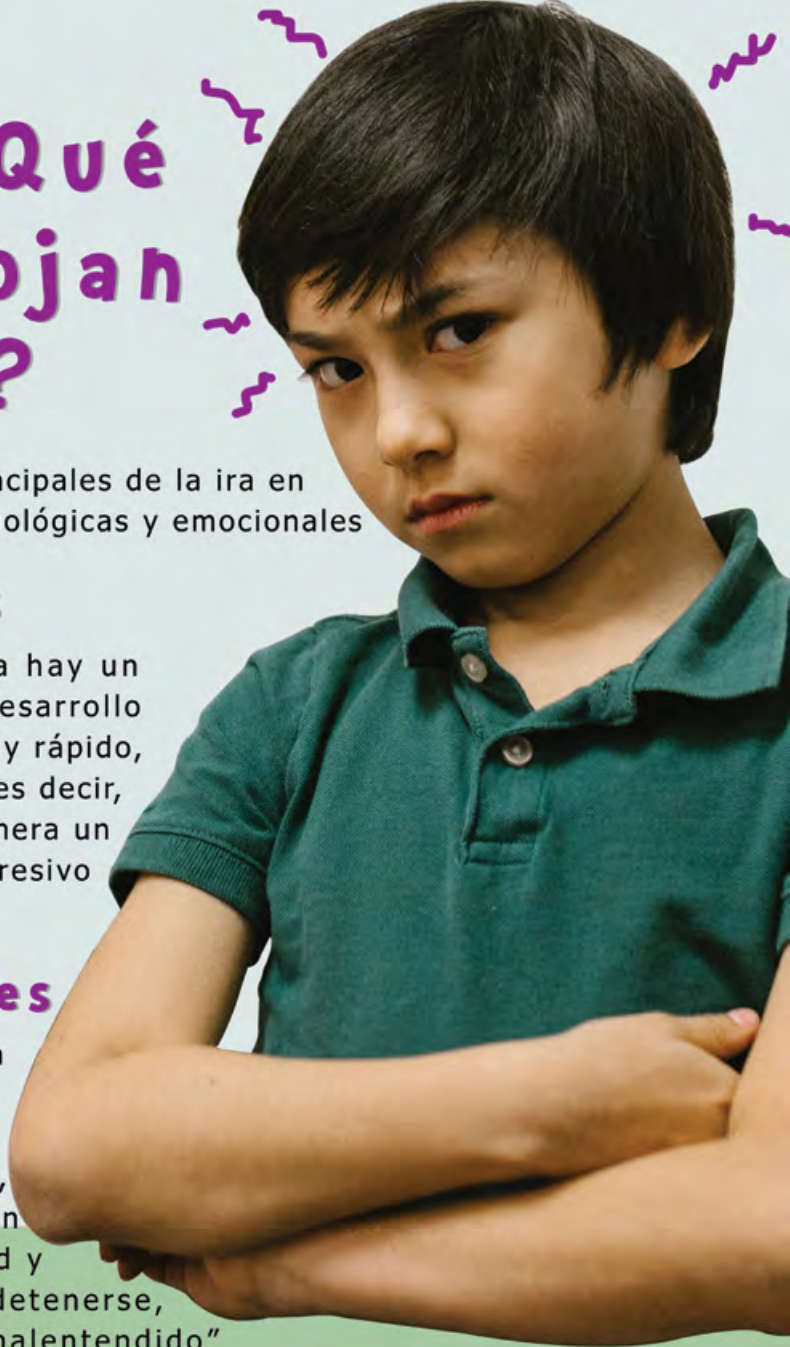
## Biológicas

En la adolescencia hay un crecimiento y un desarrollo físico y cerebral muy rápido, que va por partes, es decir, desigual, lo que genera un comportamiento agresivo y molesto.

## Emocionales

Sus emociones son **TAN** intensas que su parte racional no puede regularlas, por lo que se enojan con mucha facilidad y les resulta difícil detenerse, convirtiendo un "malentendido" en una tormenta dentro de un vaso de agua, aunque esté medio vacío.

En la etapa adolescente, también son más sensibles a la equidad y justicia, por lo que estarán listos para defender sus derechos o los de otros.



# Lo que NO debemos hacer



## 1. IGNORAR SU COMPORTAMIENTO

creyendo que es cuestión hormonal y que con el tiempo se convertirá en una persona razonable.

## 2. CRITICAR

a otros adolescentes, como sus amigos.

## 3. CREER QUE SUS ACTITUDES

son premeditadas y planeadas.

## 4. NO COMPETIR

sobre quién está al mando o quién se enoja más

## 5. INTENTAR RAZONAR CON ELLOS

para demostrar que están equivocados.

# ¿Qué podemos hacer?



7



**Ayudarlo a desarrollar "habilidades para adaptarse y enfrentar situaciones"** (y si tú aún no las tienes estás a buen momento de aprenderlas).

Existen diversas opciones de prácticas filosóficas que involucran la meditación, respiración profunda y la re-evaluación de situaciones y conflictos que nos pueden ayudar a manejar y prevenir la "ira adolescente" e "incomprensión parental".

**Mostrarles que tienen una familia unida que los apoya.** Un estudio señala que cuando el adolescente percibe unidad en su familia presenta menos episodios de enojo.

**Y tú ¿cómo te llevas con tus hijos?**





# ¿TUS HIJOS YA TE PIDIERON CELULAR?

O quizá ya tienen uno, y no es que se trate de satanizarlo, porque el teléfono celular no es **MALO** en sí, el problema es cuando los juegos y las redes sociales, parecieran salirse de control y controlan su tiempo y emociones, sin hablar de los acosadores sexuales que pueden encontrar en la red.

Todo depende de la edad, ¿verdad?, porque si tu hijo se acerca a la adolescencia... bueno, quizá lo del celular no sea tanto problema como enseñarle a controlar su ira, pero su **IRA** contra nosotros, sus padres.

La buena noticia es que siempre hay especialistas que nos pueden orientar, y aquí te damos algunos **CONSEJOS** y recomendaciones de expertos para mejorar la relación con tus pre-adolescentes y tomar una mejor decisión sobre una nueva línea telefónica en casa.



Soy **Eduardo Álvarez**  
papá y periodista



Número 7, Año 4

**Tiempo de Niños** es una publicación digital mensual de distribución gratuita. Los editores no somos responsables del contenido de los anuncios publicitarios. Todos los derechos reservados.



tiempodeninos.com



tdnmerida@gmail.com



9992 36 8398



@tdnmerida



facebook.com/tdnmid



tdnmerida

**Editor General** Eduardo Álvarez  
**Co-Editor** Verónica Martínez

**Diseño y Composición** Colmillo Creativo

**Contenido** Tiempo de Niños

**Contenido**  
tdnmerida@gmail.com – 999 236 8398

**Dirección de contacto**  
Calle 71 #604, col. Herradura 3, Mérida

**Fotos e ilustraciones**  
Tiempo de Niños, Pexels. Vecteezy, Unsplash



# las Narices **Felices** respiran mejor

Los Aceites Esenciales  
**alivian los síntomas**  
causados por las alergias  
**en los niños**



Oxigenan el  
**sistema**  
**respiratorio**

Duermen sin  
**molestias**

Respiran  
**Mejor**

Consultor  
especializado



9991 157669

# Tus hijos quieren **¿CELULAR?**



10

Un teléfono inteligente representa muchas cosas para nuestros hijos: **JUEGOS**, conversaciones con sus amigos, navegar en internet, entrar en el mundo de las redes sociales, ah, sí, también sirven para hacer la **TAREA**.

Permitir a nuestros hijos utilizar nuestros teléfonos o entregarles uno para su uso personal, puede traer algunos beneficios para padres e hijos si se utiliza con responsabilidad, como:

**1 LOCALIZARNOS**  
en caso de una  
emergencia

**2 BUSCAR**  
información  
en internet

**3 EVITA**  
que se aburran

**4 DESARROLLAR**  
círculos cerrados  
con amigos y familia

Diferentes situaciones que sería imposible resolver si se les acaba la pila, le bajan el volumen o les da flojera contestar.

La pregunta, o mejor dicho, las preguntas son:  
¿cuándo es un buen momento para tener un **CELULAR?**  
¿De verdad lo necesitan? ¿A partir de qué edad?  
¿Los padres deben supervisarlos? ¿Desde dónde y hasta  
dónde deben ser **VIGILADOS?**

Cada vez son más los padres de familia que deciden entregar un celular a sus hijos, en promedio, desde 4to grado de primaria, pero también, cada vez hay más estudios que detectan patrones de conducta negativos con respecto a los efectos generados en su autoestima por la exposición y convivencia en las redes sociales o la falta de relación con otros niños o sus padres, lo que **IMPACTA** en el desarrollo de:

### **HABILIDADES MANUALES**

, al no utilizarlas más que para apretar botones.

### **COMUNICACIÓN ESCRITA Y VERBAL**

deficiente, por debajo de lo normal.

### **ÁREA EMOCIONAL,**

muchos niños son blanco de burlas y acoso.

### **SOCIALIZACIÓN,**

poca interacción con otros niños

### **CAPACIDAD MOTORA Y DESTREZA FÍSICA**

por debajo de lo normal, al no jugar con otros niños



Además de atrofiar y **ENTORPECER** el desarrollo de muchas habilidades, se generan problemas en el área emocional y se exponen a ser víctimas de acoso sexual, te compartimos algunos **FOCOS ROJOS**:



**AISLAMIENTO SOCIAL**,  
que puede provocar  
soledad y depresión

**REDUCE LA INTERACCIÓN  
FÍSICA Y VERBAL**  
con sus padres, lo que  
fragmenta la relación

**VÍCTIMAS DE ACOSO  
SEXUAL** o grooming, por  
depredadores sexuales

**PROVOCA ANSIEDAD**  
por la presión de las  
redes sociales

Dejan los **JUGUETES  
Y LA LECTURA**



Algunos puntos negativos son etapas naturales, pero no deben ser marcadas por el uso del celular.

Reducir la interacción física y verbal provoca un desarrollo pobre en las áreas de lenguaje-comunicación que afectará su desempeño escolar. Es como si vivieran en una burbuja o encerrados por causa de una **PANDEMIA**.



**QUITAR TIEMPO** para relacionarse con otros niños daña su desarrollo motriz, porque limita sus habilidades físicas y les reduce la capacidad social de establecer relaciones necesarias para su edad, como hacer amigos con otros niños.

Es cierto que un teléfono celular es una herramienta que en alguna etapa de su vida les será muy útil, tanto como a los padres de familia, la pregunta es ¿cuándo es un buen momento para tenerlo? No lo sabemos, pero estamos seguros que antes de los **12 NO LO ES** 🌐



# Miraculous

## REVIEW

Valor, trabajo en equipo, astucia y utilizar la inteligencia para vencer al enemigo son las características de estos chicos con superpoderes que defienden a la ciudad de París de villanos y criminales.

**Buenos ejemplos** En Miraculous, **Ladybug** y **Cat Noir**, le ofrecen a los preadolescentes buenos modelos de conducta, por su conducta bondadosa, tenacidad en el estudio, además de demostrar que para ser valiente no se requieren superpoderes.

**7 años** Los pre-adolescentes (a partir de siete años) harán química con los temas que manejan en esta serie animada, que además de la lucha del bien contra el mal, aborda los retos típicos de la adolescencia, como las responsabilidades escolares, el bullying o la timidez.

**Violencia** Las escenas de acción son cortas con muy poca violencia, ya que el trabajo en equipo, la inteligencia y astucia, son las herramientas principales para detener los planes de los supervillanos.

imágenes  
con fines  
didácticos

Soy **Eduardo Álvarez**  
papá y periodista

