

Queirdos Padres, Ustedes sabían que—



• Azotar causa que el cerebro se encoge

La escuela de Medicina de Harvard encuentro que niños que son azotados solo una vez al mes tienen los cerebros **14-19% mas pequeños en las áreas relacionadas con haciendo decisiones.**¹ Estos niños eran los que recuerdan sido azotados al menos 12 veces al año y una vez por un cinto, zapato, o paleta, pero no fueron lastimados o azotados por que los padres estaban enfadados.

• 1,574 estudios indicaron que **azotar causa daño**

• Azotar todos los días esta **consistentemente asociado con:**

- **Mas agresión**
- **Mas peleas**
- **Mas problemas con la salud de la mente**
- **Mas relaciones negativas con padres**
- **Bajo Autoestima**
- **Habilidad cognitiva mas baja**
- **Valores morales mas débil**
- **Mas comportamiento antisocial**
- **Abuso de sustancias**
- **Comportamiento delictivo**
- **Bajo autocontrol**²

• Azotar **baja IQ.**

La Universidad de Nuevo Hampshire encuentro que niños americanos que son azotados entre los 2-4 años tienen **5 menos puntos de IQ** comparados con niños que no son azotados. Niños azotados entre 5-9 años tienen **2.8 menos puntos de IQ.**³

PREGUNTAS FRECUENTES

- **¿Esto significa que todos los que fueron azotados como niños tiene problemas?** No, esto indica que azotar no ayuda a niños aprender lo que nosotros queremos que aprendan. Cada vez que azotamos a un niño, se sube el riesgo que ese niño podría tener problemas desarrollándose.
- **¿Porque ocurre esto?** Azotar solo se enfoca en el comportamiento, pero no identifica lo que uno necesita. Puede ser que azotar parí el niño al momento, pero el niño no a aprendiendo como hacer las cosas diferente. Puede hacer que el niño tenga resentimiento y hostilidad. También causa que algunos niños no hablen del abuso sexual por miedo a ser castigos mas.
- **¿Pero yo fue azotado y salí bien?** Hoy en día tenemos mucha información sobre como un niño aprende y se desarrolla. Amos aprendido otras maneras para educar a nuestros niños que no tienen la posibilidad de causar daño.

Prepared, designed, and disseminated by:

Endorsed by:



The American Professional Society on the Abuse of Children®

Strengthening Practice Through Knowledge

In partnership with



1. Tomoda, A., Suzuki, H., Rabi, K., Sheu, Y., Polcari, A., & Teicher, M.H. (2010). Reduced prefrontal cortical gray matter in young adults exposed to harsh corporal punishment. *Neuroimage*, 47(Suppl. 2), T66–T71.

2. Gershoff, E. T., & Grogan-Kaylor, A. (2016). Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *Journal of Family Psychology*, 30(4), 453–469. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000191>

3. Straus, M., & Paschall, M.J. Corporal punishment by mothers and development of children's cognitive ability: A longitudinal study of two nationally representative age cohorts. (2009). *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 18(5): 459. doi:10.1080/10926770903035168





Consejos para padres de infantiles (0-12 meses)

LLORANDO Y QUEJÁNDOSE

Los bebés lloran y se quejan por muchas razones- hambre, somnolencia, necesitan un cambio de pañal. A veces llorar por nada. Los bebés necesitan estar abrazados y necesitan escuchar tu voz para que se sientan seguros y a salvo.

TRATE ...

- Verificar si es necesario cambiar el pañal del bebé, ofrécele un biberón o tu pecho para alimentarlo. o simplemente levántalo y abrazarlo y háblale dulcemente.
- Llevar al bebé en un cabestrillo o portabebés, dar un paseo al aire libre o en automóvil.
- Darle un chupete
- Cantar y arrullar, también moverse (gente meciéndose, columpiándose, caminando), es lo que frecuentemente calma al bebé.

PONIENDO TODO EN LA BOCA

El niño está aprendiendo la coordinación mano a boca o le están saliendo los dientes y necesita objetos seguros para masticar.

TRATE ...

- Poner un paño húmedo en el congelador para que el bebé lo mastique
- Remover objetos pequeños que pueden asfixiar .

NO DEJA DE LLORAR NO IMPORTA LO QUE INTENTO

TRATE ...

- Encender la música del niño con cantos o sonidos del océano
- Coloca al bebé de manera segura en la cuna sin mantas o almohadas
- Tomar un vaso de agua, caminar, cantar, hacer largas exhalaciones lentamente: esto ayuda a que su sistema nervioso se mantenga calmado.
- Tome turnos para estar con el bebé con su pareja o familiar
- Conducir en el automóvil con el bebé en un asiento de seguridad seguro.

NO DUERME POR LA NOCHE

Los bebés duplican su peso al nacer a los 4-6 meses y triplican su peso al año, por lo que tienen que comer con frecuencia. Algunos bebés pueden comenzar a dormir toda la noche alrededor de los 4 meses. Muchos no lo hacen.

TRATE ...

- Dormir cuando el bebé duerme
- Turnarse con su pareja o familiar para alimentar a su bebé.
- Salir de la habitación para tomar un breve descanso: respirar profundamente
- Alimentar al bebé.

TIRAR COSAS AL SUELO

Es muy común y normal que un bebé mayor arroje cosas al suelo cada 2.5 segundos a propósito. Así es como su hijo aprende sobre la gravedad y la causa y efecto. Los niños disfrutan del sonido que hacen los objetos que caen.

TRATE ...

- Distráe al bebé: detenga el juego usando ataduras o anillos seguros que no se puedan enrollar alrededor del cuello del niño

RECUERDE

- Los bebés no se echan a perder cuando uno los carga. Negarle a un bebé la comida o la atención es perjudicial para su desarrollo.
- Sacudir, golpear o lanzar a un bebé es perjudicial.
- Comprenda los daños de azotar o las nalgadas y firme el compromiso hoy

Queirdos Padres, Ustedes sabían que—



• Azotar causa que el cerebro se encoge

La escuela de Medicina de Harvard encuentro que niños que son azotados solo una vez al mes tienen los cerebros **14-19% mas pequeños en las áreas relacionadas con haciendo decisiones.**¹ Estos niños eran los que recuerdan sido azotados al menos 12 veces al año y una vez por un cinto, zapato, o paleta, pero no fueron lastimados o azotados por que los padres estaban enfadados.

• 1,574 estudios indicaron que **azotar causa daño**

• Azotar todos los días esta **consistentemente asociado con:**

- **Mas agresión**
- **Mas peleas**
- **Mas problemas con la salud de la mente**
- **Mas relaciones negativas con padres**
- **Bajo Autoestima**
- **Habilidad cognitiva mas baja**
- **Valores morales mas débil**
- **Mas comportamiento antisocial**
- **Abuso de sustancias**
- **Comportamiento delictivo**
- **Bajo autocontrol**²

• Azotar **baja IQ.**

La Universidad de Nuevo Hampshire encuentro que niños americanos que son azotados entre los 2-4 años tienen **5 menos puntos de IQ** comparados con niños que no son azotados. Niños azotados entre 5-9 años tienen **2.8 menos puntos de IQ.**³

PREGUNTAS FRECUENTES

- **¿Esto significa que todos los que fueron azotados como niños tiene problemas?** No, esto indica que azotar no ayuda a niños aprender lo que nosotros queremos que aprendan. Cada vez que azotamos a un niño, se sube el riesgo que ese niño podría tener problemas desarrollándose.
- **¿Porque ocurre esto?** Azotar solo se enfoca en el comportamiento, pero no identifica lo que uno necesita. Puede ser que azotar parí el niño al momento, pero el niño no a aprendiendo como hacer las cosas diferente. Puede hacer que el niño tenga resentimiento y hostilidad. También causa que algunos niños no hablen del abuso sexual por miedo a ser castigos mas.
- **¿Pero yo fue azotado y salí bien?** Hoy en día tenemos mucha información sobre como un niño aprende y se desarrolla. Amos aprendido otras maneras para educar a nuestros niños que no tienen la posibilidad de causar daño.

Prepared, designed, and disseminated by:

Endorsed by:



The American Professional Society on the Abuse of Children®

Strengthening Practice Through Knowledge

In partnership with



1. Tomoda, A., Suzuki, H., Rabi, K., Sheu, Y., Polcari, A., & Teicher, M.H. (2010). Reduced prefrontal cortical gray matter in young adults exposed to harsh corporal punishment. *Neuroimage*, 47(Suppl. 2), T66–T71.

2. Gershoff, E. T., & Grogan-Kaylor, A. (2016). Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *Journal of Family Psychology*, 30(4), 453–469. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000191>

3. Straus, M., & Paschall, M.J. Corporal punishment by mothers and development of children's cognitive ability: A longitudinal study of two nationally representative age cohorts. (2009). *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 18(5): 459. doi:10.1080/10926770903035168





Consejos para padres de niños pequeños (12-24 meses)

PELIGRO - (TOCAR LA ESTUFA / ELECTRICIDAD / ENTRAR EN LA CALLE / SALIR SIN UN ADULTO)

Los niños pequeños son muy curiosos y aprenden tocando y explorando. Los niños pequeños son demasiado pequeños para comprender el peligro. Mantiene un hogar a prueba de bebés al mantener los objetos de valor y peligrosos como cables, juguetes con piezas pequeñas, medicinas y artículos de limpieza lejos del niño. Identifique un lugar seguro en su casa donde el niño pequeño pueda explorar con seguridad.

QUEJARSE

Los niños pequeños se quejan por diversas razones. Lloriquear es un intento de calmarse uno mismo. Un niño pequeño puede estar aburrido, hambriento o cansado o simplemente puede querer conectarse con usted.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“No puedo entenderte cuando hablas así”

“No me hagas darte algo por lo que llorar”.

- “Me gustaría escucharte. Ven, siéntate a mi lado”.
- Prueba la distracción: “¡Mira esto, tenemos [objeto, bocadillo]!” O
- “Te gustaría que te escuchara y suenas muy frustrado”.

DECIR “NO” CUANDO LE PIDE QUE HAGAN ALGO

Es normal que los niños pequeños digan “no” mucho, incluso si el niño quiere decir “sí”. Sigue siendo importante tener reglas y Pon límites.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Limpia este lío ahora mismo!”

“¡No me desobedezas!”

- “¡Veamos qué tan rápido puedes guardar todos los [juguetes]!” O ¡Limpiemos este desastre juntos!
- “Guardemos todos los [juguetes] para que podamos [ver una película]”. Puedo decir que te sientes impaciente. Llevamos esperando mucho tiempo.

BERRINCHES

Los niños pequeños a menudo tienen rabietas cuando tienen hambre o están cansados. A veces tienen rabietas por frustración cuando no pueden usar palabras para decir lo que quieren. Su hijo necesita su ayuda para calmarse y sentirse escuchado.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Deja de llorar ahora mismo!”

“Eres tan malo!”

“Realmente odio cuando actúas así”.

- “Sé que es difícil dejar [el patio de recreo] cuando te diviertes”. O sé que realmente quieres ese [juguete]. Déjalo jugar más tarde “O Intentemos de nuevo. Tomar una respiración profunda.
- “Veo que estás realmente enojado porque [...]”. O escuché lo enojado que estás.
- “Vayamos aquí donde está más tranquilo”. O
- “Esas palabras y acciones no nos ayudan a encontrar una solución. ¿Estarías dispuesto a ...

SER AGRESIVO

Los niños pequeños comúnmente muerden, golpean y agarran cosas de otros. Elogie el buen comportamiento.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Eres tan malo, no pegues!”

“¡Eres un niño / niña mala!”

- “Cuando [golpeas, muerdes] a tu [hermano], le duele y se siente triste”. Decir: “Está bien estar enojado, pero no dejaré que golpees. Necesitamos mantener a todos a salvo”. O
- “Tenías algo importante que querías decir”.
- “Busquemos algo más para jugar”.
- “Es el turno de tu [hermana] con el [tren]. O, “Te ayudaré a esperar hasta que sea tu turno”.

SE MENTE ENTRE LAS COSAS

Un niño pequeño aprende explorando y tocando. La prevención es lo mejor. Pon las tentaciones fuera de la vista y del alcance. A prueba de niños usando pestillos del gabinete o use distracciones.

Queirdos Padres, Ustedes sabían que—



• Azotar causa que el cerebro se encoge

La escuela de Medicina de Harvard encuentro que niños que son azotados solo una vez al mes tienen los cerebros **14-19% mas pequeños en las áreas relacionadas con haciendo decisiones.**¹ Estos niños eran los que recuerdan sido azotados al menos 12 veces al año y una vez por un cinto, zapato, o paleta, pero no fueron lastimados o azotados por que los padres estaban enfadados.

• 1,574 estudios indicaron que **azotar causa daño**

• Azotar todos los días esta **consistentemente asociado con:**

- **Mas** agresión
- **Mas** relaciones negativas con padres
- **Valores** morales mas débil
- **Abuso** de sustancias
- **Mas** peleas
- **Bajo** Autoestima
- **Mas** comportamiento antisocial
- **Comportamiento** delictivo
- **Mas** problemas con la salud de la mente
- **Habilidad** cognitiva mas baja
- **Bajo** autocontrol²

• Azotar **baja IQ.**

La Universidad de Nuevo Hampshire encuentro que niños americanos que son azotados entre los 2-4 años tienen **5 menos puntos de IQ** comparados con niños que no son azotados. Niños azotados entre 5-9 años tienen **2.8 menos puntos de IQ.**³

PREGUNTAS FRECUENTES

- **¿Esto significa que todos los que fueron azotados como niños tiene problemas?** No, esto indica que azotar no ayuda a niños aprender lo que nosotros queremos que aprendan. Cada vez que azotamos a un niño, se sube el riesgo que ese niño podría tener problemas desarrollándose.
- **¿Porque ocurre esto?** Azotar solo se enfoca en el comportamiento, pero no identifica no que uno necesita. Puede ser que azotar parí el niño al momento, pero el niño no a aprendiendo como hacer las cosas diferente. Puede hacer que el niño tenga resentimiento y hostilidad. También causa que algunos niños no hablen del abuso sexual por miedo a ser castigos mas.
- **¿Pero yo fue azotado y salí bien?** Hoy en día tenemos mucha información sobre como un niño aprende y se desarrolla. Amos aprendedo otras maneras para educar a nuestros niños que no tienen la posibilidad de causar daño.

Prepared, designed, and disseminated by:

Endorsed by:



The American Professional Society on the Abuse of Children®

Strengthening Practice Through Knowledge

In partnership with



1. Tomoda, A., Suzuki, H., Rabi, K., Sheu, Y., Polcari, A., & Teicher, M.H. (2010). Reduced prefrontal cortical gray matter in young adults exposed to harsh corporal punishment. *Neuroimage*, 47(Suppl. 2), T66–T71.

2. Gershoff, E. T., & Grogan-Kaylor, A. (2016). Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *Journal of Family Psychology*, 30(4), 453–469. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000191>

3. Straus, M., & Paschall, M.J. Corporal punishment by mothers and development of children's cognitive ability: A longitudinal study of two nationally representative age cohorts. (2009). *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 18(5): 459. doi:10.1080/10926770903035168





Consejos para padres de niños pequeños (24-36 meses)

APRENDIENDO A UTILIZAR EL BAÑO

Los accidentes por ir al baño son normales. Los niños aprenden lentamente lo que se siente cuando tienen que orinar o defecar. Los niños suelen tener 3 años o más antes de poder ir al baño por sí mismos. Muchos niños tendrán accidentes incluso después de haber estado usando el baño por un tiempo.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Diciendo: “Eres tan perezosa!”

Hacer que su hija se siente en el inodoro o inodoro contra su voluntad

Castigar a tu hija/ hijo por accidentes

- “Intentemos usar el orinal la próxima vez”.
- Establecer comodidad mientras está sentado en el orinal / inodoro: lea libros. Evita tener un hijo sentarse en un inodoro durante más de 5 minutos.
- Expresar entusiasmo cuando su hijo pueda usar el baño. Cuando ocurren accidentes, solo significa que el cuerpo de su hijo aún no es lo suficientemente maduro como para usar el baño de manera constante.

HUMEDAD NOCTURNA

La enuresis nocturna puede ocurrir hasta que los niños sean mucho mayores. Los eventos estresantes pueden causar enuresis nocturna incluso después de que el niño haya tenido éxito.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Castigar o avergonzar a su hijo por mojar la cama o hacer un gran escándalo

- “Vaya, tuviste un accidente. Cambiemos sus pijamas y sábanas y volvamos a la cama”.

NO SE SIENTA AÚN

Los niños pequeños tienen mucha energía. Es normal que un niño pequeño tenga dificultades para sentarse en un lugar durante más de unos pocos minutos. Permitir que los niños se muevan les ayuda a sentirse bien.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Siéntate!”

“Si sales de esa silla, serás castigado”.

- “Ven aquí y siéntate junto a mami”
- “¡[Leamos] este [libro]!” o “Juguemos [Ve, veo o cualquier otro juego]”.

NO IR A LA CAMA

Una rutina constante para la hora de acostarse temprano todos los días y un espacio seguro para dormir son claves para una hora de dormir feliz y minimizar las rabietas y las crisis nerviosas.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Vete a la cama ahora mismo!”

“Si sales de cama, serás castigado”.

- Estoy feliz de ayudarte a meterte en la cama. Leamos un libro “.
- Establecer una rutina de lectura de un libro antes de dormir. Leerle en voz alta a un niño puede ayudarlo a relajarse.

SER AGRESIVO

Los niños pequeños comúnmente muerden, golpean y agarran cosas de otros. Elogie el buen comportamiento.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Eres tan malo, no pegues!”

“¡Eres un chico / chica mala!”

- “Cuando [golpeas, muerdes] a tu [hermano], le duele y se siente triste”. Decir: “Está bien estar enojado, pero no dejaré que golpees. Necesitamos mantener a todos a salvo “. O
- “Tenías algo importante que querías decir”.
- “Busquemos algo más para jugar”.
- “Es el turno de tu [hermana] con el [tren]. O, “Te ayudaré a esperar hasta que sea tu turno”.

NO SE QUEDARÁ EN LA CAMA

Un niño pequeño necesita ayuda para sentirse seguro y protegido. A veces, es posible que su hijo aún quiera estar cerca de usted después de la hora de acostarse. Cuando vienen a ti, están expresando una necesidad.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Regañar a su hijo o encerrarlo en la habitación

- Ayudar a su hijo a sentirse cómodo en el dormitorio encendiendo una luz de noche, permaneciendo en la habitación por un corto tiempo para ofrecer comodidad, leyendo un cuento o frotándose la frente o pies.

Queirdos Padres, Ustedes sabían que—



• Azotar causa que el cerebro se encoge

La escuela de Medicina de Harvard encuentro que niños que son azotados solo una vez al mes tienen los cerebros **14-19% mas pequeños en las áreas relacionadas con haciendo decisiones.**¹ Estos niños eran los que recuerdan sido azotados al menos 12 veces al año y una vez por un cinto, zapato, o paleta, pero no fueron lastimados o azotados por que los padres estaban enfadados.

• 1,574 estudios indicaron que **azotar causa daño**

• Azotar todos los días esta **consistentemente asociado con:**

- **Mas** agresión
- **Mas** relaciones negativas con padres
- **Valores** morales mas débil
- **Abuso** de sustancias
- **Mas** peleas
- **Bajo** Autoestima
- **Mas** comportamiento antisocial
- **Comportamiento** delictivo
- **Mas** problemas con la salud de la mente
- **Habilidad** cognitiva mas baja
- **Bajo** autocontrol²

• Azotar **baja IQ.**

La Universidad de Nuevo Hampshire encuentro que niños americanos que son azotados entre los 2-4 años tienen **5 menos puntos de IQ** comparados con niños que no son azotados. Niños azotados entre 5-9 años tienen **2.8 menos puntos de IQ.**³

PREGUNTAS FRECUENTES

- **¿Esto significa que todos los que fueron azotados como niños tiene problemas?** No, esto indica que azotar no ayuda a niños aprender lo que nosotros queremos que aprendan. Cada vez que azotamos a un niño, se sube el riesgo que ese niño podría tener problemas desarrollándose.
- **¿Porque ocurre esto?** Azotar solo se enfoca en el comportamiento, pero no identifica no que uno necesita. Puede ser que azotar parí el niño al momento, pero el niño no a aprendiendo como hacer las cosas diferente. Puede hacer que el niño tenga resentimiento y hostilidad. También causa que algunos niños no hablen del abuso sexual por miedo a ser castigos mas.
- **¿Pero yo fue azotado y salí bien?** Hoy en día tenemos mucha información sobre como un niño aprende y se desarrolla. Amos aprendedo otras maneras para educar a nuestros niños que no tienen la posibilidad de causar daño.

Prepared, designed, and disseminated by:

Endorsed by:



The American Professional Society on the Abuse of Children®

Strengthening Practice Through Knowledge

In partnership with



1. Tomoda, A., Suzuki, H., Rabi, K., Sheu, Y., Polcari, A., & Teicher, M.H. (2010). Reduced prefrontal cortical gray matter in young adults exposed to harsh corporal punishment. *Neuroimage*, 47(Suppl. 2), T66–T71.

2. Gershoff, E. T., & Grogan-Kaylor, A. (2016). Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *Journal of Family Psychology*, 30(4), 453–469. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000191>

3. Straus, M., & Paschall, M.J. Corporal punishment by mothers and development of children's cognitive ability: A longitudinal study of two nationally representative age cohorts. (2009). *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 18(5): 459. doi:10.1080/10926770903035168





Consejos para padres de niños en edad preescolar (3-5 años)

ENTRENAMIENTO RETRASADO EN POTTY

No es raro que los niños sigan dependiendo de los pañales por la noche hasta los 7 años. Es común que los niños que ya habían aprendido a ir al baño sufran accidentes durante momentos de estrés o cambios (mudanza, nuevos

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Obligar a su hijo a sentarse en el inodoro contra su voluntad

- (Suavemente): “Me doy cuenta de que se está sujetando [o caminando de un lado a otro]. Intenta sentarte en el orinal”.
- Si su hijo se ensucia, diga: “Sucede. Ocurrirá menos con el tiempo”.

Castigar a tu hijo o mostrar decepción

TENER MUCHOS MIEDOS (LA OSCURIDAD, IR A LA CAMA, MONSTRUOS, ANIMALES)

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“No seas un bebé”.

- “Está bien tener miedos. Vamos a resolver esto juntos”.

“No tengas miedo”. o

- Reflejando los sentimientos de su hijo:

“Será mejor que te quedes en tu cama o los monstruos conseguirle.”

- “Tienes miedo. Tal vez una luz de noche se sienta mejor”. Dele a su hijo una linterna o un aerosol monstruoso para ayudarlo a enfrentar o superar sus miedos.

“Los niños grandes no tienen miedo”.

- “Es difícil tener miedo. Dime qué te asusta”. o “Puedo ver que tienes miedo. Puedo ver que esto te molesta. Puedo ver que estar en la oscuridad te asusta. ¿Puedo encender una luz de noche?”

EXAGERANDO LA VERDAD

Esto es normal en los niños en edad preescolar debido a su imaginación activa. Fingir e imaginar son importantes para el desarrollo de un niño.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Llamar a tu hijo mentiroso

- “Me pregunto si tienes miedo de contarme lo que pasó”.
- “Me pregunto si realmente no quieres...” Mientras más castigos a los niños, más probabilidades hay de que mientan. Evite el uso de castigos. Hable sobre mejores soluciones a su problema que mentir.

Castigar a tu hijo por mentir

SER CURIOSO SOBRE LAS PARTES PRIVADAS Y HACER PREGUNTAS

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Avergonzar al niño por tocar sus partes íntimas

- Enseñarle a su hijo que está bien tocarse sus propias partes privadas cuando está solo.

Usar términos de jerga (p. Ej., Galleta, pájaro, billetera)

- Enseñarle a su hijo sobre todas las partes del cuerpo, incluido el pene, la vagina, las nalgas y los senos.

Hacer que su hijo abrace y bese cuando no quiere

- Enseñarles a ofrecer un puñetazo o un apretón de manos.

HABLAR CONSTANTEMENTE Y PREGUNTAR “¿POR QUÉ?” FRECUENTEMENTE

La curiosidad de un niño por el mundo ayuda a desarrollar conceptos, vocabulario y comprensión.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Etiquetarlos como entrometidos y / o decirles que se callen, se callen o se callen

- Preguntarle a su hijo: “¿Qué opinas?” Esto da la vuelta a la pregunta del “por qué” para que su hijo tenga la oportunidad de pensar y proponer su propia respuesta.
- “¡[Leamos] este [libro]!” o “Juguemos [! Es posible que deba hacerle saber a su hijo que necesita estar tranquilo por un rato para ayudarlo a sentirse tranquilo.]”

Ignorar a su hijo y no responder

NO IR A LA CAMA

Una rutina constante para ir a dormir temprano todos los días y un lugar seguro para dormir son claves para una hora de dormir feliz.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Ve a la cama ahora!”

- “¿Quieres caminar o ir de puntillas a la cama?”

“Si te levantas de la cama, serás castigado”.

- Haga de irse a la cama una experiencia agradable. Aprenda qué ayuda a su hijo a dormirse. Considere sus necesidades sensoriales. ¿Les gusta la oscuridad y la tranquilidad, o prefieren la luz y los sonidos del océano? ¿Necesitan una manta pesada?

- “Leamos un libro”.

- “Son las 8 en punto y ya estás en la cama, ¡bien hecho!” Proporcione una rutina constante y agradable todas las noches.

Queirdos Padres, Ustedes sabían que—



• Azotar causa que el cerebro se encoge

La escuela de Medicina de Harvard encuentro que niños que son azotados solo una vez al mes tienen los cerebros **14-19% mas pequeños en las áreas relacionadas con haciendo decisiones.**¹ Estos niños eran los que recuerdan sido azotados al menos 12 veces al año y una vez por un cinto, zapato, o paleta, pero no fueron lastimados o azotados por que los padres estaban enfadados.

• 1,574 estudios indicaron que **azotar causa daño**

• Azotar todos los días esta **consistentemente asociado con:**

- **Mas agresión**
- **Mas peleas**
- **Mas problemas con la salud de la mente**
- **Mas relaciones negativas con padres**
- **Bajo Autoestima**
- **Habilidad cognitiva mas baja**
- **Valores morales mas débil**
- **Mas comportamiento antisocial**
- **Abuso de sustancias**
- **Comportamiento delictivo**
- **Bajo autocontrol**²

• Azotar **baja IQ.**

La Universidad de Nuevo Hampshire encuentro que niños americanos que son azotados entre los 2-4 años tienen **5 menos puntos de IQ** comparados con niños que no son azotados. Niños azotados entre 5-9 años tienen **2.8 menos puntos de IQ.**³

PREGUNTAS FRECUENTES

- **¿Esto significa que todos los que fueron azotados como niños tiene problemas?** No, esto indica que azotar no ayuda a niños aprender lo que nosotros queremos que aprendan. Cada vez que azotamos a un niño, se sube el riesgo que ese niño podría tener problemas desarrollándose.
- **¿Porque ocurre esto?** Azotar solo se enfoca en el comportamiento, pero no identifica lo que uno necesita. Puede ser que azotar parí el niño al momento, pero el niño no a aprendiendo como hacer las cosas diferente. Puede hacer que el niño tenga resentimiento y hostilidad. También causa que algunos niños no hablen del abuso sexual por miedo a ser castigos mas.
- **¿Pero yo fue azotado y salí bien?** Hoy en día tenemos mucha información sobre como un niño aprende y se desarrolla. Amos aprendido otras maneras para educar a nuestros niños que no tienen la posibilidad de causar daño.

Prepared, designed, and disseminated by:

Endorsed by:



The American Professional Society on the Abuse of Children®

Strengthening Practice Through Knowledge

In partnership with



1. Tomoda, A., Suzuki, H., Rabi, K., Sheu, Y., Polcari, A., & Teicher, M.H. (2010). Reduced prefrontal cortical gray matter in young adults exposed to harsh corporal punishment. *Neuroimage*, 47(Suppl. 2), T66–T71.

2. Gershoff, E. T., & Grogan-Kaylor, A. (2016). Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *Journal of Family Psychology*, 30(4), 453–469. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000191>

3. Straus, M., & Paschall, M.J. Corporal punishment by mothers and development of children's cognitive ability: A longitudinal study of two nationally representative age cohorts. (2009). *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 18(5): 459. doi:10.1080/10926770903035168





Consejos para padres de niños en edad escolar (5-9 años)

PELIANDO CON HERMANOS

El niño está aprendiendo sobre el poder y la empatía.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Deja de pelear ahora mismo!”

“Permítanme darles a los dos una buena palmada / grito para que dejen de pelear todo el tiempo”.

“¡Sin televisión durante un mes!”

- “Si jugamos juntos sin pelear, podemos hacer más cosas divertidas”.
- “Déjame programar el temporizador, tú y tu [hermano] pueden turnarse”.
- “Tu [hermana] es más joven que tú y todavía no entiende cómo funcionan los turnos. ¿Puedes mostrárselo?”
- “Esperemos. Sostendré el control remoto mientras averiguamos qué queremos ver”.

MALAS NOTAS

Algunos niños aprenden fácilmente y otros necesitan su ayuda para mejorar sus calificaciones. Asegúrese de que su hijo duerma lo suficiente para aprender. 9-11 horas es ideal para edades de 6 a 13 años. Ayude al niño a aprender buenos hábitos teniendo rutinas diarias relacionadas con la tarea y el estudio.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“Eres tan estúpido”

“No eres bueno en [leer] en absoluto”.

“Esto es tan fácil - ¿Por qué eres tan malo en esto?”

- “Aún no has aprendido [la multiplicación], pero si lo trabajamos juntos, mejorarás”.
- “Noto que la calificación para esta clase es baja. ¿Qué tiene de difícil esta clase? ¿Cómo puedo ayudar?”
- “¿Tienes un amigo al que podamos pedirle que te ayude con esto?”

MAL COMPORTAMIENTO EN LA ESCUELA

Escuche los problemas de su hijo. Trate de comprender la necesidad que subyace al comportamiento.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“Eres estúpido por meterte en problemas!”

“¡Vas directo a la cárcel!”

“Déjame darte un grito para que recuerdes comportarte la próxima vez”.

- “Tu maestra me llamó por algo que sucedió en la escuela. Quiero ayudar. Dime lo que pasó.”
- “Si pudieras llegar a la escuela de la forma que quisieras, ¿cómo sería?”
- “Cuando te comportas de esta manera [cualquiera que sea el comportamiento], ¿qué necesitas?”

SIENDO AGRESIVO - GOLPEAR, AGARRAR COSAS DE OTROS

En lugar de llamar al niño por su comportamiento asertivo, intente ayudarlo a defenderse sin agresión.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Eres tan malo, deja de pegar!”

“¡Eres un chico / chica mala!”

“¡No golpees!”

- “Cuando [golpeas, muerdes] a tu [hermano], le duele y se siente triste”.
- “Busquemos algo más para jugar”.
- “Está bien estar enojado, pero no te dejaré golpear. Necesitamos mantener a todos a salvo”.
- “Es el turno de tu [hermana] con el [tren]. Te ayudaré a esperar hasta que sea tu turno”.

CONECTARSE CON PRE-ADOLESCENTES

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“Finalmente me escuchaste”.

“¿Por qué nunca puedes hacer lo que te digo que hagas?”

- “Me doy cuenta de que fuiste tan amable”.
- “Me doy cuenta de que hoy te sientes muy bien”.
- “Tus bromas me hacen reír”.
- “Me traes alegría”.
- “Lo pasé muy bien contigo hoy”.
- “Realmente se siente bien cuando me escuchas”.
- “Gracias por escuchar”.
- “Puedo ver que estás realmente comprometido, y es difícil que me escuches”.
- “Me di cuenta de que no eras capaz de hacer ... ¿Cómo puedo ayudarte?”

Queirdos Padres, Ustedes sabían que—



• Azotar causa que el cerebro se encoge

La escuela de Medicina de Harvard encuentro que niños que son azotados solo una vez al mes tienen los cerebros **14-19% mas pequeños en las áreas relacionadas con haciendo decisiones.**¹ Estos niños eran los que recuerdan sido azotados al menos 12 veces al año y una vez por un cinto, zapato, o paleta, pero no fueron lastimados o azotados por que los padres estaban enfadados.

• 1,574 estudios indicaron que **azotar causa daño**

• Azotar todos los días esta **consistentemente asociado con:**

- **Mas agresión**
- **Mas peleas**
- **Mas problemas con la salud de la mente**
- **Mas relaciones negativas con padres**
- **Bajo Autoestima**
- **Habilidad cognitiva mas baja**
- **Valores morales mas débil**
- **Mas comportamiento antisocial**
- **Abuso de sustancias**
- **Comportamiento delictivo**
- **Bajo autocontrol**²

• Azotar **baja IQ.**

La Universidad de Nuevo Hampshire encuentro que niños americanos que son azotados entre los 2-4 años tienen **5 menos puntos de IQ** comparados con niños que no son azotados. Niños azotados entre 5-9 años tienen **2.8 menos puntos de IQ.**³

PREGUNTAS FRECUENTES

- **¿Esto significa que todos los que fueron azotados como niños tiene problemas?** No, esto indica que azotar no ayuda a niños aprender lo que nosotros queremos que aprendan. Cada vez que azotamos a un niño, se sube el riesgo que ese niño podría tener problemas desarrollándose.
- **¿Porque ocurre esto?** Azotar solo se enfoca en el comportamiento, pero no identifica no que uno necesita. Puede ser que azotar parí el niño al momento, pero el niño no a aprendiendo como hacer las cosas diferente. Puede hacer que el niño tenga resentimiento y hostilidad. También causa que algunos niños no hablen del abuso sexual por miedo a ser castigos mas.
- **¿Pero yo fue azotado y salí bien?** Hoy en día tenemos mucha información sobre como un niño aprende y se desarrolla. Amos aprendedo otras maneras para educar a nuestros niños que no tienen la posibilidad de causar daño.

Prepared, designed, and disseminated by:

Endorsed by:



The American Professional Society on the Abuse of Children®

Strengthening Practice Through Knowledge

In partnership with



1. Tomoda, A., Suzuki, H., Rabi, K., Sheu, Y., Polcari, A., & Teicher, M.H. (2010). Reduced prefrontal cortical gray matter in young adults exposed to harsh corporal punishment. *Neuroimage*, 47(Suppl. 2), T66–T71.

2. Gershoff, E. T., & Grogan-Kaylor, A. (2016). Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *Journal of Family Psychology*, 30(4), 453–469. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000191>

3. Straus, M., & Paschall, M.J. Corporal punishment by mothers and development of children's cognitive ability: A longitudinal study of two nationally representative age cohorts. (2009). *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 18(5): 459. doi:10.1080/10926770903035168





Consejos para padres de preadolescentes / adolescentes (10-18 años)

SEXTING - Los adolescentes necesitan tu ayuda para navegar por la posibilidad de recibir o enviar una foto desnuda. Pregúnteles si conocen las posibles consecuencias para asegurarse de que su hijo adolescente comprenda que poseer fotos de desnudos de cualquier menor de edad es ilegal, que las fotos pueden volverse virales, pueden usarse como chantaje y pueden lastimar a las personas. Lea un artículo sobre sexting y discútalos juntos.

ACTOS SEXUALES, HABLAR O TEXTO - Las hormonas se enfurecen en la pubertad. Ayude a sus hijos a tomar decisiones informadas. Hable sobre sus valores y expectativas en lugar de reaccionar después del descubrimiento. En lugar de avergonzar a un niño por su interés sexual, escúchelo sobre lo que creen que es un comportamiento apropiado y respetuoso y lo que no lo es. Comparta con ellos su punto de vista.

FUGAR - Un entorno hogareño inseguro es la razón más común para huir. Proporcione a su hijo un entorno seguro y de apoyo con Comunicación abierta.”

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“Estás castigado por el resto de tu vida”
Encerrándolos en su habitación

- Me asustó que te escapaste. Hablemos de cómo podemos hacer que la vida en casa se sienta mejor.
- “Estaba asustado cuando no sabía dónde encontrarte.
- “Quiero que seas feliz aquí. ¿Puedes decirme por qué te escapaste? Escuche por qué se escaparon. Comprenda que esta fue una solución a su problema. Discuta mejores soluciones.

ACTIVIDAD ILEGAL - ALCOHOL, DROGAS - La presión de grupo juega un papel importante en el uso de sustancias. Ayude a su hijo a comprender los efectos del consumo de drogas y alcohol. Dé un ejemplo positivo sobre el consumo de sustancias en el hogar.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¡Vas directo a la cárcel!”
“¡Estás castigado!”

- “El consumo de alcohol por menores de edad es un delito grave y ambos podemos meternos en problemas porque soy responsable de su comportamiento”.
- “Ser acusado de DUI es un delito que permanecerá en su registro. Puede evitar que ingreses a la universidad a la que deseas ir o que consigas el trabajo de tus sueños en el futuro “. O, “Beber adormece sus reflejos y no podrá tomar decisiones con tanta rapidez y claridad. Eso te pone a ti y a los demás en peligro “.

- **Ayude a su hijo a ensayar lo que le gustaría decir a sus compañeros:** “Me meteré en problemas con mis padres si fumo”.
- **Haga un pacto con su hijo:** “Quiero que esté a salvo. Si quieres salir de una situación, todo lo que tienes que hacer es enviarme un mensaje de texto o llamarme y te recogeré en cualquier lugar en cualquier momento sin hacer preguntas”.
- **Tenga un mensaje de texto “codificado”** para cuando su hijo necesite su ayuda para salir de una situación de presión de grupo. Decidan juntos lo que quieren que haga o diga cuando te envíen un mensaje de texto con el código.

HABLAR, ROMPER LAS REGLAS DE LA CASA

Tenga una reunión familiar y colabore con su hijo adolescente sobre las reglas de la casa. Recuerde, las partes complicadas del cerebro para la toma de decisiones no están completamente desarrolladas. Los adolescentes necesitan ayuda para resolver problemas y tomar buenas decisiones.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“¿Que estabas pensando?”

“Vas a ser castigado si llegas tarde otra vez”.

“¡No me hables de esa manera!”

- “Hablemos de lo que sucedió y de lo que podría funcionar mejor en el futuro”.
- “Ayúdame a entender por qué llegaste tarde esta noche”. “Si quieres salir los viernes por la noche, debes volver a tiempo.”
- “Me preocupo cuando no estás en casa a la hora que acordamos. ¿Qué hace que sea difícil llegar a casa a tiempo? “
- “Cuando me hablas de esa manera, me resulta difícil escuchar. Quiero oírte.
- Si bajas el volumen, puedo escuchar mejor

USO DEL TELÉFONO - Trabajen juntos para establecer algunas reglas sobre el uso del teléfono y decidan juntos las consecuencias cuando se rompen esas reglas.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

Amenazar a un niño con eliminación de teléfono

Decir: “Perderás tu teléfono si lo usas durante la noche”.

- Recuérdeles con calma su acuerdo.
- “Acordamos que el horario telefónico es de 7:30 a. M. A 7:30 p. M. En las noches escolares y a las 9 p. M. Los fines de semana”. ¿Está teniendo dificultades para seguir adelante? Escuche por qué están luchando con el acuerdo.

VESTIMENTA INAPROPIADA - Su hijo está aprendiendo sobre su sexualidad y necesita su apoyo de orientación sobre cómo su ropa puede influir en los demás. No avergüence ni humille. Acepte que esta será una conversación en curso.

EN LUGAR DE DECIR...

TRATE...

“Te ves ridículo cuando te pones eso”.

“¿Realmente estás usando eso?”

- “Vestir de una manera que demuestre que te mereces respeto es importante para mí y la gente que te respeta es importante para mí. Me siento incómodo con lo que llevas puesto “. Escuche por qué seleccionaron esa ropa.
- Respetuosamente, exprese su preocupación por lo que están usando. “Me doy cuenta de que este atuendo te hace parecer mucho mayor de lo que eres. Yo estoy
- incómodo con eso “. “Dime qué te gusta de este atuendo”.