



Título: Escaleras
 Autor: Juan Fernando Ospina - Fotógrafo
 Medellín

Volumen 43, 2025

DOI: <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.361705>

Recibido: 28/07/2025
 Aprobado: 20/08/2025
 Publicado: 26/08/2025

Cita:

Segura O, Castañeda O. Una guía de crianza y desarrollo que incluye a los niños y adolescentes en su formación. Reseña. Rev. Fac. Nac. Salud Pública. 2025;43:361705
 DOI: <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.361705>



Check for updates



© Universidad de Antioquia

Esta obra se distribuye bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Una guía de crianza y desarrollo que incluye a los niños y adolescentes en su formación. Reseña

Omar Segura¹ , Oneida Castañeda Porras²

¹ Doctor en Salud Pública. Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud. odsegura@fucsulad.edu.co

² Maestra en Salud Pública. SMC-AS Unidad de Investigaciones. ocastaneda@smc-as.com

Daniela Henao Vega, Olga Rodríguez Urrego. Aprendamos juntos. Guía de crianza y desarrollo para padres, niños y adolescentes. Bogotá, D. C.: Editorial 531; 2025. ISBN: 978-628-95083-2-1.

¿Cuántas veces hemos escuchado frases como “los niños no vienen con manual de instrucciones” o “todos los niños son diferentes”? Seguro: hay libros y hasta enciclopedias dedicadas al asunto de la paternidad y la maternidad, pero son extensas y a menudo escritas en jerga técnica que puede volverse incomprensible, cansina y, a la larga, inútil. Entonces, ¿qué pasaría si existiese una “guía de crianza”? ¿qué sucedería si dicha guía fuese no solo para los padres, *sino también para los niños y adolescentes*? Porque siempre se piensa en que el proceso de crianza y desarrollo va traducido en pautas, normas, órdenes y voces hacia los más jóvenes, pero sin abordar del todo los cambios sociales, societales, del contexto y, sobre todo, las dudas, las preguntas, las ideas que ellos también tienen; en suma, *¿cuál es la voz de ellos?*

En tiempos de transición demográfica acelerada, de enfoques constructivistas en educación, de ingentes desafíos en la epidemiología y la salud pública de las nuevas generaciones y para los nuevos maestros y doctores que se forman desde aquellas, siempre viene bien un libro como este. Presentado en formato de manual, en 245 páginas de sencilla edición e ilustración y ágil recorrido, compila las preguntas y respuestas de padres, madres e hijos que han surgido durante el ejercicio de la medicina y de la pediatría por las autoras (y de la propia maternidad en una de ellas), en aras no solo de llamar la atención sobre la enfermedad, sino también de dar importancia al cuidado de la salud, con la convicción de que lo urgente ha de ser subordinado a lo realmente relevante.

El libro aborda 14 capítulos, con temas que van desde el sueño, la alimentación o la actividad física hasta el autocuidado, sin obviar temas que pueden ser controversiales, como la salud sexual o el uso de sustancias psicoactivas. Cada capítulo está estructurado con preguntas iniciales para los lectores —pudiendo ser cualquier miembro de una familia—, que los inducen a pensar de antemano antes de entrar a la lectura de los mismos. En ellos se ofrecen datos, consejos, sugerencias para la acción y opciones para la búsqueda de información complementaria que, como detalle notable, aporta referencias para los trabajadores de las salud, así como cibergrafía e hipervínculos para la consulta de la familia, con

resúmenes rápidos del contenido de tales páginas electrónicas (*webpages*).

Las autoras buscan resolver una pregunta de fondo con el libro: ¿qué hace saludable al niño o al adolescente? En sus páginas se recogen inquietudes y respuestas sobre la nutrición, el disfrute y el aprendizaje en familia, el juego como elemento central en la crianza. Son abordados también asuntos morales y bioéticos, como el valor del ejemplo y del respeto desde las propias acciones, la firmeza sin maltrato, la responsabilidad, la resiliencia y la autonomía día a día. Hay recomendaciones para una sabia y empática escucha y para asumir una paciencia dialogal de los mayores para con los jóvenes, asunto en el que hacen hincapié las pediatras con el fin de promover el aprovechamiento de la fisiología, la psicología, las necesidades e incluso las motivaciones de cinco grupos diferentes de menores de edad —el lactante menor, el lactante mayor, el párvulo, el escolar y el adolescente—.

Dada su estructura, es fácil percatarse que un primer hilo conductor y una preocupación a lo largo del libro está en la alarma y el llamado a la acción contra el sedentarismo, la depresión o la violencia intrafamiliar, a través de opciones o técnicas sencillas, de bajo o ningún costo, ejecutables e integradoras del grupo familiar.

Una segunda corriente que recorre el libro es “el diálogo”: no simplemente el intercambio de opiniones entre padres e hijos, sino esa otra charla emocional, sentimental, vivencial, honesta, profunda, alimentada por la experiencia de los mayores, como por la curiosidad innata de niños y adolescentes.

Una tercera “idea fuerza” es la fuerte oposición de las autoras al castigo físico y la humillación: el lector no encontrará en el libro frases ni ideas como “porque te quiero te aporreo” o “la letra con sangre entra”. En consonancia, destaca una frase, hacia la parte central del libro: “*las peleas no resuelven los problemas, por el contrario crean otros nuevos*” (p. 104; resaltado nuestro).

Un cuarto rasgo es su esfuerzo por ofrecerle a prácticamente cualquier lector, en términos llanos y comprensibles, pautas o sugerencias de acción o ideas de fácil y rápida implementación, con lo que se busca, al mismo tiempo, un balance entre evidencia científica y experiencia clínica y vivencial, para lo cual se traducen y transcriben en este texto largas horas de estudio, extenuantes turnos y el sentimiento y la responsabilidad de la maternidad.

Henao y Rodríguez aprovechan su libro para atacar malos hábitos de la sociedad moderna occidental, presumida de ser “civilizada”: comer comida “chatarra” o frente a pantallas de televisión o computador; hacer poco o ningún ejercicio; excederse en los videojuegos; abusar del uso de redes sociales; desatender llantos, berrinches, impulsos, tristezas, enojos de bebés, niños y adolescentes que no encuentran palabras para expresar qué les

sucede y acaban tan mal como puede ser un suicidio; atender influenciadores y promotores de movimientos antivacunas o anticientíficos, dándoles prioridad por sobre el saber de los profesionales y técnicos de salud altamente calificados; asumir el matoneo (*bullying*) como “algo normal y que puede enseñar a defenderse” (p. 112); el sexo como manifestación de agresión y de poder sobre el otro; el abuso de sustancias como falso medio de autoafirmación, entre otros problemas de actualidad y de la mayor prioridad para chicos y grandes.

Lanzado el 11 de mayo de 2025 en la Feria Internacional del Libro en Bogotá, Colombia, el libro —en palabras de las propias autoras— partió de una tarea asignada por la doctora Rodríguez, como docente en el Hospital Pediátrico de La Misericordia, a la doctora Henao como residente en su día, consistente en proponer un documento que, con adicionales búsquedas bibliográficas, discusiones y el toque clínico de la experiencia y la vivencia, se transformó en una guía de crianza para padres, una hoja de ruta para niños y adolescentes, y un soporte adicional para profesionales y técnicos de salud que, por necesidad o deseo, han de acompañarlos a todos ellos desde el nacimiento hasta el final de la adolescencia. Una guía que, parafraseando la contraportada ofrecida por la editorial, cuenta con un enfoque práctico, accesible y apasionante para acompañar a padres y cuidadores en el recorrido a través de la crianza y el desarrollo saludable y equilibrado de sus hijos.