

Según un estudio de la UBA

## **El diálogo padre e hijo previene las adicciones**

**Fabiola Czubaj**

### La figura paterna sería más efectiva que los especialistas

Ni las terapias ni las consultas con los especialistas en conflictos de adolescentes parecen ser tan efectivas como la figura paterna. El diálogo de los hijos con el padre tiene un efecto protector contra las adicciones juveniles.

Sin embargo, cuando esa comunicación incluye gritos, insultos o expresiones de desvalorización se puede abrir el camino hacia el consumo excesivo de alcohol en la adolescencia.

Un equipo de investigadores de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires (UBA) indagó si existían factores familiares y de personalidad capaces de influir en la adicción de los hijos a dos drogas sociales: el tabaco y el alcohol. Tras realizar un estudio con adolescentes, detectaron que la comunicación con el padre ejerce el mayor efecto protector, aun por sobre la madre.

"Observamos que una buena comunicación con la madre no alcanza para proteger a los adolescentes. El factor protector por excelencia, tanto para varones como mujeres, es el diálogo con el padre. Los adolescentes que no abusan del alcohol y no fuman tienen una comunicación abierta mucho mayor con el padre que aquellos que sí lo hacen", explicó a LA NACION la doctora Vanina Schmidt, autora principal del estudio presentado en el IV Congreso Mundial de Estrés Postraumático.

Schmidt, investigadora asistente del Conicet y profesora adjunta regular de la Facultad de Psicología de la UBA, dirigió al equipo de trabajo que durante 2004 y 2005 evaluó a 591 adolescentes de 13 a 18 años, del tercer ciclo de la EGB y del polimodal en escuelas bonaerenses.

Independientemente de fumar o excederse con las bebidas alcohólicas, varones y mujeres dijeron tener un diálogo fluido con la madre; no así con el padre.

"Los indicadores más importantes de una comunicación abierta con los hijos son estos: saber escucharlos y si ellos cuentan sus problemas -agregó Schmidt, del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología de la UBA-. Los adolescentes que tenían una comunicación más abierta con el padre compartían dos características: afirmaban que el padre sabía escucharlos y que, si tenían un problema, estaban seguros de poder contarlo."

Al describir ese diálogo abierto, la mayoría de los adolescentes eligió frases como «me sabe escuchar», «tengo un problema y lo puedo contar», «puedo hablar sin inhibirme» o «trata de entender mi punto de vista».

También coincidieron al hablar del intercambio fluido de información, de sentimientos y de ideas.

Priorizaron, además, ser escuchados, poder intercambiar puntos de vista con el padre, percibir en él interés en lo que les pasa, poder demostrar afecto abiertamente y obtener respuestas sinceras.

Entre los elementos que atentan contra un buen intercambio verbal con el padre están la falta de respeto expresada a través de los gritos, los insultos, el maltrato y el abuso del no. Así, los problemas de comunicación que generan esas agresiones o la negación a escuchar a los hijos (ya sea por falta de tiempo u

ocupaciones excesivas, entre otras) se presentaron como factores de riesgo adolescentes más asociados al abuso del alcohol.

"Claro que también es negativo que el hijo le grite o insulte al padre, porque esto hace que se corran los roles en la relación. También, cuando los padres les dicen que no a todo, los hijos tratarán de hacer todo lo que les prohibieron apenas consigan un poco de independencia", advirtió la psicóloga.

Padre, no amigo

Una de las características que no pasaron inadvertidas a los investigadores fue cierta desaprobación de los adolescentes a la relación de amistad desde la que muchos padres intentan acercarse a sus hijos adolescentes.

"Dijeron que les molestaba bastante la actitud de amiguismo en la relación.

En realidad, mostraron que buscan límites y no les gusta cuando los padres están ausentes en esa búsqueda", comentó la especialista.

En otro estudio con adolescentes, los investigadores observaron que en aquellos hogares donde el principio de la relación entre padres e hijos era el laissez-faire (dejar hacer), la comunicación familiar era negativa.

"Es un principio característico de las familias con integrantes drogodependientes", señaló la doctora Schmidt.

Tener una comunicación abierta con los hijos, puntualizó, no significa que todo tenga que estar permitido o que los padres no les pongan límites a sus hijos.

"Que no se entienda que el padre debe construir su comunicación desde una relación de amistad", agregó la psicóloga.

Por último, los adolescentes con mayor riesgo de abusar de las drogas juveniles eran aquellos que sentían algún nivel de restricción comunicativa con la madre y con el padre o que tenían una comunicación accidentada con ambos.

"No poder decirle al padre y a la madre cómo una hijo se siente sobre algunas cosas es muy diferente a optar por la selectividad, es decir, reservarse para sí ciertos temas o cuidar cómo se transmiten, como puede ser la primera relación sexual", finalizó la doctora Schmidt.

De la Redacción de LA NACION

Perfil de un fumador

¿Hay características que permiten identificar a un adolescente fumador? Sí, en la personalidad: se aburre con facilidad, tiende a la desinhibición, disfruta de la búsqueda de sensaciones o emociones diferentes. Esa persona también tiene un mayor riesgo de abusar del alcohol, según la doctora Vanina Schmidt. Mientras que en las adolescentes tener una comunicación abierta con el padre actúa como un factor protector contra el inicio del tabaquismo, en los hijos varones no influye de manera alguna para comenzar o no a fumar.