

Excelsior (14 marzo 2019)

https://www.excelsior.com.mx/trending/gritar-tiene-un-efecto-terrible-para-los-ninos-y-sus-cerebros/1301865?no_mobile=true



Gritar tiene un efecto terrible para los niños y sus cerebros

¿Sabías que gritarles a tus hijos puede ocasionar daño cerebral? La ciencia lo confirma

14/03/2019 12:54 ELOÍSA CARMONA / ACTITUDFEM.COM

CIUDAD DE MÉXICO

Gritarle a un niño con el fin de corregir algo es el peor error que un padre puede cometer.

En lugar de lograr el cometido, el grito causará, de hecho, un daño al cerebro del pequeño.

Gritar "es una forma de violencia que evita la consolidación de vínculos afectivos sanos y satisfactorios, y que siembra el miedo como motor de las relaciones", dijo a *El país* Pax Dettoni, directora de la Asociación Teatro de Conciencia.



De acuerdo con Dettoni, "donde hay miedo, no hay amor, no hay paz"; por otra parte, varios estudios respaldan sus argumentos.

Por ejemplo, uno de la Universidad de Nueva York publicado en *Current Biology* destacó que ya que el grito tiene una "propiedad sonora única, [...] impacta y activa el centro neuronal del miedo, que está en la amígdala".

Y no solo eso. Otra investigación realizada por la Universidad de Pittsburg y la de Michigan concluyó que también tiene efectos negativos para los padres: "los efectos de esta violencia verbal provocan problemas de conducta en los menores, como discusiones y peleas con compañeros, dificultades en el rendimiento escolar, mentiras a los padres, síntomas de tristeza repentina y depresión"

Lo mejor en las situaciones de enojo es mantener la calma. Pax Dettoni menciona con su campaña "Gritar daña" que los padres deben intentar detenerse un momento, respirar, y recordarse a ellos mismos que tienen derecho a estar enojados, pero que son capaces de demostrar este enojo de otra manera que no sea gritando.

¿Tú recurre al grito con tus hijos?

