

# Educar con amor también es poner límites

Vivimos tiempos complejos para las infancias y adolescencias. Tiempos marcados por la sobreexposición a información, redes sociales, presiones emocionales y múltiples desafíos que muchas veces superan incluso a los adultos. En medio de este escenario, hay algo que no puede relativizarse: la importancia del rol de los adultos en la crianza, el acompañamiento y la protección de niños, niñas y adolescentes.

Hoy más que nunca necesitamos padres y madres presentes, comprometidos y activos en su rol. Adultos capaces de acompañar emocionalmente, validar sentimientos, escuchar y contener, pero también de establecer límites claros y consistentes. Porque amar no significa dejar hacer todo, el amor también educa, orienta y protege.

Existe una idea equivocada de que poner normas o límites podría afectar el vínculo con los hijos e hijas, sin embargo, ocurre todo lo contrario. Los límites sanos entregan seguridad, estructura y orientación. Un niño o adolescente necesita saber que hay adultos disponibles que lo cuidan, incluso cuando eso implique decir "no", corregir conductas o abordar conversaciones incómodas.

Y justamente ahí aparece otro desafío urgente: terminar con los "temas tabú". No podemos seguir evitando conversaciones importantes por miedo, vergüenza o incomodidad. Vi-



**Carolina Ojeda Galaz**  
**Asistente Social**  
**Mg. en Gerencia Socios**  
**Diplomada en Salud Familiar**

vimos en una sociedad hiperconectada, donde la información-verdadera o falsa- circula permanentemente. Si los adultos no hablamos de salud mental, drogas, sexualidad, violencia, emociones o riesgos digitales de manera clara y responsable, alguien más lo hará. Y muchas veces desde espacios inseguros o desinformados.

Como padres, madres, cuidadores y también como profesionales, tenemos la responsabilidad de hablar las cosas como son, con lenguaje adecuado, con empatía y con verdad. La prevención comienza en la conversación cotidiana y en la confianza que construimos con nuestras infancias.

Pero esta tarea no puede recaer únicamente en una persona o institución. Aquí también es fundamental comprender que padres, docentes y profesionales no son enemigos ni competidores: son aliados. La

infancia necesita adultos que se validen mutuamente y trabajen en conjunto, no adultos que desacrediten o minimicen el rol del otro frente a niños y adolescentes.

Cuando un niño observa conflictos constantes entre adultos responsables de su cuidado, se debilitan las redes de contención. En cambio, cuando existe comunicación, coherencia y colaboración entre familias, escuelas y profesionales, se fortalece la seguridad emocional y el desarrollo integral de las infancias.

Asimismo, debemos dejar de mirar las redes de apoyo como algo lejano o excepcional. Existen herramientas y espacios que pueden acompañar a las familias: establecimientos educacionales, equipos de convivencia escolar, Centros de Salud Familiar, psicólogos, trabajadores sociales, programas comunitarios y múltiples redes públicas y privadas que cumplen un rol fundamental en prevención y contención.

Pedir ayuda no es fracasar como madre o padre. Al contrario, muchas veces es uno de los actos más responsables y amorosos que podemos realizar.

Cuidar las infancias requiere presencia, diálogo, límites y empatía. Requiere adultos disponibles, coherentes y capaces de trabajar juntos. Porque finalmente, educar y proteger nunca ha sido tarea de una sola persona: es una responsabilidad compartida.