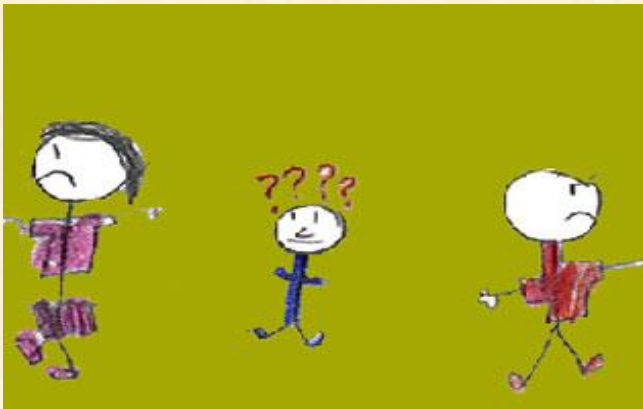


que desacrediten, critiquen, insulten, humillen o devalúen al otro progenitor para tratar de desarrollar una mejor alianza con los hijos, poniéndolos en contra de la ex pareja”, señaló.



Un aspecto importante que es necesario evitar después de una separación, es el llamado **Síndrome de Alienación Parental**, el cual puede manifestarse cuando los padres no tienen la mejor relación entre sí.

“**El síndrome de alienación parental** es un conjunto de síntomas que se traducen como una perturbación emocional a causa de la manipulación a la que son expuestos los hijos por los padres cuando ya se han separado, con la idea de ponerlos en contra de la otra persona”, explicó.



Finalmente, la especialista compartió una serie de estrategias para evitar que el divorcio afecte a los hijos, algo que, en buena medida, depende de la actitud que tomen los padres.

- Ofrecerles un modelo de comportamiento sobre cómo hay que enfrentar los problemas.
- Tener relación cordial y participar de manera activa en la vida de los hijos.
- Ayudarlos a procesar la experiencia por medio de libros o películas.
- Respetar los acuerdos de la separación.
- No discutir los problemas frente a los hijos.
- Tomar decisiones de manera conjunta siempre por el bienestar de los hijos.



¡¡ **ASÓCIATE A PAMAC!!**



# ¿QUÉ ES EL SÍNDROME ALIENACIÓN PARENTAL?



<p>Por la Co-Responsabilidad Parental</p> <p><b>Padres y Madres en acción</b></p>	<p>Por ti, corazón... <b>¡Custodia Compartida!</b> Sweetheart, for you... <b>Joint Custody Now!</b></p>
<p><a href="http://www.padresdivorciados.es">www.padresdivorciados.es</a></p>	<p>usedimad@gmail.com 649 116 241</p>

**Con tu Ayuda y**

**Colaboración Conseguiremos**

**la Custodia Compartida**

**de nuestros hijos, de forma Automática**

Boletín de Suscripción:

Nombre: \_\_\_\_\_

Apellidos: \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_ n° \_\_\_\_\_

Población: \_\_\_\_\_

C.P.: \_\_\_\_\_ N.I.F.: \_\_\_\_\_

e-mail.: \_\_\_\_\_

Tlf.: \_\_\_\_\_

**Si, deseo pertenecer a la Asociación  
Padres y Madres en Acción (PAMAC),  
abonando la cantidad de:**

● **84´00 €** Anuales

● \_\_\_\_\_ € Por Donación

Ingresando en la Cuenta de la Asociación  
Nº: **2038-1893-75-6000068701** ó  
domiciliando el pago en el Banco/Caja: \_\_\_\_\_

Calle: \_\_\_\_\_ n°: \_\_\_\_\_

Población: \_\_\_\_\_ C.P.: \_\_\_\_\_

Entidad Oficina D.C. Cuenta

□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□□□

En \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_\_\_

Firmado:

Hijos no deben ser un arma tras un divorcio. Cuando los padres divorciados no tienen una conducta cordial, los hijos pueden desarrollar **el Síndrome de Alienación Parental.**

Andrés Vargas Reynoso / SUMEDICO/  
México, D.F. 12 de marzo de 2013



La separación de una pareja, sobre todo cuando existen hijos de por medio, no sólo es dolorosa sino que debe enfrentarse con responsabilidad de ambas partes, para que los hijos no carguen con las consecuencias. Cuando una pareja comienza a plantear la posibilidad de una separación, la dinámica familiar presenta cambios que no son ajenos a los hijos, por ello es necesario anunciar y explicar a los hijos qué es lo que va a suceder y, posteriormente, manteniendo una buena conducta y una relación cordial, evitar que la separación los dañe, dijo a **SUMEDICO** Laura Elena Martínez, Psicoterapeuta familiar y especialista en niños.

[laura\\_elenam@hotmail.com](mailto:laura_elenam@hotmail.com)  
[www.psicologiaypsicoterapia.com.mx](http://www.psicologiaypsicoterapia.com.mx)

“Hay que acercarse a los hijos con palabras sencillas, acordes a su edad, para explicarles la decisión de la separación, y sobre todo asegurarse que les ha quedado

claro que la separación será de pareja pero que ambos seguirán siendo siempre sus padres”, explicó.

Indicó también que los hijos generalmente tienen fantasías de reconciliación, ya que tener juntos a sus padres les confiere seguridad, no obstante, lejos de parecer que esto podría ser perjudicial, refirió que, por el contrario, puede ser útil, ya que esta situación los ayuda a dominar los sentimientos de pérdida.

La actitud de los padres es importante para que un divorcio no afecte a los hijos, por ello, señaló que si bien a la pareja que está separándose no le es sencillo conducirse con la calma y la claridad suficientes, es importante mantener disponibilidad de afecto, atención y cuidados que permitan brindar a los hijos un ambiente de bienestar.



Una situación que debe permanecer después de la separación, para que el procesamiento de esos sentimientos que van arrastrándose no los afecten en el futuro, sobre todo en la concepción que tienen de cada uno de sus padres.

“Si se les brindó la información correcta y clara sobre lo que iba a suceder y los cambios que esto iba a traer, la convivencia será más sencilla. Es importante que, cada uno de los padres en su espacio, evite hacer comentarios