

JULIO 10

EDITORIAL

TIEMPO FAMILIAR Y SALUD INFANTIL

Soledad Román

Directora General de la Fundació Roger Torné

El mes de agosto en nuestro país, es el período vacacional por excelencia. La actividad laboral se ralentiza en casi todos los sectores y las familias se encuentran con todas las horas del día para compartirlas lejos de obligaciones y horarios impuestos.

Las vacaciones laborales, porque las escolares ya comenzaron hacen más de un mes, pueden ser una excelente oportunidad para que las familias fortalezcan las bases de su convivencia. leer, conversar, reír, compartir planes de futuro, cocinar, correr, montar en bicicleta, jugar a... Las opciones son múltiples y variadas, dependen de las inclinaciones y aficiones de cada uno. En las colonias que acaban de finalizar, los niños y niñas participantes han desplegado una intensa actividad física e intelectual, adecuada a su edad, en medio de la naturaleza y sentando las bases de la verdadera autonomía personal, que no quiere decir ser autosuficiente, sino aprender a compartir, a respetar, no solo a uno mismo sino a los demás. Pero esto solo es factible cuando el tiempo existe en estado puro, sin aditivos ni colorantes, cuando no hay TV, ni consolas, ni otros artilugios que impiden que el tiempo sea solo nuestro.

Nosotros estamos convencidos de que ese tiempo, de primera calidad, influye positivamente en la salud de nuestros niños y niñas y es muy probable que también en la nuestra.

[ir a EDITORIAL](#)