

Parentalización: Cuando los niños asumen el rol de padres

La parentificación es un término que cada vez cobra más relevancia en el ámbito de la psicología y la salud mental. Se refiere a un fenómeno en el que los roles familiares se invierten, y los niños asumen responsabilidades que normalmente corresponden a los adultos. Esto significa que los pequeños se ven obligados a cuidar de sus padres, hermanos o incluso de toda la familia, asumiendo cargas emocionales y tareas que están muy por encima de su edad y madurez.

Las consecuencias de la parentificación pueden ser devastadoras para el desarrollo psicológico de un niño. Al asumir roles que no les corresponden, los niños pierden la oportunidad de vivir una infancia plena y desarrollarse de manera saludable. Esto puede llevar a problemas emocionales como ansiedad, depresión, baja autoestima y dificultades para establecer relaciones interpersonales en la edad adulta.

La parentalización se clasifica en dos formas principales:

Parentalización emocional: los niños y niñas deben actuar como cuidadores emocionales de sus padres, proporcionándoles apoyo psicológico, atendiendo sus necesidades emocionales y asumiendo el papel de confidentes.

Parentalización instrumental: los niños y niñas asumen tareas prácticas y domésticas que normalmente serían responsabilidad de un adulto, como cocinar, limpiar, cuidar a hermanos menores o encargarse de asuntos financieros.

En ambos casos, los niños y niñas se ven obligados a asumir roles que no corresponden a su etapa de desarrollo, lo que puede generar sentimientos de ansiedad, culpa, y una pérdida de la infancia.

La parentalización afecta profundamente el desarrollo de los más chicos. Los vínculos tempranos con los cuidadores son fundamentales para la construcción de la identidad y el Yo. Cuando un niño debe asumir un rol parental, este proceso se interrumpe, y puede experimentar una confusión de roles, una carga excesiva y emociones que no tiene cómo metabolizar. Todo esto afecta su subjetivización y la infancia se interrumpe de algún modo.

En la parentalización, los niños y niñas se ven obligados a

lidar con ansiedades que están más allá de su capacidad para procesarlas, lo que puede llevar a defensas tempranas, como la represión, la identificación proyectiva y la disociación.

Con información de [Infobae](#)