



Gemma empezó en la natación sincronizada con 8 años. “Mis padres siempre apoyaron mi sueño, pero también insistieron para que no dejara de estudiar”.

Ella tiene claro que es la familia, junto con la escuela y el deporte, la que nos transmite valores. Por eso ve básicas iniciativas como los Juegos Cabildo de Tenerife, en el que participan familias con pocos recursos de CaixaProinfancia. ‘Alma’ es una nueva manera de hablar de lo social. Con actitud y optimismo. Desde la diversidad. Y a partir de las historias de la [Obra Social “la Caixa”](#). Queremos ser también un punto de encuentro de las infinitas realidades sociales de nuestro mundo. Por eso Alma es la red social social.

«La familia nos transmite valores que nos acompañarán toda la vida»

A mí nunca me gustó mucho estudiar. Y cuando llegó la adolescencia, la cosa se puso difícil. Por un lado, los entrenamientos de sincro empezaron a ir en serio; entrenaba ocho horas de lunes a sábado y me quedaba poca energía para los estudios, que también se estaban poniendo duros. Y por otro lado, mientras mis amigas se iban a merendar y a la discoteca, yo tenía que entrenar. Por **suerte, estuve muy bien acompañada por unos padres que me dejaban seguir mi camino,**

pero asesorándome en un entorno de total confianza. Su papel para mí, como para casi todos, fue fundamental.

Por esa época me cambié de instituto y fui a la residencia para deportistas *Joaquín Blume*, con horarios muy flexibles que nos permitían entrenar y estudiar. **El papel de los educadores de allí también fue importante.** Yo a las 6 de la mañana estaba entrenando y a las 9, en clase. Pero los profesores eran muy conscientes de que íbamos cansados y siempre supieron cómo “llevarnos” para que nos mantuviéramos interesados en los estudios. De hecho, años después, justo en la cúspide de mi carrera deportiva, acabé sacándome Gemología por gusto. Iba a clase muy motivada y aprendí muchísimas cosas.

«El deporte completa la educación de los niños y les integra socialmente»

También las entrenadoras y el mismo deporte me han dado unos valores, me han enseñado a ir por la vida con objetivos, esforzándome para todo y exigiéndome para sacar lo mejor de mí. Por eso considero que iniciativas como los [Juegos Cabildo de Tenerife](#), en las que participan familias en situación de vulnerabilidad del programa [CaixaProinfancia](#), son tan necesarias. El proyecto recibió este año el *Premio Iniciativa Familiar* en la comunidad y permite a las familias con pocos recursos llevar a sus hijos a hacer un deporte -en este caso, la lucha canaria. Allí padres y madres participan de una actividad que completa la educación de sus hijos, que les integra socialmente, y crean un vínculo con ellos. **Los niños necesitan estar con sus familiares para desarrollarse.** Y estoy segura de que este proyecto tendrá un gran impacto sobre ellos y que, antes o después, serán personas que influirán de forma positiva en su sociedad.

«Hay algo que todos podemos darles a los niños: tiempo de calidad»

Mis hijos también hacen deporte. El mayor, balonmano. Y el pequeño, una actividad extraescolar en la que practican un poco de todo (tiene cinco años). **Eso les forma en muchos sentidos:** les enseña a trabajar en equipo, a conocerse físicamente, a cumplir reglas y ser autoexigentes, a escuchar al entrenador, a ser constantes, a aceptar que no siempre se gana, a tener un objetivo e ir a por él... Son cosas que luego pueden extrapolar a la vida.

A los padres nadie nos enseña a educar a nuestros hijos, pero todos intentamos darles lo mejor. Soy consciente de que las familias sin recursos lo tienen más difícil; quizá no les pueden dar extraescolares ni muchas cosas materiales, pero hay algo que sí todos podemos darles: tiempo de calidad. **Jugar con ellos, hablar, escucharles para que te**

expliquen sus cosas... La confianza y el vínculo padres-hijos son básicos para mí. Yo a mi madre se lo explico todo. Y a mis hijos también intento transmitirles esa confianza para que me cuenten sus problemas y sus cosas, tan necesaria para una infancia feliz.

«Es imprescindible que las familias nos impliquemos en la educación»

Creo que para aprender es muy importante divertirse. Y esa diversión, compartida con la familia, es algo que me gusta de los *Juegos Cabildo*. **Porque para aprender cualquier cosa, sobre todo cuando eres niño, es fundamental que te guste y lo disfrutes.** Eso no significa que no haya que poner límites. Yo, por ejemplo, me esfuerzo para que valoren lo que tienen. A veces los niños son exigentes y pedigüños, y ahí yo les digo que hay cosas que, si las quieren, se las van a tener que ganar. No soy una erudita de nada, pero intento darles buen ejemplo, porque al final nosotros somos su espejo.

Criar a un hijo no es fácil. Y cada niño es único. A mi hijo **Joe** le gustan las matemáticas. A **Nil**, los animales y la naturaleza, pero los estudios le cuestan más... Así que le llevamos a refuerzo y le ayudamos, e intentamos que se lo pase bien aprendiendo, sin ninguna presión para que sea el mejor de su clase. Porque, **al final, lo que sus padres esperamos es que sean buenas personas:** generosos, trabajadores, con valores, abiertos y, sobre todo, capaces de conseguir sus metas haciendo lo que les guste. Y para ello, es imprescindible que las familias nos impliquemos en su educación. Nuestro papel ahora es clave para su éxito en la vida.

Fuente: [Gemma Mengual](#), en [elmundo.es](#).