**Reyes Magos: ¿los niños reciben demasiados regalos?**  
  
En estas fiestas navideñas, cada uno de mis hijos recibirá, entre Papá Noel y Reyes, cuatro regalos, más dos compartidos para los tres. Los juguetes importantes llegan desde Oriente a bordo de camellos, repartidos entre nuestra casa y la de los abuelos. A veces, aunque los padres no quieran, amigos, abuelos y tíos también se empeñan en regalar, y además, por separado. El resultado: niños con tantos juguetes que, después de abrirlos, se olvidan de que los tienen, y habitaciones con más stock que el Toys’ R Us.

Parece que los niños de esta generación tienen que tenerlo todo incluso antes de desearlo. No es culpa suya, claro, sino nuestra. Queremos verlos felices y, tal vez, compensar de alguna forma el poco tiempo que podemos pasar con los hijos. También, por qué no reconocerlo, somos consumistas. ¿Para qué hacerles esperar por una bici, cuando tenemos dinero para comprársela y Amazon para servirla el día siguiente?

Una avalancha de regalos en poco tiempo provoca sobreestimulación, pérdida de ilusión e incluso incapacidad para experimentar placer en casi todas las actividades, alerta la psicóloga Olga Carmona. Enseñarles a esperar activa la corteza prefrontal, la región del lóbulo del cerebro que controla las demás partes, y ayuda a desarrollar capacidades como la tolerancia a la frustración y el autocontrol, decisivas en la vida adulta, explica el neuropsicólogo Álvaro Bilbao. Así que, cuando limitamos los regalos, en realidad estamos haciéndoles un obsequio para toda la vida.

No se trata de volver a la infancia de nuestros abuelos, cuando una muñeca de trapo o unas nueces eran unos regalos memorables. Pero quizás sí a la nuestra, cuando recibíamos un par de juguetes, incluso alguno que habíamos pedido en la carta, pero siempre se nos quedaba alguna espinita que los Reyes no querían traer.

adaptado de <http://elpais.com/elpais/2016/12/29/mamas_papas/1483021297_869480.html>