

Mentalización Parental

Carolina Castro González (UHPIJ de Oviedo), Claudia Fernández Delgado (UHPIJ de Oviedo), Marta Álvarez González (UDH de Oviedo)

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

Se define mentalización como la capacidad humana de comprenderse a uno mismo y a los demás en función de lo que nos sucede mientras permanecemos abiertos y curiosos hacia la experiencia del otro. El objetivo de este trabajo consiste en establecer una asociación entre la mentalización parental y la salud mental infantil.



Se realizó una búsqueda bibliográfica intencionada usando palabras clave en bases de datos como Medline y Pubmed.

METODOLOGÍA



DESARROLLO

La capacidad de mentalización del cuidador es una de las características más importantes de las relaciones seguras entre padres e hijos.

Diversos estudios han demostrado consistentemente que el funcionamiento reflexivo se asocia tanto con el apego de los padres como con el del niño, y es un factor importante en la transmisión intergeneracional del apego.

Los resultados de un metaanálisis de estudios que evaluaban las capacidades de mentalización parental en madres y padres en pareja, muestran que los padres presentaron puntuaciones más bajas que las madres.

Existe evidencia de que una capacidad mental materna de menor calidad caracteriza las interacciones entre padres e hijos en el contexto de los síntomas y trastornos de regulación de tal manera que un mejor funcionamiento reflexivo se asocia con menores tasas de desregulación infantil.



CONCLUSIONES

Los hallazgos analizados permiten establecer una relación significativa entre la mentalización parental y la salud mental infantil, especialmente en el desarrollo de vínculos de apego seguros y en el funcionamiento psicosocial de los menores.

La capacidad de los padres para comprender y reflexionar sobre los estados emocionales propios y de sus hijos parece influir positivamente en la regulación emocional y en el bienestar psicológico del niño. Por ello, las intervenciones centradas en fortalecer la mentalización parental podrían favorecer una mayor seguridad del apego y mejorar el desarrollo emocional y social durante la infancia y, como consecuencia, la adolescencia.

Resulta necesario continuar investigando en este ámbito, incorporando además una perspectiva de sistema familiar que permita comprender de forma más amplia las dinámicas relacionales implicadas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Trepiaq P, Deneault AA, Bureau JF. Una revisión sistemática y metaanálisis de la mentalización parental en padres y madres. Revista Salud Mental Infantil. 2025;46(4):406–23.
2. Slade A, Slead M. Funcionamiento reflexivo parental en la entrevista sobre el desarrollo parental: una revisión narrativa de la medición, la asociación y las direcciones futuras. Revista Salud Mental Infantil. 2024;45(4):464–80.
3. Cibralic S, Xu M, Wallace N, Morgan S, Roth A, Chau H, et al. El papel de la capacidad lingüística infantil y la mentalización parental en la desregulación temprana del niño. Revista Salud Mental Infantil. 2026;47(1):e70028.
4. Georg AK, Schomp LA, Forck M, Binder M, Taubner S. Teniendo en cuenta la desregulación: Cómo la capacidad de atención materna se relaciona con los síntomas y trastornos de la regulación en la infancia. Revista Salud Mental Infantil. 2025;46(6):855-69.

