



Lo Que Más Necesitan Los Bebés y Los Niños Pequeños

Desde el principio, los niños crecen y prosperan en relaciones estables y favorecedoras. Estas son relaciones con las personas que más los quieren y más se preocupan por ellos—padres, hermanos, abuelos y otros parientes, y maestras de cuidado infantil. Estas primeras relaciones forman la base de todo el desarrollo del niño.

Cuidado infantil sensible

El primer año de vida forma la base de la confianza y la seguridad. A los niños les va mejor en hogares en los cuales se les satisfacen las necesidades, se los reconforta cuando están molestos y en general se les ama y se les anima. Los bebés comienzan a conocerse a sí mismos a partir de quienes los cuidan—especialmente sus padres. El proceso empieza desde temprana edad. Los bebés notan la expresión facial y el tono y el volumen de la voz de quien les habla. Todo esto les permite saber si están en un lugar seguro y cariñoso o no. Aunque ellos no entiendan el significado de las palabras, entienden el tono de las palabras.

Cuando son tratados con amor y bondad, y se les anima a hacer las cosas por su cuenta, los bebés aprenden a tener confianza en sí mismos y sentirse bien consigo mismos, y están mejor dispuestos y capacitados para intentar hacer cosas nuevas y aprender.

ACTOS QUE FAVORECEN LOS SENTIMIENTOS DEL BEBÉ

Lo que usted hace

Usted ve por qué está llorando y lo reconforta.

Lo que el bebé aprende

El bebé aprende que sus necesidades son importantes.

Usted le da tiempo para que se mueva y explore lo que lo rodea.

El bebé aprende que es poderoso y que puede hacer cosas.

“Probemos otra vez. ¿Quieres que te ayude?”

El bebé aprende a probar sus capacidades; desarrolla un sentido de triunfo. El bebé se siente orgulloso.

ACTOS QUE PERJUDICAN LOS SENTIMIENTOS DEL BEBÉ

Lo que usted hace

Usted lo deja llorar.

Lo que el bebé aprende

El bebé aprende que sus necesidades no serán satisfechas, independientemente de lo que haga.

Usted le dice que se quede quieto y deje de tocarlo todo.

El bebé aprende que la curiosidad es mala.

Usted no deja que trate de caminar o comer solo. “Eres muy pequeño o vas a dejar todo sucio?”

El bebé aprende a no intentar hacer cosas; aprende que es incapaz.

Deleite

Más que nada, los niños pequeños buscan a un adulto que les sonría, les hable y de alguna manera les muestre que está contento de verlos e interesado en lo que están haciendo. Hasta los bebés hacen esto cuando comienzan a hacer ruiditos de bebé y a reírse.

Cante suavemente cuando lo meza para que se quede dormido. Béseles los dedos de los pies mientras le cambia los pañales.





Conozca a su bebé

Los niños pequeños no saben palabras, así que necesitan que los adultos les vean las expresiones faciales y les hagan otras señales a las cuales puedan responder rápida y cariñosamente. A veces no es fácil entender las señales del bebé. Es necesario determinar cómo le gusta al niño que lo tengan en brazos, qué posición lo ayuda a eructar, cuáles son las señales de que está cansado, de que hay mucho ruido, de que tiene hambre o está satisfecho o de que tiene calor o frío. “Veo que estás girando la cabeza para evitar la cuchara. ¿Terminaste?”

Enséñele sus señales también. Háblele despacito antes de tocarlo. Los bebés se asustan fácilmente, especialmente si no la ven venir. Describa lo que va a hacer—“Te estoy cambiando los pañales?” “Vamos a dormir siesta.” El bebé no entiende las palabras pero reconoce su voz, y su voz lo reconforta.

No se puede malcriar a un bebé

No es posible malcriar a un bebé tomándolo en brazos cuando llora. Cuando el bebé lllore, tómelo en brazos. Acurrucado en sus brazos, el bebé aprende a calmarse solo y se siente más seguro. Esto le ayudará a aprender las cosas por su cuenta cuando sea mayor.

Saque y retorno

A los niños pequeños les encanta leer juntos: el niño señala, el adulto describe; el niño mira o balbucea y apunta a la página siguiente y se establece la comunicación. El bebé sonrío y la madre le sonrío a su vez. El papá pone una cara graciosa y el bebé se ríe más todavía. Esta importante manera de intercambiar información se llama saque y retorno, y es muy importante para la salud y la capacidad de aprendizaje del cerebro.

Apoyo para calmar

Todos necesitamos que nos reconforten en algún momento. Los bebés también, pero a veces necesitan ayuda para calmarse. Reconfortar al bebé no lo malcria. Es fácil reconfortar a algunos niños, otros son más difíciles de tranquilizar. Algunos naturalmente se chupan los dedos, sujetan su manta preferida o se calman solos. Otros necesitan que les soben la espalda para quedarse dormidos, o que les den su chupete. Usted puede probar cantarle, hablarle despacito, estrecharlo entre sus brazos, darle un juguete con el que pueda acurrucarse.

Criar niños pequeños puede ser frustrante y gratificante. No hay trabajo más importante que ayudar a su niño a desarrollar estrategias positivas para enfrentarse a las frustraciones de la vida. Su orientación y su apoyo le darán a su niño una base de comportamientos saludables y positivos para toda la vida.

Esta importante manera de intercambiar información se llama “*entregar y recibir*”, y es muy importante para la salud y la capacidad de aprendizaje del cerebro.

