

CONSENTIR A LOS BEBÉS Y A LOS NIÑOS: EL MITO QUE PODRÍA AFECTARLOS PARA TODA LA VIDA

por el Dr. Peter Ernest Haiman

Muchos estudios de investigación aclaran que la siguiente creencia relacionada con la crianza infantil no es cierta: si constantemente satisfacemos las necesidades de nuestros pequeñitos terminaremos consintiéndoles. Lo que más se acerca a la verdad es justamente todo lo contrario. Al satisfacer sus necesidades, usted hará que sus hijos desarrollen independencia cooperativa, bienestar emocional y físico, patrones de buena conducta, y que también puedan concretar sus objetivos. Usted sí hará la crianza difícil, si con frecuencia no satisface de forma adecuada las necesidades de sus hijos.

La clave para educarlos mejor y más fácilmente es la relación que usted cree con ellos. La satisfacción de un niño—resultado de responder adecuada y constantemente a sus necesidades normales—hace que la crianza se vuelva algo placentero tanto para él como para usted.

De todos los primates, el ser humano tiene el período de dependencia de desarrollo normal más largo. Las prácticas de crianza infantil a menudo pasan por alto este hecho. Las necesidades importantes y profundas de los pequeñitos son, con mucha frecuencia, ignoradas o satisfechas incorrectamente.

Es importante que el padre con quien los bebés o los niños estén emocionalmente apegados esté disponible para ellos en forma continua y rápida. En general, esa persona es la madre. Numerosos estudios de investigación indican cuáles son los patrones de conducta que construyen un apego firme de los hijos con los padres. Ellos son: (a) el contacto físico cariñoso entre los padres y el niño, (b) la constante habilidad de los padres para calmar al niño con sus abrazos, (c) la sensibilidad de los padres ante las señales que da el niño y la habilidad de programar intervenciones de acuerdo con los ritmos del niño, (d) el placer mutuo que sienten los padres y el niño al estar juntos, y (e) la creación de un ambiente que permita al niño sentir las consecuencias de sus propias acciones.

Si los padres constantemente brindan estos elementos a sus bebés o sus niños, estarán edificando los cimientos de una vida emocional sana. Además, construyen en la personalidad del niño una elasticidad que en el futuro le permitirá enfrentar con éxito los problemas y los desafíos de la vida.

En realidad, cuando los padres brindan a sus bebés o sus niños toda la atención y el reconocimiento que necesitan, lo que están haciendo es ayudarlos. Los orígenes de los problemas de los niños, los adolescentes y los adultos, en relación con el apego y el amor que sienten por otra persona, a menudo yacen en un cuidado muy poco receptivo o que cambia constantemente de personas. Cuidar a los niños es algo enriquecedor que el padre, la madre y demás miembros de la familia pueden ejercer sobre el niño.

Los niños requieren relaciones interpersonales que fomenten el desarrollo de la confianza. La interpretación exacta que hacen los padres de las señales que dan los niños y las respuestas adecuadas que les ofrecen son lo que alimentan en los niños el sentimiento interno de seguridad y el desarrollo de la confianza. Las investigaciones nos muestran que cuando a los bebés se los sostiene con frecuencia y no se los deja llorando se convierten en niños de seis y siete años con personalidades más estables, autocontroladas y fuertes, en comparación con los que lloran y no se les calma rápidamente. Poseen además una mayor autodisciplina y no son tan dependientes. Al estar con adultos que se preocupan por ellos, los bebés aprenden a confiar en

que otros los ayudarán. También adquieren confianza en su propia habilidad para obtener la atención que ellos necesitan.

¿Por qué para los bebés es tan importante confiar en el mundo que los rodea? Primero: la confianza les permite expresar su curiosidad. La expresión y el desarrollo de la curiosidad temprana e intrínseca son las raíces de la motivación, los intereses intelectuales y los logros. Segundo: el sentido de confianza en el mundo fomenta la confianza en sí mismos. Cuando los niños sienten al mundo de sus padres como un lugar enriquecedor, provechoso y previsible, se arriesgan a “alcanzar” aquello que desean y a esforzarse para lograr sus metas. Cuando los niños alcanzan lo que desean y logran sus metas con el apoyo de sus padres, aprenden a confiar en los demás y en sí mismos. Tercero: la cantidad y la calidad de las interacciones de los padres con sus bebés podrían determinar la susceptibilidad a las enfermedades físicas, a partir de los primeros años de vida.

En un artículo del *Breastfeeding Rights Packet* de La Leche League International, Edward R. Cerutti, M.D., discute la importancia que tiene amamantar para el desarrollo emocional de los niños: “Este es uno de los pocos países del mundo en donde el amamantar no está considerado ‘de moda’ después de que el niño cumple de seis a doce meses de edad. Esta creencia es errónea y completamente anormal, y nace de principios psicológicos infundados del año 1920. Los niños que amamantan durante dos a tres años a menudo se sienten más seguros y menos ansiosos. El ‘problema’ del destete tardío no yace en la relación madre e hijo, sino en la percepción distorsionada de dicha relación”.

En un artículo que habla sobre dormir con los bebés, James McKenna, Ph.D., escribe: “Dormir con el bebé y amamantarlo son acciones que se refuerzan mutuamente porque biológicamente constituyen un sistema integrado que ha sido comprobado a través del tiempo y que maximiza—no amenaza—la supervivencia del bebé humano y la salud de la mamá. Las investigaciones muestran que cuando los bebés duermen cerca de las mamás y maman más, tanto ellos como sus madres duermen más (minutos totales) que cuando duermen en cuartos separados. Es más, cuando las madres que habitualmente comparten la cama con sus hijos evaluaron la calidad de su sueño en comparación con aquellas cuyos bebés duermen en otro cuarto, el resultado fue que el sueño de las primeras era igual al de las segundas o incluso mejor--resultado contrario a las conceptualizaciones populares”.

Nuestros padres y los de generaciones anteriores, siempre han amado a sus hijos. Sin embargo, no tuvieron buena información que los guíe en la crianza. Solían guiarse únicamente por la intuición y las costumbres de crianza de la época. En los últimos cincuenta años, se han realizado vastos estudios sobre desarrollo y crianza infantiles. Hoy tenemos la oportunidad de usar esa información para que nos guíe en el amor que sentimos por nuestros hijos. En lo que respecta a crianza infantil, cuando el conocimiento reemplaza al mito, educar es más fácil y mejor para todos.

Es evidente que el bienestar físico, emocional, social e intelectual de un individuo durante su vida tiene, como base, a madres y a padres que satisficieron las necesidades de sus bebés de manera responsable y constante. Cuando educamos podemos echar a perder la vida y el futuro de nuestros niños si como madres y padres con frecuencia no satisfacemos las necesidades de nuestros jovencitos.