

Bebés

edición especial
EL MERCURIO



LA IMPORTANCIA DEL APEGO:

LOS PADRES SON FUNDAMENTALES EN EL DESARROLLO INTEGRAL DEL NIÑO

El apego se transforma en un pilar esencial para la evolución adecuada del bebé en su primera etapa de vida. Para ello se deben dar ciertas condiciones que van de la mano con este concepto y también con la crianza. Mientras más se aleja este contexto, mayores dificultades se encontrarán en el desarrollo y adaptación del niño.

"Sin duda, el apego es la relación afectiva más íntima, profunda e importante que los bebés tienen con sus padres", señala el doctor Pedro Barreda, pediatra y director de Más Salud.

Explica que se caracteriza por ser una relación duradera en el tiempo, relativamente consistente y permanente durante la mayor parte de la vida de una persona. Por una parte, sostiene que es una necesidad biológica propia del desarrollo de todos los seres humanos. Y, en segundo lugar, es el espacio vital de crecimiento del niño. "Esto quiere decir que la calidad del apego influirá en el comportamiento y desarrollo del niño a futuro", comenta el doctor Barreda.

Por su parte, Felipe Lecannelier, director académico del Centro de Apego y Regulación Emocional de la Facultad de Psicología de la Universidad del Desarrollo,

dice que históricamente las teorías y modelos han planteado la prominencia de la madre para el desarrollo del infante durante el primer año. "En estas propuestas, el rol del padre era secundario e indirecto, en el sentido de que su función era solo apoyar a la madre en el proceso de crianza. Actualmente, los aportes de los estudios de apego y otros modelos antropológicos-evolutivos han planteado un panorama diferente: el padre y la madre tienen roles y funciones similares y complementarias", subraya.

De esta forma, agrega que más que existir roles predefinidos, desde el punto del bienestar del infante, lo importante es recibir apoyo, contención, sensibilidad, protección y cuidado respetuoso de ambos por igual.

¿Cómo generar las bases de apego con el niño? Lecannelier

sostiene que los estudios sobre desarrollo infantil han ido demostrando que existe lo que se llama ambiente mínimo esperable, es decir, que son condiciones básicas que el niño o niña debe experimentar para que ocurra una adecuada evolución.

BASES DEL APEGO

"Dado que el cerebro y el cuerpo de los seres humanos operan bajo una lógica esencialmente relacional-emocional, es que estas condiciones dependen casi exclusivamente de lo que se conoce como ambiente de cuidado, o sea, son condiciones relacionadas al apego y la crianza", explica el profesional de la UDD.

Comenta que las condiciones son múltiples, como que el niño experimente relaciones

estables y continuas, que el cuidado sea específico, que los padres sean sensibles y comprometidos, que haya ausencia de estrés (que no sean los padres la fuente principal de estrés). "Lo que se ha demostrado es que estas condiciones funcionan como un continuo, donde mientras más se alejan, mayores dificultades se encontrarán en el desarrollo y adaptación del niño", enfatiza Felipe Lecannelier.

En tanto, el doctor Pedro Barreda comenta que la importancia del apego en la crianza dice que tenemos que entregar todo el cariño, afectividad y contacto físico que se pueda al bebé. "Es de ese modo como ellos aprenderán a enfrentar el mundo de un modo adecuado".

En este sentido, otra interrogante que surge es si el desarrollo emocional está relacionado con el cognitivo

o motor. El doctor Barreda sostiene que no cabe duda, según dicen los estudios modernos de neurociencia, que el educar las emociones y la sociabilidad permite hacer surgir la habilidad cognitiva innata en un mejor rendimiento, atención e interés, todo en un marco de la edad, de alegría, de juego y no insistir en métodos tradicionales de enmarcarlo en aspectos de competencia.

DESARROLLO COGNITIVO Y EMOCIONAL

Felipe Lecannelier explica que la división clásica entre desarrollo cognitivo/motor y socioemocional es cada vez más difusa, ya que a nivel cerebral, psicológico y social, ambos procesos necesitan funcionar de forma integrada para que marchen adecuadamente. "Por ejemplo,

la evidencia recogida en los últimos 10 a 15 años es clara en demostrar que aquellos niños que experimentan un adecuado desarrollo socio-emocional en el colegio tienen mejor rendimiento académico. Entonces, para pensar bien uno necesita sentir bien, y viceversa".

¿Cómo equilibrar entonces estos aspectos y lograr un crecimiento o evolución positiva en el niño? El experto de la UDD señala que estudios realizados en Chile y otros países han concluido que cuando se les pregunta a los niños sobre qué es lo que les interesa principalmente a sus padres ellos responden que es el rendimiento escolar. "Entonces, una recomendación principal es aprender a regular la sobreexigencia, ya que eso suele generar el efecto contrario de lo que se está buscando".

Dice Felipe Lecannelier, director académico del Centro de Apego y Regulación Emocional de la Facultad de Psicología de la UDD, que considerando el panorama global, para estimular al niño en los primeros meses de vida es clave la contención del estrés. "Asimismo, el aplicar las dificultades vistas en los recién nacidos tiene efectos más perjudiciales que en los niños más grandes. Mientras más temprano es el cuidado inadecuado, más negativas son las consecuencias a corto y largo plazo".

**CONTENCIÓN
DEL ESTRÉS**

