

EL PRIMER AÑO: FUNDAMENTAL II PARTE

Ciclo: paso a la vida nueva

En el trabajo anterior sobre este tema nos referimos a lo importante que resulta para el recién nacido su primer año de vida, por cuanto las experiencias en esa etapa quedarán grabadas en su persona e influirán en su desarrollo y crecimiento posteriores. Asimismo, enfatizamos el papel especial que desempeñan los padres en esa etapa de la vida del bebé.

En el presente trabajo enfocaremos los notables cambios que la llegada del primer hijo provoca en la pareja, en especial las modificaciones del tiempo, del espacio, de las relaciones hacia adentro y hacia afuera de la nueva familia.



¿Consortes y cónyuges?

Ante tales cambios, hombre y mujer deberían funcionar como consortes y cónyuges, en el sentido de compartir la misma suerte, esto es las satisfacciones, y también el mismo yugo, es decir, las tareas. Muchas veces esto no sucede con respecto a la educación de los hijos.

El padre, por opción personal o en ocasiones ayudado por la madre, funciona como una figura eclipsada en la vida del niño. Siente a veces que debe esperar a que crezca el niño para poder acercársele, conocerlo, compartir tiempo con él. Mientras es bebé, el padre se siente al margen o se margina: *No sé, no me atrevo, tengo miedo de que se me caiga...*

El papel del padre fluctúa entre ser el coco: *Ya vas a ver cuando venga tu papá*, o el Rey Mago: *¿Qué me trajiste hoy, papá?*; esto último para disimular su ausencia. También puede funcionar como el que da o niega el permiso: *Pregúntale a papá* o es una figura inalcanzable: *No molestes a papá*; funciona de abuelito: *En mi época...*, o de dictador: *El que manda soy yo*.

De todos modos, las responsabilidades de padre y madre han cambiado en los últimos tiempos: las exigencias de la sociedad hacen que la mujer tenga que salir a trabajar, lo que ha colaborado para que muchos padres hayan descubierto el placer de serlos y lo asuman como un verdadero privilegio.

La sociedad ha ido respondiendo a estos cambios en algunos países mediante medidas legislativas, entre ellas las que conceden permiso tanto a los padres como a las madres para cuidar de los niños. Por otro lado, a nivel educativo los padres deben ofrecer una educación lo más equilibrada posible en lo tocante a la igualdad en dignidad y complementariedad de hombre y mujer.

La sociedad no puede dar la espalda a una realidad: la educación de los hijos y las tareas del hogar deben ser una labor compartida por ambos esposos, de manera que el reparto de opciones y renuncias sea lo más equilibrado posible entre el hombre y la mujer, propiciando

la creación de un clima de paz y armonía en el hogar que es fundamental para el buen desarrollo de nuestros hijos.

La familia, potenciadora de la autoestima

La autoestima es un término que proviene del griego *autos* (a sí mismo), y del latín *estimare* (valorar). Se trata, pues, de la valoración que hacemos de nosotros mismos: positiva (si estamos a gusto con nosotros) o negativa (si no lo estamos).

La autoestima es el resultado de sucesivas autovaloraciones y constituye el núcleo básico de la personalidad. Funciona como una conciencia interior, que continuamente nos manifiesta cómo somos, cuánto valemos, cómo nos sentimos en cada situación. La autoestima es una estructura aprendida que condicionará los posteriores aprendizajes.

El autoconcepto, por su parte, dirige la conducta de las personas, ya que determina, la mayoría de las veces, las iniciativas que se asumen, los niveles de aspiración a los que se desea llegar y las metas que uno se autoimpone.

La consideración positiva o negativa de sí mismo, los juicios autovalorativos van conformándose a través de un proceso de asimilación y reflexión a temprana edad. Los niños, lentamente, interiorizan las opiniones de los modelos de identificación (padres, tutores, profesores o las personas socialmente relevantes) y las utilizan como criterio referente para su propia conducta.

Los padres son como espejos donde se miran los hijos. Las primeras informaciones que reciben los niños de sus padres son sobre sí mismos: si son atendidos en sus primeras necesidades –comida, sueño, higiene, calor- si son acariciados, si se juega con ellos desde pequeños; en fin, si son importantes para sus progenitores. El bebé, en principio muy centrado en sí mismo, se da cuenta que necesita a los padres para vivir y desarrollarse, pero, a la vez, se percata que es alguien importante y que los padres también necesitan de él.

Este proceso configurador de la identidad del niño y de su entorno se realiza de forma involuntaria, a través de actos cotidianos, como son la mirada, los gestos y el tono de voz. Los padres funcionan también como espejos donde se refleja el mundo; de ellos dependerá que el niño conciba el mundo como peligroso, hostil o, por el contrario, acogedor. De los padres también depende que el niño acepte las frustraciones que provienen de una sana adaptación a la realidad.

¿Cómo potenciar la autoestima?

* Favoreciendo la seguridad emocional de los niños, esto es, cumpliendo con las promesas que les hagamos, advirtiéndoles de los peligros que existen, pero sin atemorizarlos tanto que no se arriesguen a nada.

* Propiciando las relaciones sociales exitosas, reforzando los avances por pequeños que sean. En el área social, ya en el primer año, se deben reforzar los éxitos del niño cuando quiera empezar a comer por sí mismo, cuando colabore al ser vestido, cuando participe en los juegos.

* Educando progresivamente en la utilización del verbo *ser* sólo en forma positiva. Ante un error que el niño sepa reconocerlo: “me equivoqué”; “no entendí esta tarea”, en vez de decir: “soy tonto”.

* Moderando el nivel de aspiraciones del individuo, ajustándolo a la realidad objetiva desde la reflexión realista. No exponer al niño a empresas imposibles para su edad, que le dejen un gusto a frustración y a impotencia. Exigirle a un niño de un año, por ejemplo, que controle sus esfínteres.

* Intentando poner énfasis en los aspectos positivos de la personalidad de cada niño, más que en los desajustes o comportamientos desadaptados, siempre colocando el acento en lo posible y cambiabile.

* Rechazando, en lo posible, las comparaciones, las cuales suelen crear desequilibrios.

* Sabiendo aceptar la frustración, y así evitar mecanismos compensatorios desadaptados, que sólo disimulen los límites que naturalmente todos tenemos.

Aspectos físicos del recién nacido

El control médico periódico es importante en este primer año. Se trata, a través de él, de ajustar el régimen alimenticio, detectar posibles anomalías y observar el desarrollo físico, motor, intelectual y afectivo del bebé. En ese control se observan el peso, la altura, la aparición de la dentición y el cumplimiento del calendario de vacunas.

En este período es particularmente importante el cuidado del niño en relación con los accidentes. Estudios de la Organización Mundial de la Salud (OMS) indican que la mortalidad infantil hoy es mayor por accidentes que por el conjunto de enfermedades, como el sarampión, la escarlatina, la difteria, la tuberculosis y la poliomielitis.

Los accidentes varían con la edad y con el medio en que viven los niños. así, los lactantes está más expuestos a peligros que no dependen de ellos mismos, sino de la vigilancia de los mayores (sofocación por exceso de ropa en la cuna, caídas desde la cuna, asfixia por ingestión de objetos...).

Por el contrario, los preescolares de 1 a 4 años están especialmente expuestos a peligrosos accidentes, ya que su curiosidad les impulsa a conocer directamente los objetos y su inexperiencia no les permite discernir todavía con claridad dónde se encuentra el peligro. La mayoría de los accidentes suele producirse en el hogar, por contacto con instalaciones eléctricas, incendios de vestidos... Son también frecuentes los accidentes por ingestión de objetos, líquidos tóxicos y medicamentos.

Es importante que los padres pongan atención a tales peligros, para que tomen las medidas preventivas correspondientes. Esto no quiere decir que debemos mostrar e insistir continuamente en los aspectos peligrosos del mundo, hecho que despertaría en el niño sentimientos de desconfianza e inseguridad. Por el contrario, es importante educar al niño advirtiéndole de los riesgos y dándole a la vez la confianza y la seguridad que él necesita para crecer.

En el próximo número abordaremos otro importante aspecto de este primer año de vida: la alimentación.