

ATS 11 237

En vida y salud vamos a continuar dentro del ámbito de la psicología y de la conducta, aunque ahora nos vamos a referir a la conducta de los más pequeños, de los bebés. Nadie duda de la necesidad de una atención educativa temprana y de la influencia de los primeros años de la vida del niño en su personalidad. Para saber cómo se puede favorecer el desarrollo psicomotor y cognitivo del niño, contamos con dos especialistas en psicología infantil que ya estuvieron con nosotros en nuestro espacio anterior cuando hablábamos de hábitos de estudio.

Nos acompañan de nuevo hoy en vida y salud Rosa Esteban Lera y Belén Marina Gras, psicólogas del grupo Luria y especialistas en clínica infantil. Vamos a hablar hoy de la educación del bebé. ¿Cuándo empieza la educación del bebé, Rosa o Belén? Hola buenas noches.

Bueno, la educación del bebé realmente podemos decir que comienza en el momento que nace el niño, porque desde ese momento el niño va a ir construyendo poco a poco su historia de aprendizaje, digamos. Es decir, va a aprender un estilo de interactuar con el mundo que le rodea, de manejarse dentro de ese mundo. También el niño aprende desde que nace, porque percibe y porque acusa el clima emocional que reina en su casa.

Si ese clima es, bueno, de un nivel de actividad correcto, hace que el niño se sienta seguro, le proporciona un sentimiento de seguridad que es un requisito previo indispensable para que se produzca cualquier tipo de aprendizaje. ¿Ese proceso de aprendizaje es natural o se puede favorecer de alguna manera? Bueno, hay indudablemente factores que pueden ayudar. Ya decía antes que es importante que el niño se sienta seguro.

Entonces, ¿cómo se puede conseguir que un niño se sienta seguro? ¿Cómo se puede ayudar? Vamos, es importante que haya cierta constancia en su vida, tanto en el nivel físico, esta vez que el niño conozca bien su cuarto, su casa o su guardería, o la casa de sus abuelos, vamos, sin demasiados cambios de ambiente que le desconcierten. Y también es importante que sea constante su ritmo de vida cotidiana, sus rutinas, los momentos de alimentarle, de bañarle, los periodos de sueño que se respeten. El ambiente es también importante, que sea un ambiente tranquilo y relajado.

El niño siempre acusa el estrés y la ansiedad de los padres. Bueno, por supuesto, cuando hablo ambiente tranquilo, doy por supuesto que el niño está recibiendo suficiente afecto. Eso sí que es previo a cualquier otra necesidad.

Me parece muy importante lo que dice Belén sobre la constancia en el ambiente, tanto físico como en los ritmos de vida cotidiana, de comidas, baños. Pero yo creo que también hay que ser flexibles a la hora de poder introducir pequeños cambios al niño que le puedan estimular. No tiene por qué bañarse al niño todos los días de una forma sistemática y a la misma hora y en el mismo lugar.

Podemos bañarle un día si hay un problema o un horario de trabajo extra en el que tengamos

que llegar más tarde, pues podemos bañarle a las 10 o le puede bañar otra persona o en otro lugar, en casa de la abuela. No tiene por qué ser todo tan rígido, porque yo creo que los pequeños cambios sí que ayudan al niño, le estimulan también y ayudan a adaptarse a las futuras situaciones. Sí, es importante desde luego que el niño adquiera desde temprano también la capacidad de lo que tú dices, de adaptarse a los cambios, de ser flexible el mismo.

Eso es importante. Yo me refería más que nada a mantener una constancia que no pretendía que fuera rígida, sino simplemente que el niño no se volviera un poco loco yendo de aquí para allá y no sabiendo a qué atenerse, porque aunque no nos lo parezca, a veces los bebés necesitan saber a qué atenerse, qué es lo que va a venir después en sus vidas. Es guardar cierto orden pero con flexibilidad.

Exactamente. Si os parece, vamos a hablar de nuevas técnicas que hay para desarrollar la capacidad del bebé. Por ejemplo, se habla mucho de psicomotricidad, se habla mucho de estimulación temprana o de estimulación precoz.

¿Qué nos podríais decir acerca de esto? Podríamos empezar definiendo términos. Por ejemplo, ¿qué es la estimulación precoz o la estimulación temprana? Bueno, en realidad, estimulación temprana y estimulación precoz son la misma cosa. La estimulación temprana es un conjunto de técnicas que se aplica a niños con algún tipo de retraso en el desarrollo, generalmente niños menores de seis años.

Lo que pasa es que, bueno, luego las condiciones específicas de cada niño pueden aconsejar que se continúe el tratamiento, pero la estimulación temprana como tal está considerada hasta los seis años. El objetivo que tiene es tratar de explotar al máximo el potencial que tenga el niño, sea cual sea el tipo de retraso que presente. En cuanto a la psicomotricidad para bebés, bueno, se refiere a lo que más popularmente conocemos por gimnasia para bebés, que últimamente está bastante de moda.

Se trata de orientar a las familias de niños sin ningún tipo de problema que quieran conocer técnicas específicas para estimular al niño, bueno, para favorecer su desarrollo. Entonces esto se hace a través de ejercicios corporales o manipulativos. En general, lo que tienen en común la estimulación temprana y la psicomotricidad para bebés como técnicas es que tienen el mismo objetivo.

El último objetivo de ambas es facilitar el desarrollo psicomotor y cognitivo del niño, tenga el niño o no problemas. Y hablando de psicomotricidad, que me parece que es un término muy amplio y en el que ahora mismo se incurre mucho y se dice que los niños tienen problemas de psicomotricidad así en general, ¿nos podríais decir en qué consiste en concreto estos problemas? Bueno, la psicomotricidad efectivamente es un término muy amplio. La psicomotricidad como tal es una técnica que pretende bien solucionar un problema que ya existe, bien pues favorecer una serie de conductas a través de ejercicios de tipo corporal que se llevan a cabo con el cuerpo.

Entonces el que un niño se oiga hoy en día que tiene problemas de psicomotricidad, pues puede suponer que tiene algún problema de coordinación o tiene la lateralidad aún sin definir o mal definida, problemas de equilibrio, bueno, conductas muy concretas sobre las que se puede intervenir con técnicas pues de psicomotricidad a través de ejercicios. Pero no es esa la única vertiente de la psicomotricidad. Tiene un factor también preventivo y de potenciar la aparición de conductas que el terapeuta considera adecuadas.

¿Hay que estimular a todos los niños o solo a los que se observe algún tipo de problema o de deficiencia? Por supuesto que a los niños que tienen un problema o una deficiencia hay que estimularlos, pero a todos los niños hay que estimularlos, pero esto no significa que haya que machacar al niño, haya que someterle a muchas actividades al mismo tiempo, que se le pongan cubos, que de una forma rígida y que estemos llevándole a gimnasia, a natación, a un montón de actividades a las que el niño le estamos metiendo en un ritmo de sobre estimulación. Yo creo que un niño que está en un ambiente familiar adecuado, afectivo, con hermanos, sin ningún tipo de problema, en el que en esa familia no haya ningún tipo de problema, el niño está suficientemente estimulado. Sí, efectivamente, las condiciones normales de una familia habitual suelen ser suficiente estimulación para un niño.

Ahora, si no hay suficiente estimulación, esta puede ser una causa importante de retraso. Lo que pienso que es importante tener en cuenta es que no hay que agobiarse con el tema de hay que estimular al niño. Entonces caemos en lo que muy bien decía Rosa de machacar al niño.

Es importante respetar las características del niño, su ritmo personal. Hay niños más activados y niños menos activados, o más lentos o más rápidos a la hora de demandar estímulos. También es importante respetar los momentos, su propio ritmo y las apetencias del niño.

Pues, lógicamente, es importante elegir el momento más adecuado para presentarle determinada actividad. Si el niño está muerto de hambre o muerto de sueño, evidentemente no va a responder de la misma manera que si se encuentra a gusto y está, bueno, tranquilo. Aparte que yo creo que si a un niño le estamos obligando a hacer determinada actividad que en ese momento no, por las condiciones que sea, como decía Belén, de cansancio, de sueño, de hambre o porque sencillamente no tiene ganas de hacer esa actividad, lo que podemos crear en el niño es una aversión hacia determinadas actividades o juegos.

Efectivamente. O sea que los padres no tenemos por qué ser unos especialistas en psicología del desarrollo, ¿no? Sino que con un sentido común natural el niño pues va a desarrollarse normalmente. Yo siempre digo que los padres deben de ser padres y no psicólogos.

Lo que sí es cierto es que si hay padres que están interesados en saber cómo pueden facilitar el desarrollo de su hijo, siempre pueden encontrar una ayuda profesional que les oriente. De acuerdo. ¿Cómo se debe actuar en el caso de un bebé rodeado de hermanos mayores o rodeado con un hermano mayor que sea, en fin, que esté un poco alrededor? ¿Y cómo se puede integrar a este hermano mayor en todo este proceso de estimulación o de juego con el bebé? Bueno, en realidad la forma de actuación es esencialmente la misma.

Para que el bebé se sienta seguro y todas estas cosas que nombrábamos como requisitos previos a la adquisición de aprendizajes, pues sigue siendo importante el ambiente tranquilo y relajado, la constancia y todas las cosas que hemos mencionado anteriormente. O sea, que esencialmente la forma de actuación es la misma. Lo único que hay que tener en cuenta, pues que es importante no dejar de lado al hermano mayor.

Y también hay que tener presente y valorar la estimulación de todo tipo que este hermano mayor pueda proporcionar al bebé. Cuando digo de todo tipo, me refiero a que incluso un hermano mayor celoso que no trata muy bien al pequeño, es una fuente de estimulación que está presente en el ambiente y que el pequeño recibe. En general, lo que debemos procurar es hacer partícipe al hermano mayor en la medida de lo posible de la vida del pequeño, tanto en su juego.

Yo creo que debe de ser uno más en las tareas de la familia y en la vida familiar. Sí, bueno, siempre que le apetezca. O sea, lo que tampoco podemos hacer es obligar al hermano mayor a ayudar a cambiarle el pañal al pequeño si no quiere.

No, por supuesto. Pero si le interesa, es una buena forma de hacer que participe en la vida de su hermano y que se vea menos apartado. Muy bien, pues muchas gracias a las dos por haber compartido estos minutos de vida y salud con nosotros.

Gracias a vosotras. La educación del bebé. Algunos factores y técnicas que favorecen su desarrollo.

El afecto como la clave principal para conseguir una estimulación adecuada son algunas de las cuestiones que hoy hemos comentado con Rosa Esteban Lera y Marina Gras, psicólogas infantiles del Grupo Luria de Madrid. Por nuestra parte, nada más. La semana que viene dedicaremos este espacio de vida y salud a la mujer como usuaria de los servicios de salud.

Será aproximadamente a las nueve de la noche en el tiempo de radio de la UNED. Un tiempo que continúa ahora con otro de los espacios habituales de los jueves. Revista de Ciencias de la Educación.