

## **LOS CUIDADOS COTIDIANOS EN EL NIÑO PEQUEÑO FUNDAMENTALES PARA SU SEGURIDAD AFECTIVA.**

El día a día en la vida cotidiana de un niño pequeño, está colmado de detalles: Bañarlo, mudarlo, vestirlo, darle de comer, tomarlo en brazos para transportarlo de un lugar a otro, etc. Todos estos son momentos de una relación muy íntima entre la mamá y el bebé o niño pequeño, ya que está cuerpo a cuerpo con su hijo. Por lo que es de gran importancia que nos detengamos en el **cómo** de cada una de estas actividades que se pueden volver totalmente mecánicas y rutinarias si no estamos atentos y disponibles a la comunicación con el niño.

Las primeras formas de comunicación con un niño pequeño es la mirada, el tono de nuestra voz, la manera de sostenerlo en nuestros brazos, como lo manipulamos al mudarlo o vestirlo ya que en todas estas acciones lo primero que siente el niño es nuestra actitud al hacerlas, estas actitudes están enlazadas con nuestras emociones que el niño capta rápidamente gracias a que lo primero que se desarrolla en el cerebro del bebé es el sistema límbico, entre otras funciones, encargado de captar las emociones del ambiente.

Si lo tomamos de manera ansiosa y rápida, sin darle tiempo a que se reajuste en nuestros brazos o si al mudarlo estamos distraídos, no lo miramos o no le pedimos su colaboración de manera suave y alegre, o justo cuando está jugando muy concentrado con un objeto interesante, lo tomamos por la espalda rápidamente para llevarlo a comer, por ejemplo, generamos en él gran desconcierto por pasar sin previo aviso de un lugar a otro. Así estaremos transmitiéndole situaciones cargadas de emociones tensas que no le permiten la tranquilidad para comunicarse con nosotros ni con el mundo que lo rodea, por lo tanto estaremos obstaculizando su capacidad de abrirse a los otros y a la exploración ya que todo su ser estará más pendiente de defenderse y sobrevivir frente a estas situaciones que las vive de manera angustiosa y caótica.

Entonces si en una situación cotidiana, necesitamos llevar al niño a comer justo cuando él está muy concentrado en alguna actividad, mirándose las manitas, o jugando con algún objeto interesante, es fundamental que él sienta que nos acercamos suavemente para levantarlo. Primero lo podemos tocar suavemente, esperamos que él se contacte con nuestra mirada para saber si está disponible y que nos ha visto, le hablamos brevemente sobre lo que él hace: “ahh! Pero que linda esa pelotita con la que juegas...” y luego le mostramos el babero y le decimos “te vengo a buscar para ir a comer” le ofrecemos nuestros brazos y esperamos su iniciativa para estirarnos los suyos. Lo alzamos suavemente y lo llevamos a comer.

O al mudarlo lo manipulamos con cuidado, sin forzar movimientos en él, esperamos un poco de tiempo por su propia iniciativa al pedirle que nos estire un pie para sacarle un calcetín y le comentamos lo que le está ocurriendo, le podemos decir por que partes de su cuerpo le ponemos el aceite y lo miramos con

dulzura escuchando las preguntas que nos puede hacer incluso solo con la mirada, como por ejemplo si el toma el tubo de crema, le podemos decir “ah si, esa es la crema para tu piel, ahora te voy a poner un poco en tu carita”.

Si todas estas situaciones de cuidados cotidianos las realizamos con delicadeza, sin apuros, con una mirada atenta a los intereses del niño para responder a sus preguntas y a sus iniciativas con nuestros gestos o palabras, si disfrutamos de cada momento y estamos muy presentes y sin la distracción de la televisión o el teléfono mientras realizamos estos cuidados a nuestro niño o niña estaremos construyendo una base muy sólida en su seguridad afectiva y por lo tanto personal, luego en su capacidad de estar solo y ser autónomo en situaciones de juego y exploración ya que tendrá muy integrada en él la presencia afectiva del adulto, padre, madre o persona significativa que lo cuida.