



BIBLIOTECA ELECTRÓNICA
de
GEMINIS PAPELES DE SALUD

<http://www.herbogeminis.com>

Cuando el bebé llora de noche



Autor: [VVAA](#)

Area: [Infancia](#) » [Crianza](#)

El sueño de los bebés. ¿Cuántas dudas, temores, inseguridades asaltan a madres y padres, cuando su adorado bebé no se digna dormir toda la noche de un tirón! Pero ¿entra dentro de lo normal que los bebés duerman de un tirón, o es sólo lo que conviene a los adultos? ¿Qué consecuencias tiene desatender las necesidades emocionales de los bebés en etapas tan tempranas? ¿Tiene algo que decir la psicología acerca de forzar a los bebés a dormir solos a base de dejarlos llorar en su habitación?

Muchos psicólogos y psiquiatras han respondido, directa o indirectamente, a esta cuestión:

“Imponer a un bebé que duerma sin los ruidos de la respiración de sus padres, sin el olor de su madre, es una violencia que se le inflige en nombre de la tranquilidad del adulto. La separación precoz no conduce a la autonomía, sino al miedo al abandono y a la dependencia relacional. Es indiscutible que la autonomía se elabora en base a un sentimiento de seguridad. ¿Y si preguntáramos acerca de este temor a ser abandonados, tan difundido en nuestra sociedad?

Isabelle Filliozat, Psicoterapeuta.

“El Mundo emocional del niño”

El periodo de fusión emocional entre el bebé y su mamá se extiende casi sin cambios los primeros nueve meses, periodo en que el bebé logra el desplazamiento autónomo. Recién a los nueve meses el bebé humano alcanza el desarrollo al que otros mamíferos acceden a los pocos días de nacer. En este sentido, podemos compararnos con las hembras canguros, que llevan a sus crías durante un periodo intraútero y luego otro periodo similar extrauterino, completando el desarrollo que necesita el bebé para lograr los primeros signos de autonomía.... Este estado fusional de los niños va disminuyendo con el correr de los años, en la medida en que su “yo soy” va madurando en su interior psíquico y emocional. Pero cabe destacar que un niño que ha sido exigido para soportar grandes separaciones siendo muy pequeño tendrá mayor tendencia a permanecer en relaciones fusionales mucho más tiempo. En la adultez se convierten en relaciones posesivas, hartantes, basadas en los celos y la desconfianza, que en realidad no son otra cosa que un grito desesperado para no quedarse eternamente solo”.

Laura Gutman psicóloga

“La maternidad y el encuentro con la propia sombra”

La vida real no coincide con los libros, porque a las madres les han dicho que, a medida que su hijo crezca, cada vez dormirá más horas seguidas. Y muchas se encuentran con la sorpresa de que es todo lo contrario. No es "insomnio infantil", no son "malos hábitos", simplemente es una conducta normal de los niños durante los primeros años. Una conducta que desaparecerá por sí sola, no con "educación" ni "entrenamiento", sino porque el niño se hará mayor y dejará de necesitar la presencia continua de su madre. Si cada vez que su hijo llora usted acude, le está alentando a ser independiente, es decir, a expresar sus

necesidades a otras personas y a considerar que "lo normal" es que le atiendan. Eso le ayudará a ser un adulto seguro de sí mismo e integrado en la sociedad. Si cuando su hijo llora usted le deja llorar, le está enseñando que sus necesidades no son realmente importantes, y que otras personas "más sabias y poderosas" que él pueden decidir mejor que él mismo lo que le conviene y lo que no. Se hace más dependiente, porque depende de los caprichos de los demás y no se cree lo suficientemente importante para merecer que le hagan caso”.

Carlos González, pediatra
Autor de “Bésame mucho”

Este sentimiento primario de culpa es el más grave de todos y forma la base o el sustrato de lo que luego va a llamarse Super-Yo negativo o destructor. El niño, al no sentirse amado, se identifica con la "madre mala" y la mete dentro de sí como núcleo de su persona. Es decir, *internaliza*, "introyecta" esta madre que le *rechaza* ... Y, como en la urdimbre primera se fragua la ulterior relación del hombre con el mundo de la realidad exterior, con la realidad "de los otros", esto es, del prójimo, con la realidad del propio cuerpo y con la posibilidad de integrar en "una totalidad armónica" todo su ser en el curso de la experiencia de la vida, podemos comprender que este "sentimiento primario de culpe" obedece, en efecto, a algo que pone gravemente en peligro la confianza y la valoración de sí mismo, que amenaza al hombre en lo más radical de su ser.

Juan Rof Carballo, psiquiatra
“Violencia y Ternura”. Ed. Espasa Calpe

Si McKenna estaba muy enterado sobre la manera de criar de los monos, no lo estaba tanto en cuanto a cómo criar a su propio hijo. Uno de los problemas era el sueño: como cualquier recién nacido, Jeff se revolvió, alborotaba y no quería dormir cuando debía. McKenna no tardó en descubrir que una manera de inducirlo al sueño era dormir con él. "Me tumbaba junto a él y respiraba como si estuviera dormido", recuerda McKenna, 18 años después. Y respira profundamente, bombeando el pecho ante mí como si aún tuviera a su bebé arropado sobre él. "Noté que respondía muy bien a estas claves respiratorias. Entonces me pregunté de qué me asombraba: lo que tenía ante mí era un bebé de primate, nacido sin desarrollar, que la selección había hecho sensible al contacto y al cuidado de sus padres."

Meredith Small en
“Nuestros hijos y nosotros”

“Si el desierto emocional del hombre crea los desiertos de la naturaleza, la cuestión consiste en cómo enriquecer la capacidad instintivo-emocional del hombre del futuro ... Es necesario percibir el nexo entre la relación bebé-madre y la relación de la humanidad con la madre Tierra”.

Michel Odent, obstetra
“En agua, la vida y la sexualidad”. Ed. Urano

“En el siglo de la concienciación ecológica, las prioridades del pasado están obsoletas, invertidas incluso. La consigna hoy es parar la destrucción de la biosfera y preservar una actitud positiva hacia la vida. Las

crueldades hacia el recién nacido ya no tienen ningún sentido”.

Michel Odent, obstetra
La génesis del hombre ecológico

“Lo que sucede (tras el parto) es que para cuando devuelven a la criatura a su madre al cabo de unas horas, cuando la madre ya está en su habitación, lavada y recompuesta, el cuerpo materno ha absorbido ya las descargas de oxitocina sin proyectar la libido hacia el cuerpo de la criatura. Se ha pasado el tiempo del co-nacimiento, del reajuste del nuevo estado de simbiosis y de acoplamiento del pulso y del aliento. Se produce un encuentro sin atracción libidinal, y empieza el “amor materno” que sale de la cabeza, que cree en lo que debe ser, y del corazón que sigue a la cabeza, pero no del vientre vivo que no podría ser engañado con ninguna razón. Se produce el ”amor” compatible con dejar a la criatura llorar en la cuna y darle el pecho o el biberón cada tres horas ... Entendida la exterogestación como simbiosis ... no resulta extraño entonces que pasado ese primer año de vida las criaturas crecidas sin esa simbiosis y por tanto, en un estado de inhibición y bloqueo, manifiesten el anhelo latente de la simbiosis; y sean mucho más exigentes de contacto físico que las que han crecido en simbiosis y no sienten esa carencia”.

Casilda Rodrigañez
“El Asalto al Hades”, Proyecto editorial Traficantes de sueños. 2002

“En las sociedades civilizadas, las diferencias entre individuos reflejan fundamentalmente y según el grado de alejamiento del continuum que la sociedad tenga, la manera en que cada cual se ha adaptado a la distorsión que en su personalidad ha causado la cantidad y calidad de las carencias experimentadas. Por ello, los individuos son, a menudo, antisociales, y la sociedad les teme, como teme cualquier otra manifestación de no conformidad entre sus miembros. Por lo general cuanto más anti-continuum es una cultura, mayor presión se ejerce sobre el individuo para que muestre una fachada de conformidad a la norma en su comportamiento público y privado”.

Jean Liedloff, antropóloga
El concepto del Continuum. Ed. Obstore

“La ciencia objetiva parece, en sus propios términos, no estar en absoluto calificada para hacer ninguna afirmación científica acerca de aquellas cualidades de la experiencia humana que tienen la impertinencia de seguir existiendo, aunque la ciencia no pueda estudiarlas. Un vínculo personal no puede verse siendo mirado por una mirada que rompe toda conexión entre la mirada y lo mirado”.

Ronald Laing, psiquiatra
La Voz de la Experiencia. Editorial Crítica. 1983

Artículos relacionados

- Declaración sobre el llanto del bebé
- ¿Por qué los niños se despiertan por la noche? Dr. Carlos González
- ¿Existe el insomnio infantil? El sueño infantil en las culturas. Meredith Small

- El nido. Jean Liedloff.

Libros recomendados:

- El concepto del continuum
- El bebé es un mamífero
- El mundo emocional del niño

Bésame mucho. Dr. Carlos González. Ed. Temas de Hoy

- Fuente: <http://www.holistika.net/busqueda/articulo.asp?artid=447&s=Cuando%20el%20beb%C3%A9%20llora%20de%20noche>

El nido (No lo cojas que se acostumbra)



Autor: [Jean Liedloff](#)

Area: [Infancia](#) » [Crianza](#)

El bebé, cuando es llevado al hogar de su madre ya conoce a fondo cómo es la vida. A un nivel preconsciente que determinará todas sus impresiones posteriores, al igual que las determina ahora, sabe que la vida es insoportablemente solitaria, que no responde a sus señales y que está llena de sufrimiento.

En una unidad de neonatología de las maternidades de la civilización occidental hay muy pocas posibilidades de recibir el consuelo de una mamá loba. El recién nacido, cuya piel está pidiendo a gritos volver a sentir aquella carne suave, cálida y viva con la que estaba en contacto, es envuelto en una tela seca e inerte. Es colocado en una caja y dejado ahí, por más que llore, en un limbo donde no hay el menor movimiento (por primera vez en toda la experiencia de su cuerpo, en los siglos de evolución o en la eternidad vivida en el útero).

Los únicos sonidos que puede oír son los gemidos de otras víctimas que están sufriendo el mismo indescriptible tormento. Puede que los sonidos no signifiquen nada para él. El bebé no cesa de llorar; sus pulmones, que no están acostumbrados al aire, se sobre esfuerzan con la desesperación que hay en su corazón. No acude nadie. Confiando en la perfección de la vida, como debe hacer por naturaleza, efectúa el único acto que puede hacer, que es llorar. Hasta que, después de haber pasado un tiempo que para él es una eternidad, se duerme agotado.

Más tarde se despierta en el vago terror que le produce el silencio, la inmovilidad. Se echa a llorar. Todo su cuerpo, desde la cabeza hasta la punta de los pies, está embargado por un ardiente anhelo y deseo, por una intolerable impaciencia. Respira con dificultad y chilla hasta sentir que su palpitante cabeza está a punto de estallar. Lloro hasta que el pecho y la garganta le duelen. Ya no puede soportar más el dolor y sus sollozos se van apagando hasta calmarse. Ahora se pone a escuchar. Abre las manos y las vuelve a cerrar apretando los puños. Mueve la cabeza de un lado a otro. Nada parece ayudarle. El sufrimiento es insoportable. Se echa de nuevo a llorar, pero supone demasiado esfuerzo para su dolorida garganta y al cabo de poco vuelve a callarse. Tensa su atormentado y anhelante cuerpo y siente un poco de consuelo. Agita las manos y patalea con los pies. Se detiene, sufriendo, incapaz de pensar o de tener esperanzas. Se pone a escuchar. De nuevo

cae dormido.

Al despertar se hace pipí en los pañales y el suceso le distrae de su tormento. Pero el agradable acto de orinar y la cálida, húmeda y fluida sensación que siente alrededor de la parte inferior de su cuerpo desaparecen rápidamente. El calor se inmoviliza ahora y se vuelve frío y pegajoso. El pequeño patatea, tensa el cuerpo, llora a lágrima viva. Desesperado a causa del intenso deseo de contacto que le acucia, rodeado de un entorno inerte, húmedo e incómodo, expresa llorando desconsoladamente su infelicidad hasta que se tranquiliza con su solitario sueño.

De pronto, alguien lo levanta; vuelve a creer que va a obtener aquello que tanto desea. Le sacan el pañal. Se siente aliviado. Unas manos vivas le tocan la piel. Levantándole los pies, le envuelven el bajo vientre con otro paño seco y sin vida. Al cabo de un momento es como si las manos y el pañal húmedo no hubieran existido nunca. No hay ningún recuerdo consciente, ninguna chispa de esperanza. Se encuentra en medio de un vacío insoportable, eterno, inmóvil y silencioso, lleno de un intenso, intensísimo deseo de vital contacto. Su continuum intenta utilizar las medidas de emergencia de que dispone, pero todas están concebidas para unir los breves espacios de tiempo en los que permanecerá sin recibir el trato correcto o para pedir consuelo a alguien (que se supone) que desea dárselo. Su continuum no tiene ninguna solución para una situación tan extrema. Ésta supera su basta experiencia. La naturaleza del bebé, aunque el pequeño sólo haga algunas horas que respire, ha llegado a tal punto de desorientación que la situación supera a la fuerza salvadora de su poderoso continuum. La experiencia vivida en el útero ha sido la que probablemente más se acercará de todas al estado de bienestar que, de acuerdo a sus expectativas innatas, tendría que experimentar durante toda su vida. Su naturaleza se basa en la suposición de que su madre se está comportando correctamente y de que las motivaciones que la impulsan y las consiguientes acciones se beneficiarán sin duda unas a otras.

Alguien llega y lo levanta deliciosamente en medio del aire. Vuelve a la vida. Lo llevan de una manera demasiado delicada para su gusto, pero al menos experimenta algún movimiento. Después se encuentra en su lugar. Todo el sufrimiento que ha padecido ahora ya no existe. Descansa en unos brazos que lo envuelven y aunque su piel al entrar en contacto con la ropa de la madre no le envíe ningún mensaje de encontrar consuelo ni sienta el contacto de una piel viva, sus manos y su boca le comunican que se sienten bien. El positivo placer que produce la vida, el estado normal para el continuum, es casi completo. El sabor y la textura del pecho materno está presentes, la cálida leche fluye a su hambrienta boca, oye los latidos de un corazón que debería haber sido su vínculo, el sonido que le confirma la continuidad de la existencia vivida en el útero; las formas moviéndose anuncian con claridad que hay vida. El sonido de la voz también es correcto. Sólo hay algo que falta en la ropa y en el olor que percibe (la madre se ha puesto colonia). El bebé succiona la leche y cuando está lleno y con las mejillas sonrosadas, se queda dormido.

Al despertar se encuentra en un infierno. No tiene ningún recuerdo, esperanza ni pensamiento de la visita que le ha hecho su madre que pueda tranquilizarle en este inhóspito purgatorio. Las horas, los días y las noches van transcurriendo. El bebé se echa a llorar, queda agotado, cae dormido. Se despierta y se hace pipí en el pañal. Ahora este acto ya no le resulta agradable. El efímero placer que le producen sus aliviadas tripas se torna en un dolor cada vez más punzante cuando la orina caliente y ácida entra en contacto con su irritada piel. Se pone a chillar. Sus cansados pulmones necesitan gritar para no sentir el doloroso escozor. Lloro hasta que el dolor y el llanto lo agotan hasta caer dormido.

En este hospital, que es de lo más normal, las ocupadas enfermeras cambian los pañales de los recién nacidos a unas determinadas horas, tanto si están secos como si hace poco o mucho que están húmedos, y mandan a los bebés a sus casas totalmente escaldados para que los cuide alguien que tenga tiempo para ello.

El bebé, cuando es llevado al hogar de su madre (sin duda no puede decirse que sea el hogar del pequeño), ya conoce a fondo cómo es la vida. A un nivel preconsciente que determinará todas sus impresiones posteriores, al igual que las determina ahora, sabe que la vida es insoportablemente solitaria, que no responde a sus señales y que está llena de sufrimiento.

Pero aún no se ha rendido. Su fuerza vital intentará siempre recuperar el equilibrio mientras haya vida en él.

El hogar en que se encuentra sólo se diferencia de la unidad de neonatología de la maternidad en que ahora no tiene la piel irritada. Durante las horas en las que el bebé está despierto, está anhelante, ansioso de contacto físico y espera de manera interminable que el silencioso vacío sea reemplazado por la situación correcta.

Durante algunos minutos al día su intenso deseo cesa momentáneamente y la terrible necesidad de su piel de ser tocada, sostenida y movida es satisfecha. Su madre es la persona que, después de habérselo pensado mucho, ha decidido dejarle acceder a su pecho. Ella lo quiere con una ternura que nunca antes había sentido. Al principio, a la madre le resulta difícil dejar a su hijo en la cuna después de haberle dado el pecho, sobre todo porque él se echa a llorar desconsoladamente. Pero está convencida de que debe hacerlo, ya que su madre le ha dicho (y ella debe saberlo) que si ahora le hace caso lo malcriará y más tarde su hijo le causará problemas. Ella desea hacerlo todo correctamente; por unos momentos siente que la pequeña vida que sostiene entre sus brazos es más importante que cualquier otra cosa en el mundo.

Suspira y deja suavemente a su hijo en la cuna, decorada con patitos amarillos a juego con la habitación. Ha puesto mucho esfuerzo para decorarla con unas cortinas suaves y sedosas, una alfombra en forma de un enorme oso panda, un tocador blanco, una bañera y un vestidor equipado con polvos de talco, aceite, jabón, champú y un cepillo, todo fabricado y envasado con los colores especiales para bebés. La pared está decorada con imágenes de crías de animales vestidas como personas. Los cajones de la cómoda están llenos de camisitas, peleles, patucos, gorritos, mitones y pañales. Sobre la cómoda, colocados de lado en un cautivador ángulo, hay un corderito de peluche y un jarrón con flores recién cortadas, ya que a su madre también le “encantan” las flores.

Ella le estira la camisita y lo arropa con una sábana bordada y una manta decorada con las iniciales del pequeño. Las contempla llena de satisfacción. Ella y su marido no han reparado en gastos para decorar la habitación de su bebé a la perfección, aunque no hayan podido comprar aún los muebles que han elegido para el resto de la casa. Se inclina para besarle la sedosa mejilla y se dirige hacia la puerta mientras el primer agonizante chillido hace estremecer el cuerpo del bebé.

Cierra con suavidad la puerta de la habitación. Le ha declarado la guerra. Su voluntad debe imponerse a la de su hijo. A través de la puerta oye un sonido parecido a alguien que es torturado. El sentido de su continuum lo reconoce como tal. La naturaleza no envía unas señales claras de que alguien está siendo torturado a no ser que sea éste el caso. La tortura es precisamente tan seria como suena.

La madre duda, su corazón desea volver con su hijo, pero se resiste y se aleja. Acaba de cambiar y alimentar a su bebé. Como está segura de que no necesita realmente nada, lo deja llorar hasta que el pequeño se queda agotado.

Él se despierta y se echa a llorar de nuevo. Su madre entreabre la puerta para asegurarse de que el pequeño está bien. Después vuelve a cerrarla con suavidad para que su hijo no piense que va a recibir la atención que está pidiendo luego se apresura a volver a la cocina para reanudar lo que estaba haciendo y deja la puerta abierta para poder oír a su hijo por si “le ocurriera algo”.

El llanto del bebé se va transformando en temblorosos gemidos. Al no recibir ninguna respuesta, la fuerza del móvil de la señal se pierde en la confusión de un estéril vacío al que el consuelo tendría que haber llegado hace mucho tiempo. El bebé mira a su alrededor. Más allá de las barras de la cuna hay una pared. La luz es tenue. No puede darse la vuelta. Sólo ve los barrotes, inmóviles, y la pared. Oye los sonidos sin sentido de un mundo lejano. Cerca no hay ningún sonido. Contempla la pared hasta que los ojos se le cierran al volver a abrirlos, los barrotes y la pared siguen exactamente en el mismo lugar que antes con la

única diferencia de que ahora la luz es más tenue.

Entre la eternidad que pasa contemplando los barrotes y la pared, pasa otra eternidad contemplando los barrotes de ambos lados y el lejano techo. A lo lejos, a un lado, se ven unas formas estáticas que siempre están ahí.

Hay momentos en los que siente algún movimiento y algo cubriéndole los oídos, un sonido apagado y un montón de ropa sobre él. Cuando esto ocurre, puede ver desde el interior la esquina blanca de plástico del cochecito y, de vez en cuando, grandes bloques de casas deslizándose a lo lejos. Ve también las lejanas copas de los árboles que tampoco tienen nada que ver con él, y a veces personas mirándole que hablan normalmente entre ellas o en ocasiones con él.

Más a menudo, estas personas agitan un objeto que hace ruido frente a él y el bebé siente, al estar tan cerca, que se encuentra cerca de la vida y alarga la mano y agita los brazos deseando encontrarse en su lugar. Cuando le acercan el sonajero a la mano, lo coge y se lo mete en la boca. Pero no recibe la sensación que estaba esperando. Agita las manos y el sonajero vuela por los aires. Una persona se lo vuelve a traer. Como desea que esta prometedora figura regrese, se dedica a arrojar el sonajero o cualquier otro objeto que tenga a mano mientras el truco funcione. Cuando ya no se lo devuelven más, se dedica a mirar el vacío cielo y la capota del cochecito.

Cuando llora en el cochecito es a menudo recompensado con signos de vida. Su madre mueve el cochecito porque ha aprendido que esto tiende a hacerle callar. Su intenso deseo de movimiento y experiencias, todo aquello que sus antepasados tuvieron en sus primeros meses de vida, se calma un poco cuando su madre mueve el cochecito, lo cual de una manera muy pobre le ofrece al menos alguna experiencia.

Como no asocia las voces que oye a su alrededor con nada que le ocurra a él, tienen muy poco valor porque no anuncian que vayan a colmar sus expectativas. Sin embargo, son más gratificantes que el silencio que reinaba en la maternidad. El cociente de las experiencias de su continuum está casi a cero; su principal experiencia real es la del deseo.

Su madre lo pesa con regularidad y se siente orgullosa del progreso de su hijo.

Las únicas experiencias útiles constituyen los pocos minutos al día que le permiten estar en brazos y algunas otras vividas de manera irregular que le sirven para sus otras necesidades y que se van agregando a sus cuotas. Cuando el bebé está en el regazo de su cuidadora, puede acercarse corriendo un niño gritando y añadir la emoción de crear un poco de acción a su alrededor mientras aquél se siente seguro. El pequeño oye el agradable zumbido del motor del automóvil mientras es zarandeado plácidamente en el regazo de su madre cuando el tráfico se detiene y cuando vuelve a circular. Oye ladridos de perros y otros ruidos repentinos. Aunque a algunos les perturben cuando están en el cochecito, a otros, sin embargo, les asustarían si no estuvieran en brazos.

Los objetos que le ponen a su alcance sirven para imitar aquello que al niño le está faltando. La tradición dicta que los juguetes consuelan a los bebés que están sufriendo, pero de algún modo lo hacen sin reconocer el sufrimiento de los mismos.

En primer lugar está el osito o cualquier otro muñeco suave similar que sirve “para dormir”. Está concebido para dar al bebé la sensación de tener un constante compañero. El intenso cariño que a veces un niño acaba sintiendo por él se considera un encantador capricho infantil en vez de verse como la manifestación de una grave carencia afectiva que le ha llevado a aferrarse a un objeto inanimado en su necesidad de encontrar un compañero que no le abandone. Los cochecitos con juguetes que suenan, y las cunas que se balancean son otra desgraciada imitación. Pero el movimiento sustituye de una manera tan pobre y tosca el movimiento que un niño experimenta mientras su madre lo transporta, que satisface muy poco el intenso deseo del solitario bebé. A parte de ser inadecuado, suele también ser infrecuente. Están también los juguetes que se

cuelgan en las cunas y los cochecitos que suenan, tintinean o repiquetean cuando el bebé los toca. La habitación del bebé se suele adornar con móviles de vivos colores, un nuevo objeto que el pequeño puede contemplar aparte de las paredes. Los móviles atraen su atención, pero sólo se cambian de vez en cuando y no llegan a llenar la necesidad que tiene el niño para su desarrollo de disfrutar de una variada experiencia visual y auditiva.....

Jean Liedloff

Extraído de la obra [El concepto del Continuum](#)

- Fuente: <http://www.holistika.net/busqueda/articulo.asp?artid=448&s=No%20lo%20cojas%20que%20se%20acostumbra>

Por qué los niños se despiertan por la noche



Autor: [Carlos González](#)

Area: [Infancia](#) » [Crianza](#)

La mayoría de los insectos, reptiles y peces tienen cientos de hijos, con la esperanza de que alguno sobreviva. Las aves y mamíferos, en cambio, suelen tener pocos hijos, pero los cuidan para que sobrevivan la mayoría. Los mamíferos, por definición, necesitan mamar, y por lo tanto ningún recién nacido puede sobrevivir sin su madre. Pero, según la especie, también necesitan a su madre para muchas otras cosas.

En algunas especies, el recién nacido es capaz de caminar en pocos minutos y seguir a su madre (¿quien no recuerda aquella escena encantadora en Bambi?). Eso ocurre sobre todo en los grandes herbívoros, como ovejas, vacas o ciervos. Estos animales viven en grupos que devoran rápidamente la hierba de una zona, y tienen que desplazarse cada día a un nuevo prado. Es necesario que la cría pueda seguir a su madre en estos desplazamientos.

Los pequeños herbívoros, como los conejos, pueden esconder a sus crías en una madriguera, salir a comer y volver varias veces al día para darles el pecho. Sus crías no caminan nada más nacer, sino que son indefensas durante los primeros días.

Lo mismo ocurre con la mayoría de los carnívoros, como los gatos, perros o leones. La madre sale a cazar dejando a sus indefensas crías escondidas. Las crías no nacen sabiendo, sino que aprenden, y esto es importante, porque les permite una mayor flexibilidad. Una conducta innata es siempre igual, una conducta aprendida puede adaptarse mejor a las condiciones del entorno, y perfeccionarse con la práctica. La primera vez que un ciervo ve a un lobo, debe salir corriendo. Si no lo hace bien, morirá, y por lo tanto no podrá aprender a hacerlo mejor. Por eso es lógico que los ciervos sepan correr en cuanto nacen. Los lobos sí que pueden aprender: la primera vez el ciervo se les escapa, pero con la práctica consiguen atraparlo. Los juegos de su infancia constituyen un aprendizaje para su vida adulta.

Los primates (los monos) parece ser que descendemos de animales que caminaban nada más nacer. Pero, al vivir en los árboles, tuvimos que hacer cambios. Bambi resbala varias veces antes de ponerse en pie; y eso no tiene importancia en el suelo. Pero, subido en una rama, un resbalón puede ser fatal. De modo que los monitos van todo el día colgados de su madre, hasta que son capaces de ir solos perfectamente, sin el menor

error.

Pero es el monito el que se cuelga, activamente, de su madre, agarrándose con fuerza a su pelo con manos y pies, y al pezón con su boca (cinco puntos de anclaje). La madre puede correr de rama en rama, sin preocuparse de sujetar al niño.

¿Se atrevería usted a ir de rama en rama, o simplemente caminando por la calle, con su bebé a cuestas pero sin sujetarlo, ni con los brazos ni con ningún paño o correa? Claro que no. Para que un niño sea capaz de colgarse de su madre y sujetarse solo durante largo rato, probablemente debería tener al menos dos años. Ya nuestros primos más cercanos, los chimpancés, son incapaces de sujetarse solos al principio, y su madre tiene que abrazarlos, pero sólo durante las dos primeras semanas. La diferencia con nuestros hijos es abismal. Y para caminar (no para dar cuatro pasos a nuestro alrededor, como hacen al año, sino caminar de verdad, para seguirnos cuando vamos de compras, sin llorar y sin que tengamos que girar la cabeza cada segundo a ver si vienen o no), nuestros hijos tardan al menos tres o cuatro años.

Hasta los 12 o 14 años, es prácticamente imposible que los niños sobrevivan solos; y en la práctica, procuramos no dejarles solos hasta los 18 o 28 años. Los seres humanos son los mamíferos que durante más tiempo necesitan a sus padres, y dejan muy atrás al segundo clasificado.

Probablemente, esto se debe en parte a nuestra gran inteligencia. Como decíamos de los lobos, la conducta debe ser aprendida para ser inteligente, pues la conducta innata es puramente automática. Nuestros hijos tienen que aprender más que ningún otro mamífero, y por lo tanto tienen que nacer sabiendo menos.

¿Y qué tiene todo esto que ver con que los niños se despierten? Ya llega, ya llega. Ahora mismo veremos que tiene que ver todo lo anterior con la conducta de su propio hijo.

Empezábamos diciendo que hay crías que necesitan estar todo el rato con su madre, encima de ella o siguiéndola a poca distancia, y otras que se quedan escondidas, en un nido o madriguera, esperando a que su madre vuelva. Para saber a qué tipo pertenece un animal, basta con observar cómo se comporta una cría cuando su madre se va. Los que tienen que estar siempre juntos se ponen inmediatamente a llorar, y lloran y lloran (o hacen el ruido equivalente en su especie) hasta que su madre vuelve. Una cría de ganso, por ejemplo, aunque tenga agua y comida cerca, no come ni bebe, sino que sólo llora hasta que sus padres vuelven, o hasta la muerte. Sin sus padres, de todos modos no tardaría en morir, por lo que debe agotar toda su energía en llorar para que vuelvan. Y debe empezar a llorar inmediatamente, en cuanto se separa, porque cuanto más tarde en hacerlo más lejos estará, y por tanto más difícil será que le oiga. En cambio, un conejito o un gatito, cuando su madre se va, permanecen muy quietos y callados. Esa separación es normal en su especie, y si se pusieran a llorar podrían atraer a otros animales, lo que siempre es peligroso. ¿Cómo reacciona su hijo cuando usted le deja en la cuna y se aleja? Si, como hacían los míos, "se pone a llorar como si le matasen", quiere decir que, en nuestra especie, lo normal es que los niños estén continuamente, las 24 horas, en contacto con su madre.

Y no es difícil imaginar que hace 50.000 años, cuando no teníamos casas, ni ropa, ni muebles, separarse de su madre significaba la muerte. ¿Se imagina a un bebé desnudo en el campo, al aire libre, expuesto al sol, a la lluvia, al viento y a las alimañas, sólo durante ocho horas, mientras su madre "trabaja" recogiendo frutas y raíces? Ni siquiera una hora podría sobrevivir en esas circunstancias. En tiempos de nuestros antepasados, los bebés estaban las 24 horas en brazos, y sólo se separaban de su madre para estar unos momentos en brazos de su padre, su abuela o sus hermanos. Y cuando empezaban a caminar lo hacían alrededor de su madre, y tanto la madre como el niño se miraban continuamente, y se avisaban mutuamente cuando veían que el otro se despistaba.

Hoy en día, cuando usted deja a su hijo en la cuna, sabe que no corre ningún peligro. no pasará frío, ni calor, ni se mojará, ni se lo comerá un lobo. Sabe que usted está a pocos metros, y le oirá si pasa algo y

vendrá en seguida (o, si usted ha salido de casa, sabe que otra persona ha quedado de guardia, escuchando a pocos metros). Pero su hijo no sabe todo eso. Nuestros niños, cuando nacen, son exactamente iguales a los que nacían hace 50.000 años. Por si acaso, a la más mínima separación, lloran como si usted se hubiera ido para siempre. Más adelante, cuando empiece a comprender dónde está usted, cuándo volverá y quién le cuida mientras tanto, empezará a tolerar las separaciones con más tranquilidad. Pero aún faltan unos años.

Casi toda la conducta del bebé, que aún no ha aprendido nada, es instintiva, idéntica a la de nuestros remotos antepasados. Y la conducta instintiva de la madre también tiende a aparecer, aquí y allá, despuntando entre nuestras gruesas capas de cultura y educación.

Por eso, cuando vaya al parque con su hijo de tres años, ambos se comportarán de forma muy similar a sus antepasados. Usted mirará casi todo el rato a su hijo, y le avisará cuando se despiste ("ven aquí" "no vayas tan lejos"). Su hijo también le mirará con frecuencia, y si la ve despistada o hablando con otras personas se pondrá nervioso, incluso se enfadará, e intentará llamar su atención ("mira, Mamá, mira" "mira qué hago" "mira qué he encontrado" ...)

Llegamos a la noche. Es un periodo particularmente delicado, porque si el niño duerme ocho horas, y la madre se ha ido durante este tiempo, cuando despierte puede estar a siete horas de marcha, y por más que llore no la oirá. Hay que montar la guardia. Durante las primeras semanas, nuestros hijos están tan completamente indefensos que es su madre la que debe encargarse de mantener el contacto. En aquellas raras culturas (como la nuestra) en que madre e hijo no duermen juntos, la separación hace que la madre esté muy intranquila, y sienta la necesidad imperiosa de ir a ver a su hijo cada cierto tiempo. ¿Qué madre no se ha acercado a la cuna "para ver si respira"? Claro que sabe que está respirando, claro que sabe que no le pasa nada, claro que sabe que su marido se reirá de ella por haber ido... pero no puede evitarlo, tiene que ir.

A medida que el niño crece, se va haciendo más independiente. Eso no significa que pase más tiempo solo, o que haga las cosas sin ayuda, porque el ser humano es un animal social, y no es normal que esté solo. Para un ser humano, la soledad no es independencia, sino abandono. La independencia consiste en ser capaces de vivir en comunidad, expresando nuestras necesidades para conseguir la ayuda de otros, y ofreciendo nuestra ayuda para satisfacer las necesidades de los demás. Ahora ya no hace falta que usted vaya a comprobar si su hijo respira o no; ¡él se lo dirá! Como se está haciendo independiente, será él quien monte guardia. Se despertará más o menos cada hora y media o dos horas, y buscará a su madre. Si su madre está al lado, la olerá, la tocará, sentirá su calor, tal vez mame un poco, y se volverá a dormir en seguida. Si su madre no está, se pondrá a llorar hasta que venga. Si Mamá viene en seguida, se calmará rápidamente. Si tarda en venir, costará mucho tranquilizarle; intentará mantenerse despierto, como medida de seguridad, no sea que Mamá se vuelva a perder.

Es aquí donde la vida real no coincide con los libros, porque a las madres les han dicho que, a medida que su hijo crezca, cada vez dormirá más horas seguidas. Y muchas se encuentran con la sorpresa de que es todo lo contrario. No es "insomnio infantil", no son "malos hábitos", simplemente es una conducta normal de los niños durante los primeros años. Una conducta que desaparecerá por sí sola, no con "educación" ni "entrenamiento", sino porque el niño se hará mayor y dejará de necesitar la presencia continua de su madre.

Si cada vez que su hijo llora usted acude, le está alentando a ser independiente, es decir, a expresar sus necesidades a otras personas y a considerar que "lo normal" es que le atiendan. Eso le ayudará a ser un adulto seguro de sí mismo e integrado en la sociedad.

Si cuando su hijo llora usted le deja llorar, le está enseñando que sus necesidades no son realmente importantes, y que otras personas "más sabias y poderosas" que él pueden decidir mejor que él mismo lo que le conviene y lo que no. Se hace más dependiente, porque depende de los caprichos de los demás y no

se cree lo suficientemente importante para merecer que le hagan caso.

Una infancia feliz en un tesoro que dura para siempre, que nadie podrá jamás arrebatarte. La infancia de su hijo está ahora en sus manos.

Carlos González

Autor de "[Mi niño no me come](#)" y "[Bésame mucho](#)". Ed. Temas de Hoy

Artículos relacionado:

- [La importancia de la fase "en brazos"](#)
- [Cuando el bebé llora de noche. Varios autores](#)
- [Declaración sobre el llanto de los bebés](#)

Libros relacionados:

- [Dormir sin lágrimas](#)
- [Bésame mucho](#)

- Fuente: <http://www.holistika.net/busqueda/articulo.asp?artid=441&s=Por%20qu%E9%20los%20ni%C3%B1os%20se%20despiertan%20por%20la%20noche>