

Sólo hay dos legados verdaderos que podemos abrigar la esperanza de dejarlos a nuestros hijos: uno, las raíces y el otro, las alas

J. Salk

Editorial

La mejor forma de decir es hacer
José Martí

En los próximos meses, mayo y junio, se celebran tradicionalmente los días de la madre y del padre, época propicia para reflexionar en torno a las funciones materna y paterna.

Los padres, al igual que sus hijos, tienen unos deberes y unos derechos. Entre los deberes de los padres está el de la convivencia familiar, que incluye la crianza de los hijos, socialización y estructuración de la personalidad, entre otras. Entre sus derechos están el respeto a la individualidad, a la convivencia de pareja y a la intimidad, entre otros. Es de resaltar, que en la interacción con los padres, los hijos, además del profundo respeto que deben exigir de sus derechos, también deben cumplir sus compromisos y deberes.

En esta oportunidad se quiere enfatizar la labor fundamental de los padres como puericultores —cultivadores de niños—, es decir, ejecutores primarios de la crianza de sus hijos, labor que se concreta en una autoridad flexible y reflexiva, orientación clara y respetuosa a sus hijos y en la presentación de modelos adecuados.

El grupo de editores de este boletín considera que una crianza humanizada es lo que se adecua al momento que viven los hijos en su proceso vital, producto de una reflexión ética al respecto. Considera además que la metodología fundamental de la crianza es el ejemplo, el cual convence y arrastra.

Hoy, cuando existe en el país una gran incertidumbre por el desmoronamiento de tantos pilares éticos sociales y cuando la corrupción, el narcotráfico, la violencia y el individualismo hacen tanto daño a los colombianos, es indispensable impulsar valores como la equidad, la justicia, el respeto a la diferencia, la tolerancia y la solidaridad, entre muchos otros.

El cambio debe empezar por cada uno de nosotros como madres y padres, como ciudadanos y luego, con el ejemplo, irradiarse a la familia y la sociedad. La invitación es a que ¡empecemos ya!

Puericultura del recién nacido

Ana Cecilia Correa Hernández

Pediatra

Profesora

Departamento de Pediatría y Puericultura

Facultad de Medicina

Universidad de Antioquia

Cuando se habla del período del recién nacido —primer mes de vida extrauterina— se hace referencia como protagonista a un ser que inspira gran ternura y requiere de unos cuidados muy especiales. Éste es el ser más desvalido de todas las especies de mamíferos, pero afortunadamente tiene gran capacidad de aprendizaje y unas posibilidades infinitas de cambio, las cuales son facilitadas y estimuladas por el afecto, las caricias y, en general, por todos los cuidados que le brindan la madre, el padre y las personas que estén a su alrededor.

El recién nacido nace con algunas funciones desarrolladas como la micción y la defecación, al igual que la succión y los demás reflejos. En este período tolera mal el calor y el frío excesivos. Existen algunas funciones, como el gusto y el olfato, que se encuentran bien desarrolladas al nacimiento; igualmente la audición, pues el niño es capaz de percibir la voz de sus padres. En cuanto a la visión, puede seguir y fijar la mirada, en especial el rostro de su madre, el cual se convierte en la primera relación interhumana. También es muy sensible a los estímulos táctiles. Para desarrollar más sus funciones y actividades tiene que esperar que el sistema nervioso madure a su propio ritmo.

Vínculo afectivo

El vínculo que establece el recién nacido con sus padres se inicia desde que el niño es deseado o no por la pareja. La madre y el niño tienen una vida en común durante los nueve meses de la gestación, o sea que cuando nace el niño afronta su primera separación, que es la del cuerpo, pero continúa unido por las vivencias afectivas que ha tenido. El padre se debe vincular en todas las actividades del cuidado del niño para continuar desarrollando lo ya ganado desde la gestación.

El niño en esta edad se encuentra en el período de adquisición de la confianza básica, por lo cual sus necesidades tales como proximidad física, alimentación, vestido, calor y arrullo, entre otras, deben ser satisfechas en el momento que lo desee, para que pueda confiar en los demás cuando sea mayor. Además de esto, es preciso darle algo más, como son las manifestaciones amorosas táctiles, visuales y auditivas.

Alimentación

El alimento ideal que debe recibir el recién nacido es la leche materna, la cual contiene todos los requerimientos nutricionales para su adecuado crecimiento y desarrollo; además lo protege contra las enfermedades más comunes de esta edad, está libre de contaminación y, lo más importante, *favorece y estimula el vínculo afectivo con su madre*. La leche materna debe ser suministrada desde el mismo momento del nacimiento, por libre demanda, y de acuerdo con las necesidades de cada niño. Cuando el recién nacido tenga que ser privado de recibir la leche materna por cualquier motivo, se le deben dar las recomendaciones a los padres sobre el tipo de leche que le pueden suministrar y tranquilizarlos en el sentido de que un biberón brindado con amor, también puede resolver al niño sus necesidades afectivas, pues lo más importante es la actitud.

Baño

El baño cumple varias funciones importantes en la vida del niño; la más conocida es la de garantizarle una higiene adecuada. Otras funciones, más importantes aún, son: facilitar el vínculo padres-niño, estimular su desarrollo psicomotor, brindar experiencias sensitivas —caricias, frío, calor, humedad—, e introducirlo como elemento de juego. Además, sirve para estimular la circulación y los sentidos, brindar relajación y producir sueño. El baño de sol, fuente importante de vitamina D, se debe hacer diariamente en la mañana. El aseo del muñón umbilical se debe hacer con algodón y alcohol varias veces al día con el fin de evitar la humedad que favorece la infección.

Vestido

Se recomienda de acuerdo con el clima y teniendo en cuenta que el niño es muy susceptible a las temperaturas extremas. Es aconsejable el uso de ropas cómodas y amplias y en lo posible desprovistas de botones, ganchos o broches que lo puedan molestar; así se permite el libre movimiento del niño. Se recomienda el uso de telas de algodón tanto para el vestido como para la cobija.

Cuarto

El niño puede dormir en la alcoba de los padres durante los primeros tres a seis meses, pero en lo posible en una cama o cuna independiente. Después de este período, si las condiciones económicas lo permiten, el niño debe tener su cuarto individual y se recomienda una cama cómoda y segura. La almohada no se

recomienda en el primer año, porque puede flexionar el cuello y la tráquea, lo que podría causar asfixia en el niño.

Sueño

La mayoría de los recién nacidos duermen casi todo el día y despiertan para comer o cuando se sienten cansados o incómodos, pero después de la primera o segunda semana, empiezan a identificar el sueño con la noche y la vigilia con el día.

Estimulación motriz y sensitiva

Es el método de ayudar al niño a desarrollar al máximo sus capacidades motrices y sensitivas. Las personas más indicadas para ayudarlo son sus padres, sus hermanos y su familia en general. La mejor forma es mediante manifestaciones amorosas; se puede lograr por medio del tacto, la música, los colores, los olores, los sabores, el arrullo, las caricias, el agua, el sol, el movimiento y el juego, pero evitando el exceso de estímulos. El momento más oportuno para hacer la estimulación es cuando se encuentre completamente despierto.

Prevención de accidentes

En la época neonatal el niño es propenso a los accidentes, por lo cual se deben evitar anillos, pulseras, cadenas y objetos pequeños que lo puedan ahogar, así como el uso de manoplas o escarpines atados con cordones porque pueden comprimir la circulación y causar daño. También se deben evitar los ganchos en la ropa, pues pueden producirle heridas. Otros cuidados que se deben tener son: no dejar nunca solo al niño ni al cuidado de niños menores de diez años, controlar la temperatura de los alimentos y del agua que se utilice para el baño para evitar quemaduras, no lanzar nunca el bebé al aire ni hacer ningún tipo de movimiento o golpe brusco, porque le pueden producir lesiones en el cerebro o en otro órgano vital. Es importante tener presente que a menor edad existe mayor vulnerabilidad a las lesiones cerebrales.

En resumen, el recién nacido necesita hacer grandes adaptaciones a la vida extrauterina, las cuales logrará con la ayuda amorosa de los padres o de los adultos encargados de su cuidado. La actitud que los padres y hermanos o sustitutos asuman con este ser en crecimiento y desarrollo, ávido de cariño, le servirá de equipaje en el camino de la vida y así podrá llegar a ser un niño sano, solidario, creativo, autónomo, con un buen nivel de autoestima y feliz.

Lecturas recomendadas

Correa, AC. Puericultura del recién nacido. En: Posada, A., Gómez, JF., Ramírez, H. *El niño sano*. Medellín, U. de A., 1997, en prensa.

Dolto, F. *¿Niños agresivos o niños agredidos?* Barcelona, Paidós, 1981.

Gómez, JF. La relación madre hijo. Interacciones tempranas. En: *Memorias XIV curso de residentes de pediatría de la Universidad de Antioquia*. Medellín, 1995.

Nágera, H. *Educación y desarrollo emocional del niño*. México, 2a. ed. La prensa Médica Mexicana, 1984.

Stoutt, G. Jr. *El primer mes de vida. Una guía para los padres sobre el cuidado del recién nacido*. 2a. ed. México, P.L.M., 1979.