



Crianza Consciente = Infancia Armoniosa

NECESIDADES BÁSICAS DE LOS BEBÉS



1

Hace muchos años que vengo descubriendo el **maravilloso universo de nuestros niños**, investigando sobre sus necesidades, aprendiendo de ellos, dejándome guiar, abriendo mi corazón y entregándome en cuerpo y alma...dejándome sorprender por su magia...su simpleza... su sutileza...

Me pregunto en qué momento nos perdimos de nuestra esencia, de nuestra naturaleza, de dejar de escuchar nuestro corazón...mirando cómo está la sociedad hoy en día...me preguntaba ¿Qué está pasando que hay tanta violencia, que ya no nos tocamos, ni nos abrazamos, porque nos enfermamos tanto, porque los siento tan perdidos a los niños, o mejor dicho que pasa que no podemos comprenderlos? ¿Cómo puede ser que niños tan pequeños estén medicados para que se tranquilicen, porque no pueden manejar sus impulsos y emociones?

A partir de empezar mi camino interior, de conectarme con mi niña, descubrirla, reconocerla, conectar con sus necesidades, con sus dolores, a sanar, a comprenderla, es que hoy puedo percibir cuales son realmente las necesidades de los niños desde sus comienzos...magnificar la **importancia de nuestros primeros contactos** con el mundo...y que es en esos momentos donde nos empezamos a construir como seres humanos...es la base, los cimientos de lo que somos como adultos.

Creo firmemente que **si podemos cambiar al mundo...** y que **la base de ese cambio está en nuestro nacer, en nuestros primeros contactos** con los seres que nos cuidan, protegen y aman...si realmente se satisface las necesidades básicas de los bebés con total naturalidad tendríamos una **sociedad más amorosa, más sana y feliz.**

Para entrar en **sintonía con el mundo del bebé y del niño**, debemos **conectarnos con nuestra intuición, con nuestro interior, con nuestro corazón**...aquí la mente racional no tiene nada que hacer. Este acercamiento intuitivo, las madres lo tenemos a flor de piel, la naturaleza es tan maravillosa, que nos otorga una hipersensibilidad tan poderosa que nos permite conectarnos con nuestro bebé de una manera mágica...esencia con esencia... pero para la sociedad seguir lo que te dice el corazón es una pavada....al contrario siempre hay que hacer lo que te dice OTRO (que dice saber más que la madre que necesita su bebé)...porque lo que una siente no se valora...ni una misma lo valora....y como lo vamos a valorar....si cuando éramos bebés nadie nos escucho ni comprendió lo que realmente necesitábamos????; por esa razón, las mujeres no respetamos los sentimientos generados por las manifestaciones de nuestro bebé. Nos aturdimos escuchando a los otros (abuelas, tías, amigas, médicos, etc), que con todo su amor, nos dicen lo que tiene q hacer, como, cuando, de que manera...y así su voz interna va bajando el volumen hasta que en algún momento deja de existir.

El **bebé nace prematuramente** con respecto a los demás mamíferos. Podemos considerar que tiene nueve **meses de gestación intrauterina y luego nueve meses de gestación extrauterina**. Es decir, recién a los nueve meses de edad tiene un desarrollo similar al de otros mamíferos a pocos días de haber nacido (posibilidad de desplazamiento, gateo, por ejemplo).



Durante los primeros nueve meses de vida extrauterina, las necesidades básicas de los bebés son en esencia parecidas a las que eran satisfechas en el vientre de sus madres: **comunicación, contacto, calor y alimentación permanente.**

Comunicación: permanente con la persona maternante (madre o persona sustituta) a través de la **mirada, las palabras, el sentido de su presencia y el amor.** Un bebé se constituye en ser humano en la medida en que está en total comunicación con el otro, preferentemente su mamá. **Permanente** significa **“todo el tiempo”** de **brazos, calor, cobijo, movimiento, ritmo.**

Contacto/ Calor: el bebé debería estar en brazos de su madre o de algún sustituto la mayor parte del tiempo **“sostenido”,** tocado, incluso **“apretado”** como de hecho lo estaba en el útero de la madre. Esto le permite estar en **contacto permanente,** con otro cuerpo que **delimita su propio cuerpo,** que lo **balancea, lo acuna, le canta y lo contiene.**

Esto resulta en apariencia, sencillo; sin embargo, la mayoría de **las madres no cuentan con suficiente sostén externo** para poder permanecer con el bebé **“a upa”** la mayor parte del día.

Inconscientemente mantienen una **lucha interna entre la necesidad primaria y filogenética que les dicta el corazón y lo que la sociedad,** la familia o la cultura esperan de ellas y tildan de normal o saludable.

En nuestra sociedad vemos muy poco a madres que lleven a sus bebés colgados al cuerpo; al contrario, abundan los cochecitos para bebés, cunitas, sillitas o cualquier otro objeto que mantiene al bebé alejadísimo del cuerpo de la mamá.

Hay que recalcar que **dentro del útero materno el bebé tenía todas las partes de su cuerpo en contacto con otro cuerpo, apretado y con límites muy precisos.** Esa sensación es la que el bebé necesita reproducir. El espacio aéreo es infinito. Si no hay contacto completo, no hay límites, la sensación es la de caer al vacío.

Nutrición permanente significa que, al igual que en el útero, la necesidad de alimento es casi constante. La posibilidad de succionar, ingerir y satisfacer el hambre debería estar disponible cada vez que el bebé lo requiera.

Pretendemos que los bebés se adapten a nuestros tiempos, nuestros horarios y necesidades. No lo tenemos en cuenta al bebé...a lo que el necesita, no entiende de tiempos ni horarios, solo pide comer cuando tiene hambre. Deberíamos reflexionar sobre el poder que ejercemos sobre ellos desde la posición de adultos, decidiendo arbitrariamente cuándo es **“justo”** ofrecer alimento y cuando no es adecuado o merecido.

Estas apreciaciones van en contra de la mayoría de los prejuicios con los que se maneja la sociedad industrial. Justamente, los pre-juicios son ideas preconcebidas que sirven en ciertas circunstancias y que luego utilizamos de manera indiscriminada. Es lo inverso a tener una mirada amplia, abierta y dispuesta a cada situación en particular.

Para criar bebés atendiendo a sus necesidades básicas, es indispensable reconocer la naturaleza del bebé humano.

Para ellos **necesitamos observarlos, mirarlos con el corazón** y cuando digo desde el corazón **es sin juzgar, sin preconceptos, sin ideas armadas. El corazón no entiende de razón, solo siente...y a los niños solo debemos SENTIRLOS...** y dejarnos guiar por ellos... y partir de una **confianza genuina en su comportamiento.**

La premisa fundamental es permitirnos conectarnos con nuestro bebé interior, con nuestras necesidades. Debemos autorizarnos, incluso, a que surja con claridad lo que una misma ha sido. Puede parecer aterrador que estas vivencias aparezcan si no han sido agradables, pero, **en el cuerpo del bebé aparece indefectiblemente el alma de la mamá, y el alma no registra el tiempo.** Puede manifestarse alguna situación del presente, como así una vivencia muy antigua.

Con el nacimiento del bebé...revive nuestro bebé interno.

¿Qué sucede cuando las madres crían a sus bebés guiadas por los consejos y recetas recibidas, desatendiendo sus sensaciones internas? No escuchando esa voz interna e intuitiva que la guía...sencillamente se pierde de sentir que necesita su bebé...y así aparecen las **manifestaciones molestas, llantos excesivos, descontrolados, noches sin dormir, constipación, cólicos... protestas dignas de bebés que muestran con las poquitas herramientas que tienen que algo no está funcionando bien.**



Somos una sociedad en extremo violenta con nuestra cría. Insistimos en desatender los reclamos naturales de los bebés que dependen en forma exclusiva del cuidado de los adultos. Un bebé humano no tiene ninguna autonomía con su cuerpo, no entiende de razón, ni de lógica, solo manifiesta sus sensaciones, no comprende de tiempos, solo es aquí y ahora, cuando está solito en su cuna y llora pidiendo auxilio porque es real su sensación de miedo a morir. Al nacer ni siquiera sostiene la cabeza; logra el desplazamiento recién a los nueve meses... Por lo tanto están a merced de nuestras caprichosas ideas modernas de “no hay que alzarlo porque se malcría, tiene que dormir solito en su habitación, así se hace independiente” etc...

Las madres suelen ser acusadas de “sobreprotectoras” y son desprestigiadas en el rol maternante cuando tienen el coraje de mantener al bebé sobre el cuerpo en contacto permanente.

El temor familiar y social supone que el bebé acostumbrado a permanecer en contacto corporal con la madre no podrá en el futuro “acostumbrarse” a prescindir del contacto físico. Es un pensamiento totalmente ilógico. Sucede todo lo contrario, cuanto más contacto recibe el bebé más independiente será, ya que favorece al **apego seguro...su base segura**.

Si un bebé padece la **ausencia de sus necesidades básicas**, crecerá reclamando eso que no obtuvo..Un niño no sostenido en lo corporal buscará eternamente el contacto compulsivo. Un niño no amado reclamará amor por doquier y siempre se sentirá poco satisfecho. Se convertirán en adultos imposibilitados de dar, con comportamientos autodestructivos, vengándose y destruyendo a los que lo rodean...**NO TENEMOS UNA SOCIEDAD ASI????**

Por el contrario, cuando un bebé es **respetado en sus necesidades**, luego traspasa y evoluciona. En la medida en que su seguridad sea más fuerte, más coraje y ansias tendrá de explorar el mundo externo.

Solo debemos ver un poco como esta nuestra sociedad violenta, agresiva, insatisfecha, donde desea compulsivamente tapar esos vacíos con “cosas”, vínculos poco sólidos, adultos perdidos sin saber quienes son, sin poder expresar sus emociones y menos saber cómo controlarlas...personas desbordadas, desvalorizadas, frías, poco afectuosas, ansiosas, deprimidas, etc etc ...y todo se debe a nuestro nacimiento y nuestros primeros tiempos en la tierra...**nuestros primeros contactos...es la base de lo que seremos el día de mañana...TOMEMOS CONCIENCIA COMO ADULTOS EMPECEMOS A MIRARNOS PARA ADENTRO...SANEMOS...MIMEMOSNOS..PERDONEMOS...Y OFREZCAMOSLES UNA BASE SEGURA Y AMOROSA A NUESTROS HIJOS PARA QUE SE CONSTITUYAN COMO SERES COMPLETOS DE AMOR.**

No se necesita ninguna receta mágica y difícil para lograrlo...simplemente conectarnos con nuestro corazón...y dejarnos guiar...el siempre, siempre sabe que, como, cuando, de que manera, lo debe hacer....

Bibliografía consultada:

- Maternidad y el encuentro con la propia sombra. Laura Gutman. Ed Del Nuevo Extremo. 2003
- Besame mucho. Dr Carlos Gonzalez. Grupo Planeta , 2012

Recordemos que nadie pide lo que no necesita.

