

LAZOS AFECTIVOS

Los bebés nacen con la necesidad de formar relaciones estrechas con adultos que los cuidan y responden a sus necesidades. La “formación de lazos afectivos” es un término que se utiliza comúnmente para describir la relación entre los padres y su hijo. Estos lazos comienzan a crearse desde el primer contacto entre ellos. De hecho, los lazos afectivos comienzan a formarse durante el embarazo. Cuando uno es una nueva madre o un nuevo padre, toma tiempo aprender la mejor manera de interactuar con su bebé. Los lazos afectivos se forman gradualmente. Pueden pasar horas, días, semanas o incluso meses antes de formar un lazo afectivo sólido con su bebé.



Algunas actividades que pueden realizar juntos son:

- leerle o cantarle a su bebé
- repetir los movimientos de su bebé
- imitar los balbuceos y otros sonidos de su bebé
- usar un portabebés tipo canguro durante las actividades rutinarias

Establecimiento del lazo afectivo

Los niños que forman lazos afectivos sanos con las personas que los cuidan por lo general se desempeñan mejor en la escuela, manejan mejor el estrés, desarrollan independencia y curiosidad, e incluso se relacionan mejor con otros niños. Si siempre responde a las necesidades de su bebé y lo reconforta, sobre



todo si está molesto, lastimado o enfermo, el bebé aprende que puede confiar en usted. Esto le enseñará que siempre se satisfarán sus necesidades, y le ayudará a convertirse en un niño con lazos afectivos sólidos. Incluso si no siempre puede detener su llanto o aliviar su malestar, el bebé se da cuenta de que usted intenta ayudarlo y se siente reconfortado por su respuesta.

Si necesita información adicional, llame a la Línea de la Salud Familiar al 1-800-451-BABY (2229).

LAS MANERAS EN QUE LOS BEBÉS FORMAN LAZOS AFECTIVOS

Los científicos aún están aprendiendo muchas cosas sobre los lazos afectivos y cómo se forman. Saben que los lazos sólidos entre padres e hijos brindan son el primer ejemplo de las relaciones íntimas y crean una sensación de seguridad. La manera en que los padres responden a las señales de su bebé también puede afectar el desarrollo de éste. En casos extremos, si los padres no exhiben un lazo afectivo, los niños pueden perder peso, dejar de crecer y dejar de desarrollarse mental y físicamente.

Consejos saludables

- **Cárguelo:** sostenga al bebé contra su piel cuando lo alimente o arrulle.
- **Establezca contacto visual:** los recién nacidos pueden ver mejor a una distancia de aproximadamente 30 centímetros. Sus ojos pueden seguir objetos en movimiento. Prefieren los rostros humanos, en particular los ojos. El contacto visual establece una comunicación significativa a corta distancia.
- **Sonríale:** los bebés responden a lo que ven. Su bebé intentará imitar sus expresiones faciales y gestos. Usted puede utilizar las expresiones faciales como una manera de establecer una conexión con su bebé.
- **Cántele:** los bebés prefieren las voces humanas y les gusta hacer sonidos en sus primeros intentos de comunicación. Su bebé preferirá oír canciones de cuna con su voz a la "música" producida por juguetes.

Puede tardar en aprender a comprender lo que su bebé intenta decirle. No se sienta mal si necesita pedir ayuda. Criar a un bebé es una de las cosas más desafiantes que hará en su vida, pero también una de las más gratificantes. Si tiene miedo de haber dañado a su hijo, llame a National Child Abuse Hotline (Línea nacional de abuso infantil) al 1-800-422-4453.



Healthy Start Coalition of Miami-Dade
701 S.W. 27th Avenue, Suite 1401, Miami, FL 33135
Tel (305) 541-0210 ▪ Fax (305) 541-0213
www.hscmd.org