

PEDIATRIA
Dr. A. Herrero
Urb. Lomas del sol, 20
Benajárfate (Málaga)



LA ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ

La estimulación de los bebés menores de un año

Los padres jugamos un papel fundamental en el desarrollo de nuestros hijos. Teniendo como sustento el vínculo afectivo que actúe como motor podemos contribuir a través de la estimulación a formar una persona con una capacidad de aprendizaje mayor, sociable, seguro de si mismo, afectivo.

La estimulación se podría definir como el acercamiento simple, directo y satisfactorio para ayudar al desarrollo del niño. ¿Cuándo implementarlo? En el pasado la estimulación estaba reducida a aplicarse en niños con limitaciones severas de cualquier orden, eran individuales y se realizaban por personal especializado.

Actualmente con la adquisición de nuevos conocimientos se promueve la estimulación inclusive desde la formación neuronal en la vida fetal. La inteligencia como el cuerpo debe ser alimentada día a día.

Esto no significa realizar tareas complicadas, sino aprovechar las experiencias de la vida cotidiana. En los primeros días los momentos ideales serán aquellos en que los cambiamos, bañamos o alimentamos.

El bebe debe estar despierto, atento, alerta y sano.

Posteriormente será el cuerpo del bebe su campo de experimentación. El contacto físico y visual es vital.

Finalmente el interés se dirige a objetos y personas.

Los objetos y juguetes complementan la estimulación, deben estar adecuados a cada período y sobre todo deben ser seguros y limpios.

Pero no es cuestión sólo de brindar estímulos. El bebe puede relacionarlos si se brindan en un contexto coherente y repetitivo, si se aplica un proceso determinado, la información podría organizarse y ser mejor aplicada.

Tampoco el objetivo es formar "super genios", o "superbebes", sino que puedan concretar sus potencialidades.

El pediatra debe acompañar a los padres y su bebe en este proceso, alentándolos y evaluando sus logros.

Como una pequeña guía se muestran actividades que puede realizar un bebe de acuerdo a su edad

1-Lenguaje y audición:

Hace sonidos de arrullo, gorjeo, balbuceo a los 3-4 meses .

Gira la cabeza hacia los sonidos, a los 9 meses

Hace sonidos, "ma ma", "pa pa" a los 12 meses.

2- Coordinación motriz fina.

Juega con sus manos tocándose una con la otra 6 meses .

Se lleva objetos o comida a la boca a los 12 meses.

3-Coordinación motriz gruesa .

Se voltea a los 6 meses .

Se sienta sin apoyo a los 9 meses

La importancia de la estimulación no termina en el primer año de vida, continúa y como ha sido comprobado en diversos estudios, su impacto se mide en una menor deserción escolar, mejor desempeño académico, menor delincuencia y abuso de drogas, individuos que en definitiva puedan alcanzar una mejor calidad de vida.

Hacer una sociedad más equitativa. " UN BUEN COMIENZO" puede modificar desigualdades socioeconómicas y de genero

Estimulando a su hijo de 12 a 18 meses

Area Motora	Area del Lenguaje
<ul style="list-style-type: none">• Siempre bajo la supervisión de un adulto permitirle que se trepe a una silla, sillón y ayudarlo a subir y bajar escaleras.• Ofrecerle cubos o bloques para apilarlos, enseñarle a construir torres.• Darle elementos caseros tipo ollas, tapas, cajas, cucharas, etc para su juego y descarga motriz	<ul style="list-style-type: none">• Hablarle en forma clara, correcta y con términos sencillos.• Leer libros con figuras de animales, elementos cotidianos, figuras y colores.• Darle órdenes simples para que el niño las lleve a cabo.• Evitar el uso de diminutivos• Enseñarle a reconocer cada partes de su cuerpo cuando se lo baña o cambia.• Utilizar diferentes cantos y música en el juego con el niño.
Juguetes recomendados <ul style="list-style-type: none">• Cubos, bloques• Juegos de encastre• Pelotas• Juegos de cocina• Autos, camiones.• Muñecos• Zapatillas o autos para desplazarse.• Cuentos con figuras o sonidos diferentes.	Area Coordinación <p>Ofrecerle materiales adecuados para dibujar como lápices (no tóxicos).</p>

Area social
<ul style="list-style-type: none">• Permitirle participar en las tareas domésticas (barrer, limpiar, lustrar, etc)• Ofrecerle la cuchara para que se alimente aunque aún vuelque su comida. Debe participar de la mesa familiar.• Si al finalizar esta etapa, el niño comienza a avisar sobre el estado de su pañal (sucio o mojado) se podrá estimular el uso de orinal y preguntarle si desea hacer pis y/o caca., se podrá dejarlo sin pañal en la medida que el pequeño avise y dé tiempo de llevarlo a hacer sus necesidades. Es importante en este aspecto, no exigir ni forzar situaciones que puedan luego resultar traumáticas para el niño.

Control de Esfínteres - ¿Cuándo dejará los Pañales?

El control de esfínteres depende del desarrollo y maduración del Sistema Nervioso Central, así como el niño a medida que transcurren los meses va adquiriendo el sostén cefálico, se sienta, camina, etc., lo mismo sucede con el control esfinteriano.

Existen a su vez otros factores que son importantes en la adquisición de este control como el aprendizaje y el condicionamiento.

Algo que necesita resaltarse, es que si un niño sufre un retraso en la adquisición en el control esfinteriano, casi siempre existe el antecedente en la familia ya sea que el padre o la madre o ambos tuvieron el mismo inconveniente en la primer infancia.

Las niñas tienen una tendencia a alcanzar las pautas madurativas un poco antes que los varones, pero ésta no es una regla de oro.

Generalmente el niño de entre 15 y 18 meses de vida le avisa a su madre que se orinó, siendo esto una pauta de inicio del control de esfínteres.

El niño ya es conciente y lo puede manifestar, pero cuando se hizo encima. Luego le sucede la etapa en la cual el niño manifiesta el deseo de orinar o no ante la pregunta de la madre.

En general en esta etapa no da tiempo de llevarlo al baño. Esta urgencia miccional va atenuándose con el crecimiento y desarrollo.

Es una pauta positiva y orienta acerca de que el niño va adquiriendo las pautas para el control esfinteriano.

El niño de entre 18 a 24 meses avisa el deseo de orinar dando tiempo de llevarlo al baño para que orine.

Entre los 2 años y 2 años y medio, el pañal puede ser retirado, ya que el niño puede por sí sólo ir al baño o bien ser ayudado por sus padres o cuidador.

En general el pañal nocturno se sigue usando hasta que el niño puede retener más horas.

En cuanto el pañal se mantiene seco a la mañana siguiente, se está en condiciones de retirarlo, esto ocurre aproximadamente entre los 2 años y medio y los 3 años de edad.

Lo enunciado previamente, es lo cronológico esperable pero se debe tener en cuenta que existen variaciones las cuales dependerán del aprendizaje y el condicionamiento

El aprendizaje y esto sí que es importante, debe ser elástico y sin carga emotiva y el condicionamiento debe evitar actitudes negativas en el niño como son el castigo o el enojo si no desea orinar o usar el retrete.

En cuanto a los factores ambientales se recomienda la época de verano o de calor para que el niño deje sus pañales, tanto diurnos como nocturnos, pero SIEMPRE respetando obviamente los tiempos del niño.

Pueden ocurrir pérdidas urinarias generalmente en forma involuntaria ante situaciones como fiebre, infecciones o problemas en el hogar (mudanzas, fallecimientos, discusiones, etc).

Esto es transitorio y bajo ningún concepto debe reprochársele al niño.