

Bebé llorando

Normas pertinentes de acreditación de Satellite

I. Interacciones y relaciones

A. El proveedor apoya el desarrollo de una autoestima positiva al ayudar a los niños a comprender y expresar adecuadamente sus sentimientos y necesidades.

8. El proveedor ofrece consuelo y tranquilidad cuando los niños muestran angustia, miedo o incomodidad.



Lo básico

¿Por qué deben llorar los bebés? El llanto es una forma de comunicación. Esta respuesta evolutiva alerta a los cuidadores de que algo anda mal ya sea la necesidad de comer, consolar, dormir o cambiar pañales. Los cerebros en desarrollo de los bebés son incapaces de comprender y manejar los grandes sentimientos por sí mismos. A medida que los cuidadores responden con apoyo, los bebés comienzan a aprender:

- 1) acerca de sus sentimientos, estados internos y cuerpos, y
- 2) que los adultos son fuentes de cuidado, comodidad y seguridad.

El cuidado sensible y receptivo impulsa la formación de vínculos seguros entre el bebé y el cuidador, lo que se asocia con una mayor autoestima, regulación emocional y función ejecutiva posteriores.

Por el contrario, la falta de respuesta del cuidador a la angustia infantil en los primeros años de vida se asocia con niveles más altos de problemas de humor, comportamiento y salud a los cinco años. Sin el apoyo de un adulto, el estrés de un bebé puede llegar a ser abrumador y conducir a estrategias de regulación desadaptativas que, en última instancia, afectan a todas las áreas del desarrollo.

¿Cómo puedo ser receptivo como proveedor de cuidado infantil? La disponibilidad emocional describe la conexión saludable entre el cuidador y el niño. Cuando son totalmente capaces de concentrarse en el bebé, los cuidadores pueden apoyar el sentido positivo de sí mismos de los bebés ofreciéndoles

tranquilidad cuando muestran angustia, miedo o incomodidad sosteniéndolos, meciéndolos y dándoles toques suaves.

En términos prácticos, cuidar a muchos niños al mismo tiempo es un desafío y habrá ocasiones en las que no pueda sostener a un bebé para calmarlo. Hay muchas estrategias que puede emplear para hacerle saber a un bebé que le importa:

- 1) *Canta*. Tu voz puede resistir cuando tus manos están ocupadas. Canta su canción de cuna favorita. Inventa una canción. Tu voz, sin importar la calidad, es más poderosa que cualquier música grabada.
- 2) *Sé expresivo*. Use un habla dirigida a los bebés, o un habla más aguda, más melódica y más animada. Hable sobre las emociones del bebé, haciéndole saber que lo ve y que tiene en cuenta sus sentimientos.
- 3) *Pide ayuda*. Los niños pequeños quieren estar al servicio de los adultos que aman. Reclute a los niños mayores a su cargo para que hablen y canten con el bebé. A veces, incluso un baile tonto servirá si estás calentando un biberón y necesitas entretenimiento infantil. Permitir que los niños ayuden de manera segura y apropiada refuerza el comportamiento prosocial y contribuye a una atmósfera positiva y de apoyo.

¡Quiero saber más!

- [Cómo reconectarse y establecer relaciones con los bebés](#) (español, recurso)
- [Herramienta de reflexión para cuidadores de bebés y niños pequeños](#) (español, recurso)
- [El llanto excesivo de los bebés duplica el riesgo de problemas de estado de ánimo y de comportamiento a los 5 años](#) (ingles, artículo de investigación)
- [Disponibilidad emocional: teoría, investigación e intervención](#) (ingles, artículo de investigación)

Libros disponibles a través de la biblioteca de préstamo de Satellite:

(solo para programas participantes en Satellite)

- *Secure Relationships: Nurturing Infant/Toddler Attachment in Early Care Settings* (Honig, 2002)
- *Infants, Toddlers, & Caregivers: A Curriculum of Respectful, Responsive Care & Education* (Gonzalez-Mena, 2003)
- *Being with Babies: Understanding and Responding to the Infants in Your Care* (Kovach, 2008)