

# La MENTE en formación

Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita

## PRESCRIPCIONES PARA EL APRENDIZAJE

### El llanto constante

Promover la habilidad fundamental de comunicarse en los bebés y niños pequeños  
Cuatro estrategias que funcionan para ir más allá de manejar el comportamiento de los niños a poder promover las habilidades fundamentales

**Pregunta:** Mi hijo de 18 meses quiere traer su cobijita a todas partes. Parece que no puede controlarse sin ella. ¿Debería dejarla en casa o quitársela del todo?

El llanto es una de las primeras formas de comunicación entre su bebé y usted. De hecho, él empieza a entender su propia capacidad para comunicarse a través de la manera que usted reacciona a sus llantos. Usted no siempre estará disponible para cargar a su bebé cuando él esté llorando, pero hay muchas cosas que puede hacer para manejar su llanto constante y a la misma vez desarrollar su habilidad fundamental de comunicarse, aun antes de que su bebé pueda hablar. Estas estrategias ayudarán a su hijo a aprender a comunicarse después con palabras.

**Kathy Hirsh-Pasek de la Universidad Temple dice:**

*El desarrollo del lenguaje no es un producto final. Es un proceso que comienza con las primeras sonrisas, las primeras miradas, el primer vaivén de conexiones. Todo esto se convierte en una oportunidad para que los adultos usemos palabras para nombrar las cosas y para que los niños conecten esas palabras con sus ideas, para que entiendan las intenciones y los pensamientos de los demás y para que expresen lo que quieren decir.*

**1. Observe a su hijo.** A esta edad, su bebé usa el llanto de varias maneras: para que lo ayuden cuando tiene hambre o está incómodo, para eliminar la tensión y evitar las sensaciones intensas, como los ruidos fuertes o las luces brillantes. Actúe como un detective y vea si logra darse cuenta de lo que su bebé le está tratando de decir:

- ¿Puede usted diferenciar los llantos de su bebé?
- ¿Tiene su bebé un tipo de llanto cuando tiene hambre, otro cuando está molesto y uno diferente cuando parece estar incómodo?
- ¿Tiene su bebé un problema físico? ¿Tiene cólico o es sensible a la sobre estimulación?

Una vez que empiece a entender la causa del llanto de su hijo, puede buscar maneras de calmarlo.

**2. Reaccione a las señales que le da su bebé.** Si sospecha que el llanto de su hijo tiene una causa física, consúltelo a un doctor, ya que él puede aconsejarle qué hacer. Si no, entienda que el llanto es la manera principal en la que su hijo se comunica con usted.

Una vez que haya aprendido a diferenciar los llantos de su bebé, puede actuar de acuerdo a lo que él necesite, dándole de comer si tiene hambre o poniéndolo a dormir si está cansado. Si encuentra que su hijo es muy sensible a la estimulación,



entonces haga lo posible por crear un ambiente calmado.

**Según la Academia Americana de Pediatría, es mejor reaccionar inmediatamente al llanto de un bebé en sus primeros meses de vida. Prestarle atención a un bebecito no lo va a malcriar. Si responde a sus llantos, él aprenderá que hay personas que lo ayudarán y poco a poco llorará menos.**

Parte de ser un detective es prestar atención a lo que USTED hace bien para calmar a su hijo. ¡Siga haciendo lo que funciona! Cuando usted reacciona de manera sensible al comportamiento de su hijo, le demuestra que lo que él le dice es importante, aun si se lo comunica a través de llantos y no palabras.

Las siguientes son algunas estrategias que puede usar para calmar a su bebé y desarrollar la habilidad fundamental de comunicarse:

- Actúe como un comentarista deportivo y describa lo que hace su bebé. Diga cosas tales como: “No te gusta que te cambie el pañal. Los pañitos húmedos son fríos y tienes sueño”. Esto ayuda a su bebé a sentirse entendido y querido mientras desarrolla conexiones con sus sentimientos y acciones, algo necesario para ayudarlo a controlarse y comunicarse.
- Si no puede cargar a su bebé, asegúrele que todavía está usted presente usando una voz reconfortante. Cante, haga caritas chistosas y hable con él. Diga cosas tales como: “Tengo que sacar un envase caliente del horno. Te cargaré cuando termine”. Estas acciones ayudarán a su hijo a usar palabras eventualmente como una manera de expresarse. Los niños pueden entender las palabras mucho antes de usarlas.

**Gracias a su trabajo con bebés prematuros, Heidelise Als del Hospital para Niños de Boston y la Escuela de Medicina de Harvard ha descubierto que es importante tratar de entender el lenguaje del comportamiento de los niños para así darse cuenta de las estrategias que utilizan y desarrollar lo que ellos ya hacen para calmarse.**

**3. Desarrolle las fortalezas de su hijo.** Los niños pequeños pueden aprender a manejar el estrés cuando los adultos a su alrededor desarrollan las estrategias que los bebés ya saben utilizar para calmarse. Busque las técnicas que SU HIJO ya utiliza para calmarse y ayúdelo a usar estas estrategias cuando se sienta molesto. Pregúntese:

- ¿Tiene un juguete, objeto o ropa favorita que lo ayuda a calmarse?
- ¿Le gusta a mi hijo que lo acurruquen o lo pongan en un cargador?
- ¿Se calla cuando escucha que alguien canta, habla o prende música?
- ¿A mi bebé le gusta escuchar sonidos rítmicos, como tararear?

Conforme va creciendo su hijo, aprenderá a controlar un poco más sus emociones y acciones. Usted lo está ayudando a aprender ese control al promover la habilidad de comunicarse.

**En sus estudios sobre cómo los adultos le hablan a los bebés, Janet Werker de la Universidad de Columbia Británica ha descubierto que los niños le prestan mucha atención no solo a las voces de sus padres, sino también a las expresiones de sus caras. Werker dice:**

*Los bebés escuchan los sonidos del lenguaje, prestan atención a las expresiones de la cara que acompañan a esos sonidos y prestan atención a todo el contexto de comunicación en el que se expresa el lenguaje*

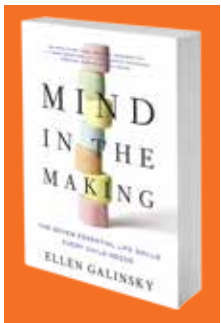
**4. Piense sobre cómo usted reacciona ante su bebé y pida ayuda cuando sea necesario.** No solo importa lo que usted le dice a su hijo sino la forma en que se lo dice. Su bebé le presta mucha atención a los sentimientos que usted expresa con su cara y con su tono de voz.

Es normal que usted se sienta agotado por el llanto constante, así que pida ayuda cuando pueda para descansar y recobrar fuerzas. Podrá reaccionar de manera más positiva al llanto de su hijo cuando usted también siente que alguien se preocupa por usted.



**Estas cuatro estrategias lo ayudarán a ir más allá de manejar el comportamiento de los niños a poder promover las habilidades fundamentales de manera divertida y práctica.**

**Comunicarse** implica mucho más que entender el idioma, hablar, leer y escribir. Se refiere a la capacidad de identificar lo que uno quiere comunicar y darse cuenta de cómo los demás entenderán nuestra comunicación. Según los maestros y empleadores, es la habilidad que hace más falta hoy en día.



**La mente en formación**, desarrollado por *Families and Work Institute* (FWI), es un esfuerzo sin precedente dedicado a compartir la ciencia del aprendizaje infantil con el público en general, las familias y los profesionales que trabajan con niños. Basado en *La mente en formación: Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita* (HarperCollins, 2010) de Ellen Galinsky, presidenta de FWI, su misión es promover las habilidades de la función ejecutiva en los adultos y a través de ellos, en los niños, para poder mantener viva y brillante la llama del aprendizaje dentro de todos y cada uno de nosotros.

*Prescripciones para el aprendizaje* son apoyadas por la Fundación Popplestone.

Visítenos en [mindinthemaking.org](http://mindinthemaking.org). Síguenos en [Facebook.com/MindInTheMaking](https://www.facebook.com/MindInTheMaking) o en [Twitter.com/MITM\\_FWI](https://twitter.com/MITM_FWI).

© 2014 Families and Work Institute. Todos los derechos reservados.

**Descargo de responsabilidad:** Cualquier información de consultoría o enseñanza incluida en esta hoja de actividades está diseñada para ser un consejo general y no debe tomarse como un consejo para aplicar a una situación o un niño específico. Antes de escoger un cuidado o proceso educativo para su situación particular, se le aconseja a los padres y otros individuos que busquen una consulta profesional o la consejería de un profesional certificado para trabajar con familias. Ni Families and Work Institute ni cualquier otro individuo nombrado en esta hoja se hará responsable de las acciones que usted tome a causa de las sugerencias incluidas en esta hoja.

