

EL LLANTO.



¡Mi hijo llora por todo! El llanto no sólo es una forma de expresión, puede ser un medio para obligar a los padres a ceder ante los caprichos.

En el momento del nacimiento de un hijo, lo primero que los padres desean oír es el llanto del bebé pues sin duda éste es un signo vital que representa con claridad la llegada al mundo de una nueva vida. Sin embargo, cuando esa poca armoniosa melodía se transforma en pan de cada día o incluso de cada hora, los padres desearían tapar sus oídos para siempre.

Es que el bebé, sin importarle hora o momento, se comunica a través del llanto, es su modo de expresión y es normal que lo haga ante situaciones bien concretas.

La madre con el tiempo y un poco de experiencia aprende a reconocer sus necesidades, las satisface, y el llanto debiera terminar. Sin embargo, también es cierto que hay bebés mucho más llorones que otros, pero por ello nadie debe sentirse culpable, pues al parecer esto es fruto del azar o de la conjunción genética. Así lo demuestra la respuesta de un pediatra a una mamá angustiada por el llanto de su niño: "Nada que hacer, simplemente le tocó así".

EL LLANTO, ¿ETERNO COMPAÑERO?

Cuando los padres se han pasado la mayoría de las noches en vela y la mayor parte del día poniendo el chupete, la pregunta que surge es si ese llanto será un eterno compañero y permanecerá como una característica de la niñez. Según la psicóloga Ximena Charme, el bebé llorón no necesariamente se transforma en un niño llorón.

"Puede ser un niño de más riesgo en el sentido que el llanto intermitente ha provocado impaciencia e intolerancia, pero si hay un buen manejo no debería haber problema". Este consiste en que los padres deben reconocer cuál es el llanto sin razón y no consentir en él. De lo contrario se crea un círculo vicioso difícil de controlar.

Para aprender a distinguir lo verdaderamente importante, es bueno conocer las pautas normales de la evolución del llanto:

Entre el primer y tercer año de vida, el llanto es normal. Es la etapa del negativismo y es común, por ejemplo que se acentúen las pataletas. En esta etapa el niño afirma su personalidad y si esas crisis de llanto han sido bien llevadas, lo normal es que el niño deje atrás ese medio de expresión y dé paso al lenguaje. "Si por el contrario los padres refuerzan las pataletas y se hace lo que el niño quiere, esta etapa se extiende más allá de los tres años", explica la psicóloga. En este caso el niño puede convertirse en ese que ¡llora por todo!

LOS INCONSOLABLES

Contar con un inconsolable en la casa no es fácil. El lloriqueo continuo se transforma en un problema bien aburrido que a la larga agota y cansa física y mentalmente.

Lo normal es que a partir de los tres años, los momentos de llanto sean más bien mínimos y por razones que lo justifican. Cuando esto no es así, es bueno preguntarse cuáles son las causas que han generado un niño llorón:

Generalmente, son niños inmaduros que tienen muy baja tolerancia a la frustración, es decir, "ante cualquier fracaso o ante cualquier "no", lloran", explica la psicopedagoga Loreto San Miguel. "Tienen poca capacidad para solucionar sus problemas, entonces cuando algo no les resulta como esperaban, lloran". También está el "regalón-llorón". Se trata de niños que son excesivamente sobreprotegidos, a quienes los padres tratan de evitar a toda costa cualquier problema.

Muchas veces los niños lloran por aburrimiento. Según Virginia Argorriaga, educadora de párvulos, "hay padres que no saben incentivar a los niños a jugar y el único juego que ellos conocen es estar arriba de la mamá molestando y lloriqueando. En estos casos la solución está en que los padres enseñen desde pequeños, alternativas de entretenimiento. "No es una tarea muy difícil, pero hay que hacerla, pues es algo que a menudo no es innato sino que se puede fomentar.

La seguridad de los padres es fundamental. "Lo más probable es que los papás que están seguros cuando educan y que saben para donde van, tengan niños que lloran menos. La seguridad de los padres da la seguridad a los hijos, lo que induce a que ellos sean estables emocionalmente".

EL PAÑO DE LÁGRIMAS

Para evitar las situaciones anteriores, los padres son fundamentales. El manejo que ellos hagan para encauzar las mañas y los llantos es primordial. En sus manos está ser buenos y correctos paños de lágrimas.

Algunas precauciones son:

No reforzar el llanto.

"Si uno sabe que es un llanto a través del cual el niño pide algo sin importancia, no hay que consentirlo", explica Ximena Charme. La idea es enseñarles que las cosas se piden con palabras y no se manipula a través del llanto. Una vez que se ha consentido en los caprichos, es difícil dar vuelta atrás y es probable que se formen niños dominantes y demandantes. El niño percibe el dominio que ejerce sobre sus padres y en adelante utilizará la simple amenaza de llanto para conseguir de ellos cuanto desee.

- Es importante ser consistente.

Decirle que sí a todo y al día siguiente negarle cualquier propuesta no es muy convincente. Los límites de lo que se da y de lo que se puede hacer deben ser claros.

- No ceder al llanto por cansancio.

Mejor es intentar distraer al niño con algo más atractivo y sacarlo de su capricho.

- Ayudar al niño a que se exprese en forma verbal, a través del lenguaje y no del llanto.

- Por último, muchas veces el llanto es un medio para llamar la atención, entonces si el niño la obtiene, utilizará este recurso con frecuencia. "Por el contrario, si también se lo atiende en períodos buenos, se dará cuenta de que el llanto no es la única herramienta, pues también obtiene estímulos cuando los pide de otra forma o incluso cuando no los pide", explica Ximena Charme.

CAUSAS DEL LLANTO

En muchas ocasiones, ese intermitente lloriqueo preocupa a los padres que aún no reconocen la causa que lo provoca. Sin embargo, basta saber que generalmente se debe a razones muy comunes y que rara vez se es incapaz de poner solución al problema.

Las causas más habituales del llanto del bebé son:

- El hambre: Los bebés tienen un reloj biológico que funciona a la perfección, por eso la hora de la comida no la perdonan.
 - La incomodidad física: mudar al bebé con frecuencia es fundamental. Esto, porque además de evitar coeduras e irritaciones que molestan, mantener limpio al bebé y hacer de esa tarea un momento agradable, es el primer paso para fomentar en él, el hábito de la higiene.
 - El dolor: el cuerpo del bebé se encuentra en una etapa de continua adaptación y más de una vez, esto le provocará dolores. Los más comunes son los intestinales, ya sea por gases o estreñimiento. Muy corrientes son también los cólicos y el dolor de oídos. Estas molestias deben ser bien controladas y consultadas con el doctor.
 - La soledad: aunque sus necesidades físicas estén cubiertas, el niño puede necesitar más estímulos de cariño de los que ya se le dan.
-

