

0 a 2 años**SEMANA 3**

Interacciones afectivas durante los momentos de cuidado

Las interacciones son intercambios de acciones entre dos personas, las cuales se producen de ida y vuelta; es decir, lo que una hace influye en la otra, y viceversa. En el caso de las niñas y los niños de 0 a 2 años, estas interacciones se producen, principalmente, en los cuidados infantiles. Las llamamos “interacciones afectivas”, porque debemos procurar que ocurran cargadas de manifestaciones de afecto, contacto visual, comprensión y acompañamiento positivo; así, favorecerán, entre otros aspectos, su confianza para dejarse acompañar durante los cuidados cotidianos.

Gracias a esas interacciones de respeto y afecto que les brindan la madre, el padre o el cuidador, las niñas y los niños desarrollarán una relación especial con ese adulto significativo, y podrán satisfacer una necesidad fundamental: el apego seguro, el cual es tan importante como la alimentación o el descanso.

Los cuidados cotidianos constituyen oportunidades valiosas para vivir interacciones afectivas y respetuosas con las niñas y los niños.

A continuación, te ofrecemos sugerencias para propiciar interacciones afectivas durante los momentos de cuidado:

- Muestra disposición al atender a tu niña o niño. Esto le dará confianza, se sentirá cómoda/o y estará dispuesta/o a expresarse y comunicarse. Conversa con ella o él, estableciendo un diálogo con un ritmo que no sea ni muy rápido ni muy lento; con pausas para dar cabida a sus comentarios, preguntas o respuestas, que expresará a través de gestos, balbuceos, posturas, palabras o también del llanto. Expresar aquello que le agrada o le desagrada aporta a su bienestar físico, mental y emocional.
- Anticipa a tu niña o niño lo que vas a hacer, de manera que pueda disponerse para lo que viene. Por ejemplo, cuando despierte, observa qué te dice con sus gestos y conversa con ella o él. Tal vez, la situación se presente así:



Juan, veo que ya te estás despertando. Te daré un tiempito más. Sé que te gusta estirarte antes de salir de la cuna.



Ahora sí, Juan, te cargaré para llevarte a cambiar tu pañal. ¿Me ayudas?

Háblale siempre mirándola/o a los ojos y esperando las señales que te indiquen que está lista/o para el siguiente paso. Este tiempo de cuidado respetuoso le brinda la seguridad necesaria para sentirse tranquila/o y distanciarse poco a poco del adulto, a fin de ir a explorar y jugar de manera autónoma.

Interacciones afectivas durante los momentos de cuidado

- Realiza movimientos calmos y agradables al atender a tu niña o niño y evita movimientos repentinos y bruscos. Por ejemplo, al solicitarle que acerque su pie para colocarle una media, observa si hace un gesto o intenta levantarlo. Eso es una señal que dará cuenta de su participación y colaboración en la tarea de ponerse las medias. O, también, cuando observes que siente frío, coméntale que tienes una chompa y pide su colaboración para que se la pueda poner.



Luego de conocer la importancia de las interacciones afectivas durante los cuidados cotidianos, te invitamos a reflexionar sobre cómo estás atendiendo a tu niña o niño y qué actitudes positivas reconoces en ti misma/o. Identifica aquellas acciones y también las actitudes que te gustaría cambiar, y anímate a probar otras maneras de atender a tu niña o niño, que le den seguridad y favorezcan el despliegue de su iniciativa y participación activa durante los cuidados cotidianos.

¿Recuerdas el artículo de la semana pasada sobre la responsabilidad que tiene el adulto de brindar condiciones para asegurar los cuidados de calidad?

Te invitamos a dialogar con los integrantes de tu familia para que, juntas y juntos, encuentren maneras de organizar los espacios y tiempos destinados para los cuidados cotidianos, así como para identificar aquellas interacciones afectivas que resultan positivas para tu niña o niño.

