

EXCESO DE INFORMACIÓN ANGUSTIA A PADRES PRIMERIZOS



Escuchar solo la voz del pediatra y al propio instinto aminora los efectos del cúmulo de consejos que dan familiares y amigos.

El nacimiento del primer hijo es una ocasión que remece a la pareja y a la familia en general. Es tanta la preocupación que se genera en torno a este pequeño ser, que los padres buscan en los libros o Internet información que los ayude a criar a su hijo. Mientras, la familia, y sobre todo las madres de ambos, se encargan de bombardear a los papás primerizos con su vasta experiencia. Tanto consejo muchas veces genera desorientación en la pareja porque, por ejemplo, para algo tan común como un cólico pueden haber recibido más de una docena de recetas y de la más variada índole. ¿A quién hacerle caso entonces?

Para los psicólogos, es fundamental tener a una sola persona como referente, ojalá con conocimientos, como el pediatra. Lo importante es que la opinión del médico sea la más relevante, el parámetro para la pareja y para todos los demás.

PRUEBA PARA LA FAMILIA

Para evitar un conflicto con la familia, los profesionales recomiendan que la pareja se anticipe a este tipo de situaciones y actúe como un bloque hacia los estímulos exte-

mos, es decir, que se ponga de acuerdo sobre cómo quiere educar a su hijo y conversarlo con la familia antes de que el niño nazca.

Lo ideal, explica, no es copiar la fórmula de la familia de uno o del otro, sino que generar el método propio que a ambos les acomode.

Asimismo, los especialistas recomiendan aprender a poner límites a los demás, sin herirlos, sino que siendo honestos y cuidando el tono.

Es necesario aprender a decir que no y perder el miedo a enfrentar a los demás por temor a herir y perder el amor de los otros, porque lo que la gente más respeta son los rayados de cancha, el decir 'no quiero' o 'no me gusta' siempre será bien recepcionado por el otro, aseguran los especialistas.

Las familias que han desarrollado la autonomía y la independencia de los hijos toman con más tranquilidad y respeto la decisión de los nuevos padres.

No obstante, también existen mamás primerizas que necesitan la compañía de sus propias madres para enfrentar las primeras semanas del recién nacido.

LIBROS E INTERNET

En la actualidad, son muchos los papas con acceso a libros o sitios en Internet con información sobre el embarazo y las distintas etapas de desarrollo psicomotor del hijo.

Para algunos terapeutas, muchas veces tanta información provoca angustia, por lo que es mejor preguntar las inquietudes al médico. Existen ciertos aspectos del desarrollo del niño que los padres deben conocer para así estar alertas a la evolución de sus hijos en cada etapa, lo que los ayudará a conocerlos y saber qué esperar de ellos. Aunque muchas veces no se recomienda la literatura para consultar enfermedades, porque muchas veces se crean males imaginarios. En todo caso, tanto los especialistas como la experiencia indican que no existe una fórmula cerrada para enfrentar la llegada de un nuevo hijo, sólo hay que estar atento a lo que indique el sentido común y evitar tomar decisiones a contrapelo. El instinto juega en este sentido un rol fundamental.

No existe una sola fórmula para enfrentar la llegada del primer hijo, sólo hay que evitar tomar decisiones que lo traicionen. Los especialistas recomiendan aprender a poner límites a los consejos de los demás, siendo honesto y sin herir. (Foto: Graciela Solís)

ATENCIÓN MUJERES Y MODELOS

 **INVERSALUD**
ahórrese una emergencia

Financiamos operaciones de cirugía plástica como:
• Implantes • Levantamiento y reducción de senos
• Liposucciones • Abdominoplastias • Aumento de glúteos • Lifting facial • Rinoplastias

Como también financiamos
TODO EL PAQUETE DE MATERNIDAD