



Padres e hijos



JUPITER IMAGES

EMPATÍA

Los expertos del Instituto del bebé de Nuk declaran que los neonatos utilizan la risa para interactuar, con sus padres o educadores, en el proceso de comunicación con ellos. Explican que se trata de una comunicación genéticamente programada gracias a las neuronas espejo, que son las que nos dotan de la capacidad de ser empáticos.

Qué dice mi bebé

Interpretar sus gestos y expresiones es fundamental para atender sus demandas.

Si descartamos al pequeño que volvía locos a John Travolta y Kristie Alley en la famosa película *Mi-ra quién habla*, no hay bebés en el mundo que consigan comunicarse verbalmente; en cambio, pueden expresar sus emociones mediante gestos y sonidos. A través de ellos revelan estados de ánimo, reclaman atención, mantienen el contacto con aquellas personas que les están

cuidando o avisan de trastornos y desajustes físicos.

Hay que observarles

El psicólogo infantil Lawrence E. Shapiro explica en su libro *El lenguaje secreto de los niños* (Ed. Urano) que lo primero que deben hacer los padres es aprender a observar las denominadas macroseñales: gestos, posturas o movimientos que suelen ser evidentes (si el niño mira hacia la mesa donde la madre coloca cada día el biberón significaría que tiene hambre). Pero los bebés utilizan otra forma de lenguaje no verbal mucho más sutil: las microseñales. Percatarse de ellas requiere mucha práctica. Éstas son sólo algunas:

- Batir de brazos atrás y adelante = frustración o enfado.
- Manos sobre los ojos = quiere llamar la atención o denota ansiedad.
- Contacto visual prolongado = el bebé quiere jugar.
- Manos levantadas con las palmas al frente = el bebé dice 'lo siento'.
- Batir de palmas = gozo y jolgorio.

Reír y llorar

De la observación también se ha podido comprobar que las dos formas más características que tiene el bebé para manifestar sus emociones y comunicar sus necesidades o demandas, son reír y llorar. Lo han corroborado psicólogos del Instituto del bebé Nuk en colaboración

con las facultades de Psicología de la UNED y las Universidades de Murcia y Valencia en la *Guía de la Expresión del Bebé* (de distribución gratuita a través de los pediatras y servicios públicos de salud) que acaban de publicar. Los investigadores han estudiado las respuestas de los bebés ante diferentes estímulos, y además de confirmar que responden al bienestar riendo (y al contrario), han verificado científicamente algo que hasta el momento sólo se intuía, y es que cuando un recién nacido ríe o llora provoca una reacción en los padres o educadores que los bebés aprenden a manejar muy pronto para transmitir sus necesidades o demandas. ■

ALIMENTAN Y CUIDAN



▶ **Papilla de cereales de inicio.** Con efecto bifidus que garantiza una excelente digestión y tolerancia. Con y sin gluten. De fácil disolución y con una textura única. Sanutri, 4 € (aprox.).



▶ **Galletas 'Hello Kitty' Diverchok.** Rellenas de chocolate. Sin grasas trans. Con muñequitas de regalo. Arluy, 2,70 € (pack familiar).



▶ **Leche de continuación.** Con prebióticos y nucleótidos que estimulan el sistema inmunitario. A partir del 6º mes. Nutribén, 14 €.



▶ **Tarro de zanahoria, ternera y pasta Afarín Plus.** Sin colorantes ni conservantes. A partir del 6º mes. Acofarma, 1,13 € (aprox.).



▶ **Leche Premamá.** Enriquecida con todos los nutrientes que necesita la futura mamá, como el ácido fólico o la vitamina D. Central Lechera Asturiana, 0,95 €.