

IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA PARA EL FORTALECIMIENTO DEL VÍNCULO AFECTIVO.



¿Qué es el vínculo afectivo?

Lazo afectivo que una persona forma entre él mismo y otro, que le impulsa a estar juntos en el espacio y a permanecer juntos en el tiempo.

El apego es un vínculo especial que se forma entre madre-bebé o cuidador-infante. El desarrollo del apego tiene su base en el primer año de vida, que será la base de la salud mental en el futuro.

La relación más importante en la vida de un niño es el apego a su madre o cuidador primario.

El vínculo de apego se establece principalmente durante el primer año de vida; sin embargo, continúa desarrollándose durante todos los años.

“La construcción de las primeras relaciones afectivas es probablemente una de los más trascendentes en el proceso de humanización”.



Fortalecimiento del vínculo afectivo.

Tú puedes fortalecer el vínculo afectivo a través de diferentes manifestaciones, por pequeñas que parezcan, como:

Hablarle y cantarle, con cariño.

Brindarle los cuidados que necesita, como darle de comer, vestirle, y bañarle, con alegría.

Acariciar, consolar, arrullar, dormir, jugar, con amor.

Aprender a reconocer las señales con las que se comunica como sonrisas, y sobretodo diferenciar los tipos de llanto (hambre, dolor, sed, incomodidad, consentimiento).

Todo esto le dará a tu bebé la seguridad que necesita para establecer buenas relaciones con las demás personas durante toda su vida. También le ayudará a desarrollar la suficiente confianza en sí mismo(a) para llegar a ser una persona competente e independiente.

El vínculo de apego también incide en el desarrollo mental del bebé, lo cual influirá la forma en que piense, aprenda, sienta y se comporte durante toda su vida.

(Oliveros, L. 2004).

Papel de la Madre y el Padre.

Estas son algunas de las actividades que puedes realizar con tu hijo para fortalecer el vínculo de apego.

Carga a tu bebé con un portabebés (canguro).

Acuéstate con tu recién nacido sobre el pecho. Los latidos de tu corazón le ayudarán a desarrollar su confianza.

El contacto físico es importante, hazle masajes, cariño, báñate con tu beb.

Responde de manera afectuosa a sus necesidades, sonríele, juega con él, estimúlalo con masajes.

Si tu trabajo te mantiene fuera de casa por largos períodos de tiempo, asegúrate de pasar tiempo de calidad con tu bebé.

Considera pasar tiempo con tu bebé y adquirir la confianza para cuidarlo tú solo.

Cuídalo en todo momento, pero sobre todo, hazlo sentir bien por sus esfuerzos.

Dale tu apoyo a la madre mientras está lactando porque la leche materna es ideal para el bebé.

Importancia de la lactancia materna

El amamantamiento fortalece una relación especial entre la madre y su bebé.

La lactancia, a nivel biológico, ayuda a lograr el desarrollo del recién nacido a través de proteínas y anticuerpos que lleva la leche e inmunizan al bebé.

El amamantamiento satisface amor, sustento, protección, confianza y vínculo.

La leche materna es muy importante en los primeros meses de vida, fundamental y vital para el recién nacido.

A nivel emocional, el calor del cuerpo de la madre brinda seguridad y apego al bebé.

(Hogg, T. 2001)

Importancia de la lactancia materna



Beneficios a nivel psicológico como:

Favorecer el vínculo afectivo entre la madre hijas- hijos. Existe menor incidencia de depresión posparto porque la lactancia produce una mayor sensación de bienestar en la madre y mejora su proceso emocional.

Los bebés que toman pecho desarrollan una personalidad segura e independiente.

La lactancia permite tranquilizar y dar consuelo al bebé, en cualquier momento.

(Hogg, T. 2001)