

**0 a 2 años****SEMANA 1**

## El valor de los cuidados cotidianos

Las investigaciones psicológicas y neurológicas señalan que los cuidados respetuosos, amorosos y oportunos de un adulto significativo son fundamentales para crear un entorno favorable que facilite que una niña o un niño menor de 3 años se pueda desarrollar con bienestar y armonía.

La vida de un bebé está determinada por sus necesidades y ritmos biológicos, como el hambre, la sed, el sueño, entre otros. Estas necesidades son expresadas a través de cambios en su conducta; por ejemplo: mueven y agitan sus piernas, lloran, se soban los ojitos, etc. El adulto interpreta estas señales y les da un significado: “Creo que el bebé está con sueño porque se está sobando los ojitos”, y atiende al bebé según sus necesidades.

A través de esta atención o cuidado, el bebé establece un vínculo de apego seguro, que es el lazo afectivo con quien lo cuida y le permite satisfacer sus necesidades básicas (alimentación, cambio de ropa y pañal, baño y sueño). Este vínculo de apego es muy importante, pues le provee una sensación de protección, tranquilidad y consuelo, favoreciendo su proceso de crecimiento y progresiva conquista de su autonomía. La calidad de los cuidados cotidianos, el tiempo que se dedica a ello y el espacio en donde se realizan son fundamentales para un buen desarrollo infantil.

Si los cuidados son de calidad, el adulto y la niña o el niño interactúan y se comprometen mutuamente en una relación de ida y vuelta. Estas interacciones son la base para la organización psíquica del ser humano.



**PARA QUE LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS...**

- Construyan un apego seguro.
- Tengan un buen estado de salud físico y mental.
- Enfrenten con creatividad las situaciones que les toque vivir.
- Se sientan respetados y respeten a los demás.
- Tomen conciencia de que son seres únicos con características particulares.
- Se sientan queridos, valorados y desarrollen su autoestima.

**NECESITAN...**

- Que la lactancia sea un momento de vínculo en donde se sientan bien sostenidos, cómodos, tranquilos y mirados con amor.
- Que la alimentación sea un momento tranquilo, sin presiones, prisas o violencia.
- Que el baño sea un momento de disfrute, de contacto respetuoso, de comunicación, en donde el adulto le anticipe y explique lo que va haciendo.
- Que el cambio de pañal o ropa sea un momento de comunicación, de interacción, en donde el adulto le anticipe lo que va a hacer y le permita participar de manera activa.