

Los niños son como cemento fresco

Carolina Jaque Vásquez

Mg. en Neuropsicología en el Ámbito Educativo
Docente de Terapia Ocupacional
Universidad Santo Tomás Los Ángeles



Ya nos acercamos a un nuevo Día del Niño y de seguro muchos ya estamos pensando cómo celebraremos ese día, ¡sobre todo los niños! Quizás varios ya hemos considerado el juguete favorito, un videojuego, tal vez una bicicleta u otra cosa entretenida que sepamos les va a gustar. Pero no olvidemos el origen de este día: se conmemora y nos recuerda la importancia de los niños y niñas, promover sus derechos y su bienestar, y recordarnos a todos la necesidad de protegerlos. Desde 1989 existe la Convención sobre los Derechos del Niño, tengamos presente que este es el tratado internacional más ratificado de la historia.

Este 10 de agosto tengo una invitación: reflexionar, hacer una pausa y elegir acompañar ese regalo elegido con disponibilidad, con sostén. Regalemos salud mental infantil, custodiemos los senderos del desarrollo de nuestros niños y niñas, no olvidemos que la salud mental es relacional; los padres, madres y cuidadores somos observados siempre.

Existen datos que muestran que 75% de los problemas de salud mental de los adultos tuvo su inicio en la edad escolar o adolescencia. Aunque la salud mental infantil en Chile ha sido poco estudiada, ya existen datos relevantes que hablan de algunos indicios: la Encuesta Longitudinal de Primera Infancia (ELPI) nos muestra, entre los datos más relevantes, que uno de cada cuatro niños en Chile tiene dificultades en su desarrollo socioemocional temprano, esto al año y medio de vida.

Entonces, ¿qué está pasando con nuestros niños y niñas? Está pasando todo: la inmediatez, presencia

de tecnología, redes sociales, alimentación, políticas públicas, medio ambiente, actividad física, sistema educativo, estilos de crianza, y un sinfín de otros factores, con sus aspectos positivos y negativos.

Entonces, ¿qué puedo hacer como adulto? ¡Entender! Entender la importancia de que los padres, madres y cuidadores también aprendemos en el camino. Si entendemos que los aspectos vinculares, la ecología relacional que nos presenta Fundación América por la Infancia (FAI), podrían marcar la diferencia en el desarrollo de nuestros niños, estaríamos protegiendo su salud mental. Si buscamos ese equilibrio que a veces es tan difícil de conseguir: estar presentes, pero sin sobreproteger; no ser tan duros, pero no caer en permisividad/ausencia; evitar que cosas malas les pasen, pero no minimizar lo que sienten.

Quisiera citar a Haim Ginott, quien dice: "Los niños son como el cemento fresco; cualquier cosa que caiga sobre ellos deja una huella". Entonces yo, como adulto, debo reflexionar sobre la huella que quiero dejar para su vida. Aprendamos a conocer a nuestros niños, empaticemos, comprendamos más, queremos ofrecer buenos tratos, y a veces nos es difícil, nos cansamos, no siempre tenemos tiempo y energía para jugar. Pero para ser realista: aunque no siempre estaré involucrada/o activamente, en momentos debo estar disponible, responder a las necesidades.

Este Día del Niño regalemos vínculos seguros, sensibilidad; en este mundo lleno de ruido, regalemos calma, presencia, criemos niños con más corazón, para hacer de este un mundo mejor. ¡Feliz Día del Niño!