



## CIRCUNCISION

Desde hace años se discute sobre la circuncisión: que cuáles son las ventajas y las desventajas, que si conviene hacerla a todos los recién nacidos sin importar su religión, que si se pierde sensibilidad, que sería mejor hacerla de adulto para prevenir algunas enfermedades, que mejor dejemos todas las partes del cuerpo en su sitio...

### **Circuncisión Infantil (0 a 5 años):**

#### **Ventajas:**

Fácil de realizar (rápido, barato, convalecencia mínima).  
Puede dejar una cicatriz leve, pero en general queda con una apariencia limpia como si fuera "nacido sin prepucio".  
Permite al glande crecer permanentemente sin restricción. Esto le da al glande una atractiva apariencia de "globo lleno" u hongo al llegar a la pubertad.

#### **Desventajas:**

Más difícil de determinar la cantidad apropiada de piel a remover.  
[El niño no tiene alternativa de participar en la decisión.](#)

# NUTRICION INFANTIL



**La ablactación** es la incorporación lenta y paulatina de alimentos semi sólidos en la dieta del bebé, se realiza a partir del 6º mes de vida pero no significa eliminar la leche materna.

Estos **nuevos nutrientes aseguran un correcto desarrollo y buen estado de salud** en el niño de acuerdo a sus necesidades nutricionales.

Existen formas de preparar los alimentos y es **primordial que los niños aprendan a diferenciar los distintos sabores durante este período** por eso no hay que condimentar su comida, así lograrán reconocer los aromas y sabores de cada alimento.

#### **Reglas básicas a tener en cuenta a la hora de preparar la comida del bebé:**

- Elige alimentos frescos y de muy buena calidad.
- Todos los utensilios que se usarán para la preparación de la comida deben estar perfectamente limpios.

- Debes incorporar cada alimento lentamente, observa cómo tu bebé responde a cada comida y espera un par de días antes de darle otra distinta.
- **cocina** los alimentos con poca agua y no exageres en la cocción, para así poder conservar todos sus nutrientes.
- No agregues azúcar ni miel a las comidas de tu bebé durante el primer añito de vida.
- Procura que la temperatura de los alimentos sea templada.
- Sé paciente y suave a cuando le das la comida, no lo agobies ni fuerces, esto hará que su primera experiencia con la comida sea placentera.
- Higieniza la boca del bebé con una gasa o cepillo para bebés, después de cada comida y antes de dormirlo, esto evitará la aparición de **caries** a temprana edad.



Recuerden **que el hecho de que un bebé sea gordito no significa que goce de una buena salud**, el peso y la estatura de tu hijo deben estar siempre controlados por el pediatra.

No es aconsejable que lo sobrealimentes o que uses la comida como recompensa, si pasa esto es probable que el niño padezca trastornos alimenticios en un futuro. Establece horarios diarios de comida y así lograrás que tu hijo tenga una actitud sana y positiva al momento de comer.

## CONTROL DE ESFÍNTERES, ALGO MÁS QUE DEJAR LOS PAÑALES...



**Proceso de aprendizaje de los hábitos higiénicos relacionados con la micción y la defecación, que tiene lugar generalmente durante la infancia.**

**El control de la micción se realiza en torno a los tres años, y el de la defecación hacia los dos años y medio.**

**Si podemos pensar que el control de esfínteres es un proceso difícil, ambivalente, también sabremos entender que este cambio este lleno de idas y vueltas, y que puede resultar extraño en un comienzo. El bebé viene conociendo el mundo de determinada manera y de golpe se enfrenta con la necesidad de esperar, retener, hacer su pis y caca en un lugar especial, aceptar que hay normas que cumplir para poder ingresar al mundo de la cultura y ser aceptado.**

**Esto nos permitirá estar alertas y a la vez relajarnos para poder mirar y ayudar a nuestro hijo**

a que lo logre.

Mirar significa, mirarlo a él en particular, cómo está, qué hace, qué no hace, qué espero de él, cómo se siente, y a partir de allí seguramente habrá recursos para contenerlo, conociéndolo, aprendiendo con su aprender a tolerar los devenires de su aprendizaje de control.

Estas son algunas de las pautas para tener en cuenta que esperamos que sean útiles para poder acompañar un poquito más la complejidad de este "gran momento de crecimiento en la vida de nuestros chicos"

- **EL CONTROL DE ESFÍNTERES ES...**

- el resultado de un proceso que tiene idas y vueltas, no es lineal y admite, desprolijidades, como todo aprendizaje nuevo que intentamos.

- un paso de suma importancia en el desarrollo mental, emocional y social del niño.

- la primera vez en que el niño toma la decisión de no dejar libre curso a la satisfacción de sus necesidades.

- hacerse cargo de la incomodidad de la tensión que significa controlar

- asimilar la ley de los adultos para integrarse al mundo e ingresar a su cultura. O sea, aceptar que hay reglas básicas y conductas que como papá y mamá esperamos de él o ella..

- darse cuenta de sus necesidades, querer y ser capaz de controlar sus esfínteres hasta que encuentre el lugar conveniente e indicado.

- Un proceso que da la oportunidad de mirar al niño y a la niña y revisar el vínculo familiar hasta el momento.

- Crecer...

- **EL CONTROL DE ESFÍNTERES NO ES...**

- sólo mantener seco el pañal.

- una carrera contra el tiempo.

- el mero aprendizaje de un hábito mecánico.

- algo, que se logra solo por ser entrenado o educado.

- una actividad que se logra de una vez y para siempre

- conveniente elogiarlos demasiado si lo logran, ni enojarse ni reprobarlos ni humillarlos con gestos o palabras despectivas si no lo logran.

- poner expectativas desmedidas sobre ellos, ni compararlos con otros niños.

- una decisión exclusiva del adulto o del niño.

- **¿QUÉ NECESITA UN NIÑO PARA LOGRAR EL CONTROL DE ESFÍNTERES?**

Que sean respetadas sus iniciativas.

Confiar en sus capacidades.

Respetar los ritmos propios de desarrollo.

Sentirse "sostenidos" y "contenidos" por redes de seguridad afectiva con relaciones estables, continuas, cálidas.

- Acompañarlo en el desarrollo del sentimiento de eficacia y autoestima que lo alientan a:
  - la exploración de sus propias capacidades
  - la apropiación de las reglas de comportamiento y costumbres de la sociedad en la que se cría, se educa y crece.
  - la apropiación del sistema de valores de su familia y de su comunidad
  - ingresar al sistema de límites y prohibiciones.

Ser acompañados con empatía comprensiva en sus esfuerzos.

Respetar la iniciativa de asumir la responsabilidad que los posiciona cada vez más satisfactoriamente frente a lo esperado por los adultos

Tener conciencia de sí, utilizando el YO y el MIO.

Poseer lenguaje comunicacional. (poder ser entendido)

Tener noción de su esquema corporal básico. (brazos, piernas cabeza panza, cola, etc.)

Reconocer las nociones de arriba, abajo, adentro afuera, delante detrás.

Tener experiencias de primeras elecciones (ropa, juguetes)

Tener experiencia de algunas despedidas previas (chupete, mamadera, cuna con barrotes)

Poseer destrezas motrices que le permitan agacharse, girar, subir, bajar, saltar.

Tener habilidad para subirse y bajarse el pantalón, calzoncillo o bombacha solito o solita.

- **DIFERENTES ETAPAS QUE ATRAVIESAN LOS CHICOS EN SU PROCESO DE APRENDIZAJE DEL CONTROL DE ESFÍNTERES**

1. Hacen pis y caca en el pañal, sin mostrar ningún interés respecto al tema.
2. Avisan que se hicieron luego de que están sucios.
3. Avisan mientras están evacuando sus esfínteres.
4. Registran la necesidad fisiológica de hacer pis y caca y pueden avisar antes.
5. Tienen ganas, avisan y llegan al baño sin que se les escape. Pueden esperar.

- **ALGUNOS DATOS PARA TENER EN CUENTA**

Por lo general comienzan a controlar primero de día y luego de noche.

Por lo general se controla primero la orina y luego las heces.

Existe "el shock de la primera vez", entre la primera vez que deposita su pis y/o su caca en la nica o inodoro, y las siguientes, pueden pasar entre 1 semana ó varios meses.



Las nenas suelen lograr el control un tiempo antes que los varones.

El 90% de los niños controla esfínteres entre los 2 y 3 años sin necesidad de ser entrenados.

El control definitivo se da aproximadamente a los 6 años.

Ante cualquier situación especial es esperable que se den retrocesos.

Entre los pañales y la ropa interior existen bombachas y calzoncillos de aprendizaje que son útiles para favorecer este período de transición.



## ESTIMULACIÓN TEMPRANA

### ¿Qué es la estimulación temprana?

La estimulación temprana tiene por objetivo aprovechar esta capacidad de aprendizaje y adaptabilidad del cerebro en beneficio del bebé. Mediante diferentes ejercicios y juegos su intención es la de proporcionar una serie de estímulos repetitivos, de manera que se potencien aquellas funciones cerebrales que a la larga resultan de mayor interés. No sólo se trata de reforzar aspectos intelectuales, como su capacidad para la lectura o el cálculo matemático, sino que la estimulación temprana también contempla los aspectos físicos, sensoriales y sociales del desarrollo.

### ¿Cómo se lleva a cabo?

La estimulación temprana se basa en la repetición de lo que se viene a llamar unidades de información o *bits*. Al igual que todos los niños aprenden a hablar por si mismos (a base de oír diariamente los sonidos del lenguaje), su cerebro es capaz de adquirir toda otra serie de conocimientos mediante la repetición sistemática de estímulos o ejercicios simples. Con la repetición se consigue reforzar las áreas neuronales de interés. Por ejemplo, para que un bebé gatee es necesario que controle el llamado *patrón cruzado*, esto es, la capacidad de coordinar su mano derecha con su pie izquierdo (y viceversa) y así avanzar. Nuestro cerebro está dividido en dos hemisferios, izquierdo y derecho, cada uno de los cuales controla la parte opuesta del cuerpo. Pues bien, los ejercicios de gateo refuerzan el patrón cruzado y, por tanto, ayudan a mejorar la coordinación entre los dos lados de nuestro cuerpo.



### **¿Resulta efectiva?**

En la actualidad no existen estudios fiables que determinen si la estimulación temprana realmente resulta efectiva o no en el desarrollo neuronal de un bebé. El problema es que no es posible volver atrás y probar que hubiera pasado si se hubiera actuado de manera diferente. Lo que sí resulta irrefutable son los resultados obtenidos sobre animales sometidos a algún tipo de estimulación. A pesar de la limitada flexibilidad de sus cerebros, muchos investigadores han verificado un desarrollo neuronal superior de las áreas que fueron estimuladas de algún modo.

Desde luego, la decisión de poner en práctica un plan de estimulación temprana es absolutamente personal. Pero debes tener en cuenta que la maleabilidad del cerebro decrece rápidamente con la edad. Así, el máximo desarrollo neuronal coincide con la etapa que va desde el nacimiento hasta los tres años de edad, para luego decrecer y prácticamente extinguirse a la edad de seis años. A partir de ese momento, las interconexiones neuronales del cerebro ya están establecidas y los mecanismos de aprendizaje se asemejan a los de un adulto.

Es cierto que un programa de estimulación puede resultar pesado y rutinario para los padres, ya que exige una cierta dedicación diaria. Pero, a pesar de que algunos autores pueda dudar de su efectividad, el tiempo invertido con tus hijos siempre **resulta provechoso**.