

LAS METAS DEL DESARROLLO

HUMBERTO ORTIZ, M.D.¹

RESUMEN

Las metas del desarrollo incluyen, entre otras, autonomía, autoestima, creatividad, felicidad, solidaridad, salud y resiliencia. Las claves sencillas para anticiparse en el desarrollo de las metas, involucra, la clasificación del niño en diferentes etapas, que son: de 0 a 1 mes (recién nacido), de un mes a dos años (lactante), de dos años a seis años (preescolar) y de seis años a diez años (escolar), y ofrecer unas pautas anticipatorias muy puntuales de cada una de las metas del desarrollo en las diferentes etapas del niño. Si se aprovechan las etapas de la vida fortaleciendo las metas del desarrollo, las consecuencias positivas no se harán esperar y los niños lo agradecerán.

Palabras claves: Metas del desarrollo, Recién nacido, Lactante, Pre-escolar, Escolar

INTRODUCCIÓN

Cuando una pareja se da cuenta que van a tener un hijo quisieran saber todo acerca del niño y casi siempre los textos y la literatura médica los guía a través de una amplia información a situaciones reales, como: el niño va a sostener la cabeza entre dos y tres meses, posiblemente después de ocho meses este gateando o incluso caminando al año. Sin embargo, aun para obtener esas metas físicas necesitamos contar con unos elementos que involucran la estructura interna del individuo y que debemos fortalecer para acompañar a los niños en el largo camino del vivir. Estos elementos son las metas del desarrollo que son siete (figura 1)

METAS DEL DESARROLLO

Autonomía. Es lo que cada persona siente por sí misma.

Autoestima. Es ser creador de valores, le permite tomar decisiones con claridad de lo que se quiere hacer.

SUMMARY

Development goals include, among others, autonomy, self-esteem, creativity, happiness, solidarity, health and resilience. The simple key to anticipate the development of goals, involves the classification of children at different stages, which are: 0-1 months (newborn), from one month to two years (infant), from two years to six years (preschool) and six years to ten years (school), and offer anticipatory very specific guidelines for each of the goals of development in the different stages of the child. By capturing life stages strengthening development goals, positive consequences will not wait and the children will thank you.

Key words: Development goals, Newborn, Infant, Preschool, School

Creatividad. Es la capacidad de crear en lo personal, familiar y social.

Felicidad. Es la dicha, bienestar, fortuna y prosperidad.

Solidaridad. Es la fidelidad, es lo nuestro antes que lo mío.

Salud. Es el bienestar físico y emocional.

Resiliencia. Es responder a la adversidad.

A continuación, algunas claves sencillas para anticiparse en el desarrollo de las metas.

Lo primero es clasificar al niño en diferentes etapas, que son: de 0 a 1 mes (recién nacido), de un mes a dos años (lactante), de dos años a seis años (preescolar) y de seis años a diez años (escolar).

Lo segundo es dar unas pautas anticipatorias muy puntuales de cada una de las metas del desarrollo en las diferentes etapas del niño.

RECIÉN NACIDO

La autonomía se debe estimular a través de la alimentación y del sueño, hablarle continuamente de situaciones de la vida cotidiana y permitirle escuchar sonidos del medio ambiente, voces familiares y objetos sonoros. La autoestima se logra a través del afecto, que se expresa con abrazos caricias y arrullos, mostrar expresiones de cariño con palabras como te quiero, te

¹Pediatra. Profesor de consulta ambulatoria. Universidad del Valle. Cali, Colombia

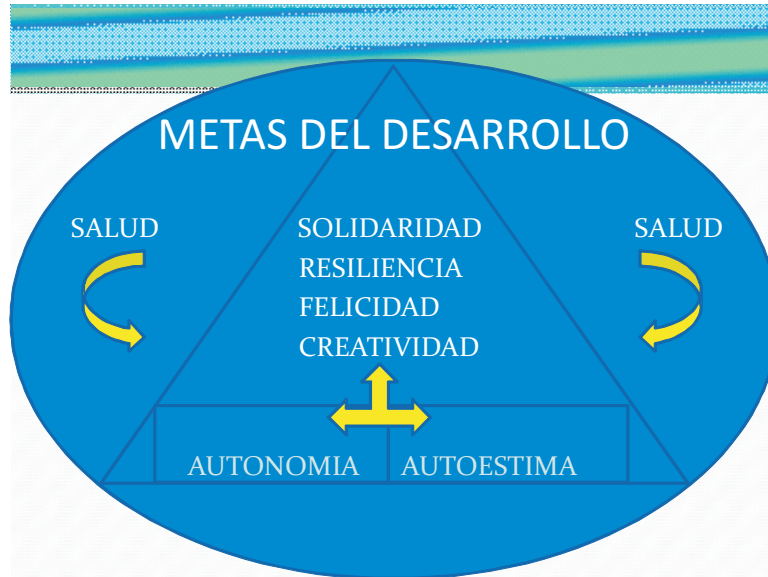


Figura 1. Metas del desarrollo. La autonomía y la autoestima son la base de este triángulo valioso

amo y tú vales mucho. Llamarlo por su nombre, darle la lactancia materna exclusiva e inmediata al nacer (la hora de oro). Palabras descalificantes nunca deben usarse (lo voy a regalar, es del vecino). Es importante ofrecerle retroalimentación a través de expresiones faciales gestos y miradas de amor. La creatividad se consigue haciendo reforzamiento de logros, amarlo sin condiciones y haciendo estimulación táctil, visual y auditiva. La solidaridad se estimula a través de un ambiente que le permita desarrollar su potencial. La felicidad se logra al satisfacer seguridad al cambiarlo, atender al llanto, pronta atención y presencia a eventualidades, ambiente adecuado y sano, y paz y tranquilidad en cada contacto piel a piel. La salud y resiliencia se desarrolla a través de un buen y completo control de embarazo, control del recién nacido, vacunación y lactancia materna exclusiva. En el control de embarazo es importante tener en cuenta cada una de las metas pues la espera se hace más corta y la felicidad más grande. El vínculo a través de la lactancia fortalece las metas del desarrollo en el recién nacido y ayuda a vencer en la adversidad

LACTANTE

La autonomía se estimula a través de la participación en tareas que ellos quieran realizar con supervisión constante, ayuda en el uso de la taza y cuchara en el momento adecuado (6 meses en adelante), sugiera no ordene, acompañe las peticiones con sonrisas o abrazos, no con críticas o amenazas, dormir en una cama solo

después de los cuatro meses, permítale explorar objetos con la boca que no lo lastimen o puedan provocar un accidente y estimule el juego. La autoestima se desarrolla a través del espejo, permitiéndole que se observe para mejorar su auto reconocimiento, identifique los miembros de la familia, contarle cuantos son, quienes son la familia. Ofrézcale expresiones de afecto a través de sonrisa, caricias, besos, alimentación natural con la lactancia; todo esto favorece el desarrollo del habla. El llanto debe ser entendido y atendido y evite sobreprotección. La creatividad se debe realizar a través de la estimulación táctil, visual y auditiva. Enseñarle la importancia del dar, realizar cambios en el lugar de la cuna en la alcoba, colores fuertes para los juguetes y juegos con movimientos corporales. La felicidad se logra permitiéndole el juego, cubrir necesidades nutricionales, ambiente adecuado y sano y necesidades de seguridad. La solidaridad se estimula con el afecto continuo. Hay que permitirle el juego para el desarrollo de habilidades, el lenguaje y el reconocimiento de sentimientos. Salud y resiliencia se desarrolla al brindar cariño incondicional, confianza, elogios y actividades independientes.

PREESCOLAR

La autonomía se va logrando con la flexibilidad, aprendiendo los ritmos naturales del niño, sus gustos y aversiones. Evite el castigo físico, este a menudo es ineficaz y puede ser más dañino, dele opciones y

oportunidades como por ejemplo: te gustaría bañarte ahora o después de leer; si tiene que interrumpir adviértalo “debemos irnos al parque pronto”. Convierta su hogar en un sitio seguro para el niño, con objetos de exploración segura; anime al niño a que cuente experiencias, motíVELO a dibujar libremente a trabajar con plastilina o macilla. La autoestima se logra al darle valor a los pensamientos y sentimientos que manifiestan los niños. Llámelo por su nombre y pídale que salude a los familiares con su nombre, no ridiculice ni lo compare con los hermanos, presente al niño las personas que lleguen a la casa, cuando el niño se equivoque no se ría de él, infórmele que va a hacer con él, como por ejemplo: te voy a cambiar porque estas mojado. La creatividad se obtiene a través de la estimulación. Con la construcción de una buena comunicación verbal, modelos no autoritarios, participación en actividades artísticas, dejar usar su imaginación, contacto con la naturaleza, convivencia social con tolerancia, experiencias, dibujar y explorar. La felicidad no llega, se construye. Esto a través de la actitud positiva de los padres ante el egocentrismo en los dos primeros años de vida y enseñando la importancia del dar y disfrutar. La solidaridad se motiva a través de la organización sociocultural. Permitiéndole el acceso a la mejor educación, salud y recreación. Controlando los instintos y no negociando las normas establecidas, organice actividades domesticas, lo mismo que los horarios de sueño y alimentación, generar orden y crearles hábitos. Es importante que aprenda a identificar con claridad las figuras masculinas y femeninas a través de su auto reconocimiento. Salud y resiliencia se estimula a través del amor incondicional, usando técnicas para calmarlo como respirar profundo y contar hasta diez, elogiar las acciones y conductas agradables lo que permite evitar la pataleta y estimular la independencia en algunas actividades con el menor intervencionismo del adulto.

ESCOLAR

La autonomía se desarrolla con la comunicación continua, resolución de problemas, evitando el castigo físico, sugerir no ordenar, estimular el cumplimiento de horarios y la participación y cooperación con los adultos. La autoestima se logra con la asignación de

tareas como por ejemplo, vigilante de loncheras, jefe de aseo, toma de decisiones y uso de anécdotas y conocimiento del pasado. Actividades escolares o del barrio para socializar en grupo, expresiones de afecto paternos en reconocimiento de los buenos actos. La creatividad estimula la imaginación, la capacidad crítica y la comprensión, la participación en actividades artísticas, la convivencia social y de los medios de comunicación computarizados. Para la felicidad se requiere un ambiente adecuado, con metas y proyectos que mantengan la libertad mental. Se necesita una actitud materna positiva tranquila y con tono de voz suave, contacto verbal (puedes te, amárrate bien los zapatos) y dar y disfrutar y no exigir para recibir. Solidaridad: en el juegos en quipo es importante evitar agresiones físicas, y conocer la autoridad de otras personas, hay que tener control de la agresividad, el egoísmo y no negociar normas preestablecidas. Organizar actividades domesticas con horarios establecidos para el sueño, la alimentación, utilizar en todas las actividades normas de cortesía (discúlpame, lo siento, por favor, gracias). Salud y resiliencia busca un afecto verbal y físico, a través de expresiones de sentimientos y estimulando la preocupación por los demás, modulando las conductas y técnicas para calmarse (respira profundo y cuenta hasta diez). Elogios por acciones como leer un libro, hacer tareas, traer buenas calificaciones, exposición gradual a situaciones de adversidad por medio de la conversación y lectura de cuentos.

En conclusión, si se aprovechan las etapas de la vida fortaleciendo las metas del desarrollo, las consecuencias positivas no se harán esperar y los niños lo agradecerán.

LECTURAS RECOMENDADAS

1. Beriran G, Noemí P, Romero Y. Resiliencia: ¿enemigo o aliado para el desarrollo humano? Santiago de Chile CIDE documentos, N9 1998
2. Gómez JF. Puericultura el arte de la crianza. Panamericana: Bogotá 2000
3. Papalia D. Desarrollo humano. Novena edición 2005
4. Salud integral para la infancia SIPI manual
5. www.comportamientoinfantil.com