

HOJA INFORMATIVA N°29

TABÚES Y TEMORES SOBRE EL DESTETE TARDÍO

Extraído de www.lalecheleague.org

Por Justin P. Call, MD

Este artículo apareció en "New Beginnings" Enero - Febrero 1988 y en "Nuevo Comienzo" Noviembre - Diciembre 1990. El autor es miembro del Consejo Médico de La Leche League, profesor y Jefe de la División de Psiquiatría del Adolescente y del Niño en el Colegio de Medicina de la Universidad de California, Irvine. Es especializado en pediatría, patología pediátrica e investigación, en neuro-psiquiatría infantil y psicoanálisis infantil. Es fundador de la Asociación Mundial de Psiquiatría Infantil y Disciplinas Afines y ha sido consultor del Instituto Nacional para la Salud Mental en Estados Unidos.

Conocer a los hijos es conocerse a sí misma.

Nuestros sentimientos iniciales como padres son el asombro, el orgullo, la aceptación y la plenitud. Al criar los hijos tenemos la segunda oportunidad de crecer, de transmitir nuestras experiencias pasadas y de preparar el camino a generaciones venideras. Estar atento y seguir las pautas que el bebé nos indica, no solo en relación con el destete, sino también sobre todos los aspectos de la crianza, es quizás la mejor forma de ver la paternidad.

De esta manera, no sólo estamos atentos a las necesidades del niño y a lo que lo puede afectar, sino que nosotros como padres estamos también aprendiendo a serlo, y el niño puede enseñarnos muchas cosas.

Hay muchos temores y miedos acerca del amamantamiento prolongado, sobre dejar que el bebé tome la iniciativa para destetarse, sobre compartir con el niño la cama familiar. Quiero comentar sobre muchas teorías "profesionales" que hoy en día son refutadas, gracias a las vivencias de muchas madres que amamantan por períodos largos. Gracias a ellas.

Considero que el término infancia es muy útil porque define no solo la edad del niño sino que se refiere a una condición en la madre. El estado infancia que significa "no hablar", impone al observador o a la persona que cuida al niño la capacidad de emocionarse con los sentimientos del bebé y de tomar parte en la infancia misma.

Durante el período prenatal la madre siente una gran preocupación sobre su propio cuerpo. Es el inicio de la preocupación que más tarde sentirá por el cuerpo de su bebé, un aspecto fundamental para el proceso de apego. Esto significa algo extremadamente importante: la capacidad de la madre de atender no solo el cuerpo de su bebé sino todas sus necesidades.

Todos los estudios sobre el comportamiento de los niños que hemos realizado en los últimos veinte años no significarían nada si no estuvieran relacionados con los sentimientos de las madres hacia sus bebés. Después del nacimiento la madre atraviesa por un período de gran sensibilidad durante el cual es supremamente vulnerable y puede seguir uno de dos caminos; el de la preocupación y apego por su bebé o el del desconocimiento y distanciamiento. El amamantamiento juega un papel muy importante en este período de aprendizaje.

Lo interesante es que el bebé está en capacidad de activar la respuesta en el estilo de crianza de su madre. El no es parte pasiva de este proceso, de hecho, se convierte en el arquitecto que construye los lazos que se convertirán en elementos tan importantes en su desarrollo.

La lactancia facilita el apego.

El intercambio entre la madre y el bebé es recíproco. La reciprocidad se vuelve entonces un distintivo de la relación madre-hijo, precisamente a raíz de la preocupación de la primera por el segundo. No es algo que existe solo en su imaginación. Esto, por supuesto, es especialmente válido para los niños amamantados; hay que recordar que la succión del bebé afecta el cuerpo de la madre. Investigaciones sugieren que polipéptidos (incluyendo endorfinas) son producidas por la madre que amamanta lo cual cambia su genio y receptividad y le produce un sosiego que facilita el amamantamiento. Estas son nuevas áreas para investigar en el campo de la biología y la psiquiatría. Ahora estamos comprendiendo los cambios hormonales que se presentan con la experiencia de la lactancia que facilitan el apego madre-hijo.

Es casi como si todo en la fase pre-lenguaje estuviera sentando las bases para el mutuo compartir. Y es que compartir tiene sus bases biológicas, el bebé nace para compartir su experiencia con su madre y ella a la vez, se dedica durante toda la vida

a compartir sus experiencias con un nuevo ser. Por supuesto, con el amamantamiento hay una base fisiológica para las circunstancias psicológicas de la infancia.

Se ha visto cómo los bebés amamantados no utilizan lenguaje expresivo o señales tan pronto como los bebés alimentados con biberón, pero sus habilidades de comprensión están a menudo mucho más avanzadas. Además que los niños alimentados con biberón, ellos aún miran a sus madres como parte de sí mismos.

También por este motivo tienden a despertarse más en la noche, lo cual no es necesariamente malo. Los bebés que comparten la cama con sus padres tienden a despertarse más a menudo pero por períodos más cortos y con menos traumatismos para la familia. En nuestra sociedad realmente no sabemos cómo son los patrones de sueño normales de la infancia.

Al crecer tendrán menos ansiedad y más dominio de sí mismos.

La idea generalizada de que debemos lograr la independencia del niño en los primeros dos o tres años, pensando incluso que deben ser ya independientes aún a los seis meses, sencillamente no es válida. Mary Ainsworth, una excelente investigadora de la infancia, ha reunido abundante literatura que muestra esto. Los bebés muy apegados y sociológicamente dependientes de sus madres al año o a los dos años de edad, no serán inútiles enredados en la relación madre-hijo cuando mayores. Ellos tienen menos ansiedad al entrar al colegio y más dominio de sí mismos a los cinco años.

Esta es una de las grandes incomprensiones y una de las grandes discusiones de nuestra sociedad actual. La tendencia de nuestra sociedad de intentar hacer independientes a los bebés demasiado pronto, probablemente propicia un número significativo de los problemas que sufre la sociedad actual. La pseudo-independencia lleva al falso yo y se presenta en los niños que no han tenido suficientes experiencias enriquecedoras y recíprocas con otros seres humanos para definir el propio yo.

Lo que pasa con el bebé a quien no se le permite ser dependiente y tener un largo período de crianza es que desarrolla un sentimiento de ser madre de sí mismo o ser padre de su padre. Impide que el niño desarrolle un verdadero yo, un sentimiento de ser "él mismo", de ser una verdadera persona. Este verdadero yo se define mediante la respuesta del mundo exterior, la capacidad de lograr que algo suceda en ese mundo, de ser hasta cierto punto omnipotente, la ilusión de ser dueño del mundo y quien manda en él. De esta forma, obtener respuesta de la madre es un aspecto muy importante de ese sentimiento de ser persona.

Amamantar es interactuar con el bebé.

Por otra parte, la actitud de pseudo-independencia da a la persona la sensación de estar separada de su verdadero yo. Muchas de las personas que crecen con esta independencia defensiva son, en lo profundo de sus mentes, según se ha podido descubrir por el psicoanálisis, exactamente lo opuesto de lo que demuestran: muy dependientes, inútiles, ansiosos, descontentos con lo que son y no se conocen a sí mismos.

El amamantamiento prolongado tiene aplicaciones muy interesantes en la búsqueda de la seguridad interior. En el transcurso de la lactancia el significado del seno para el bebé experimenta cambios. En la primera instancia, es un sitio donde prenderse satisfaciendo así el reflejo de afianzarse succionar; es algo que hace que la boca se mueva. Después, es algo que permite saciar el hambre del bebé. Posteriormente es la mamá tras el seno, su cara, su voz y la interacción recíproca con su bebé, todo ello consolidado alrededor del amamantamiento.

Cualquier pediatra puede decir que el destete después de los ocho meses es "más difícil" que el destete antes de esta edad. La razón esto es que después de esa edad el pecho empieza a tener una importancia más significativa para el niño como un objeto que sosiega y calma, lo cual no es malo. De hecho, es muy conveniente porque el amamantamiento continúa enriqueciendo el proceso de apego y hace la experiencia de la dependencia más significativa. Y de esta dependencia el niño va emergiendo gradualmente con un sentido de independencia más grande.

De manera que lo que sucede con el amamantamiento prolongado es que se convierte en un objetivo transicional como puede ser el muñeco de felpa, la almohadita o el trapito. Muchas mamás pueden desconcertarse con esta situación, pero lo cierto es que muchas otras se sienten a gusto y de hecho participan activamente de esta situación. En cierto modo, ellas saben intuitivamente que hay algo importante ahí que necesita ser desarrollado y preservado antes que rápidamente terminado.

La lactancia es una experiencia que crece y cambia.

Creo que la razón por la que la Liga de la Leche ha adoptado el concepto de permitir al bebé poner la pauta para el destete es un conocimiento intuitivo del hecho de que esta experiencia tiene que crecer y cambiar, y no terminar en destrucción. Su evolución involucra un proceso de mutuo crecimiento, de pertenencia, de creación, de concesiones, de dejar ir y de

innumerables cambios antes que la transición final del destete ocurra. Ambos, madre y bebé, como resultado de la experiencia de la lactancia, tiene un potencial creativo que puede aflorar de muchas maneras en situaciones remotamente similares.

El destete gradual y lento es el ideal.

Otra idea común en nuestra sociedad acerca de la lactancia prolongada es que los niños pueden volverse afeminados, volverse "el niño de mamá" y que tendrán problemas con su identidad sexual. Por supuesto que algunos niños pueden presentar estos problemas, pero no son los que han tenido una crianza adecuada y además la oportunidad de crear esa experiencia psicológica tan especial de la que he venido hablando. Los niños que presentan estos problemas son los que han sido limitados en forma inusual y severa por los padres. No es algo que esté relacionado con el amamantamiento; está relacionado con todas las otras cosas que están involucradas en la interacción madre-hijo. Puede haber problemas cuando el hijo hombre es visto por la madre como "una extensión de ella" más que como un pequeño que está aprendiendo a ser hombre y descubriendo cómo ser hombre.

Otra idea generalizada en la actualidad es que el niño no será capaz de destetarse solo, sino que por el contrario querrá seguir prendido al seno de la madre para siempre. Este es un planteamiento cierto y falso a la vez. Por supuesto que los niños siguen prendidos al seno de la madre, en forma imaginaria; pero antes de que el niño pueda establecer el sentimiento de constancia de su propio pensamiento, su mente tiene que madurar para que pueda representar esa experiencia por fuera de la experiencia actual.

Es por eso que el destete gradual y lento, usando la intuición como guía antes que las instrucciones de otras madres, ya que no hay dos madres iguales ni dos bebés iguales, es preferible al destete artificialmente impuesto. Un destete arbitrariamente organizado puede interferir con el sentimiento del niño de ser una persona y de ser capaz de usar su propio discernimiento separadamente y en forma diferente a los demás.

<http://www.dardemamar.netfirms.com/tabuestete.htm>

<http://groups.msn.com/lactanciamaternaprolongada>