




Tirada: <b>100.501</b>		Superficie: <b>733,00 cm<sup>2</sup></b>	
Difusión: <b>85.625</b>			
(O.J.D)	Pais Vasco	Diaria	
Audiencia: <b>299.687</b>	General	Valor: <b>2.556,30</b>	
(E.G.M)	1ª Edición	07/07/2009	Página: <b>62</b>
Ref: <b>2633415</b>			1 / 1

# Los bebés también se estresan

Dolencias comunes, como **cólicos** y **otitis**, o la **ausencia prolongada de los padres** les pueden provocar **ansiedad**

M. JOSÉ CARRERO BILBAO

Un bebé que permanece quieto en la cuna, pero pendiente de todo lo que pasa a su alrededor, puede no ser un niño tranquilo y espabilado como piensa su familia, sino estresado. Suena raro, pero los bebés también se estresan. Lo dice el profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense Francisco Miguel Tobal, quien investiga el fenómeno de la angustia en los más pequeños.

El estudio, financiado por el Forum Almirón de la Inmunonutrición, fue presentado hace unos días en Bilbao. El informe pone de manifiesto que entre el 9% y el 21% de la población infantil sufre de estrés. Cuantificar su incidencia en los bebés no es tan sencillo, debido a la dificultad para reconocer los síntomas en niños tan pequeños. De ahí la importancia que tiene la investigación para poder detectar a tiempo un problema cuyos efectos pueden arrastrarse toda la vida. Y es que, entre otras consecuencias negativas, los episodios de ansiedad en los primeros meses de existencia «alteran la capacidad de memoria y, en consecuencia, generan dificultades en el aprendizaje».

¿Cuáles son los síntomas de un bebé estresado? «El primero –detalla el profesor– es el llanto angustioso o lloros de forma habitual sin razones aparentes porque

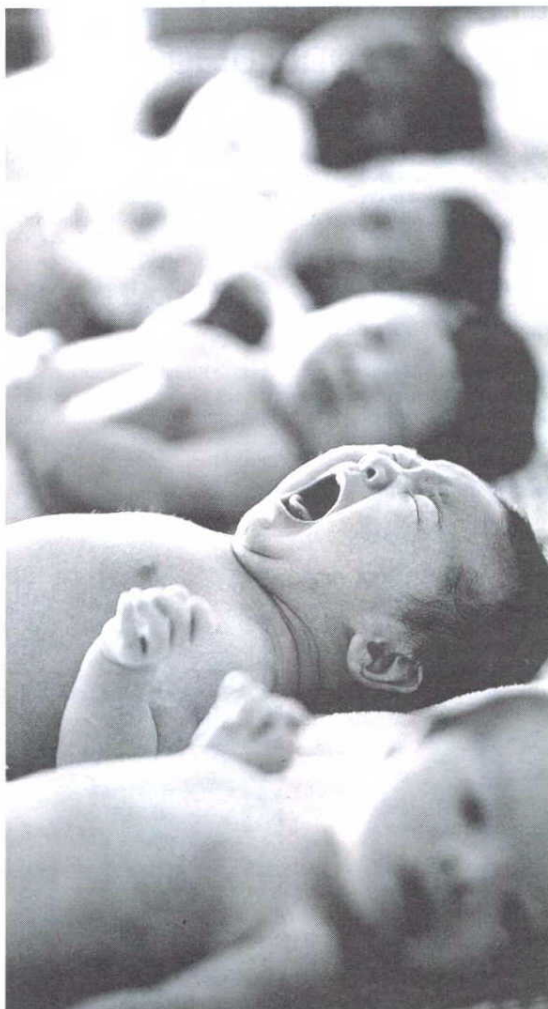
el niño ha comido, está limpio, no tiene sueño y se le ha cogido para abrazarle y darle seguridad».

## Alimentación

Los cambios importantes en la alimentación también deben tenerse en cuenta, así como en la rutina del sueño. «Un bebé que deja de comer o que come a todas horas, que se despierta continuamente o que no duerme puede padecer estrés», añade Miguel Tobal.

La quietud prolongada es también una señal del malestar anímico del pequeño. «El niño que no se mueve, que no juega con las cosas que se le ponen en la cuna y que está pendiente de todo lo que pasa a su alrededor es un crío que está en estado de vigilancia porque no confía en su entorno». Si, además, padece enfermedades alérgicas, como dermatitis o infecciones víricas y bacteriales, el cuadro de estrés está claro.

Entre las causas que generan ansiedad al bebé, además de las ambientales relacionadas con las malas relaciones familiares, figuran enfermedades tan comunes como los cólicos del lactante o las otitis de repetición. «No se entiende que no se encuentre solución para estas dolencias que tanto sufrimiento generan a los pequeños», dice Tobal. La ausencia prolongada de los padres también pueden provocar que haya niños al borde de un ataque de nervios.



**BEBÉS**, en la sala de recién nacidos de un hospital. / EL CORREO

## Las bondades de la lactancia materna

M. J. C. BILBAO

Los beneficios de la lactancia materna para reforzar el sistema inmunológico son de sobra conocidos. A las múltiples ventajas de esta alimentación natural, los expertos añaden de un tiempo a esta parte una más: los bebés amamantados son mucho más resistentes al estrés.

La explicación es obvia. Además de las propiedades de la leche materna como «uno de los mejores inmunorreguladores» que existen, el contacto tan estrecho entre madre e hijo favorece que los niños sufran menos ansiedad. Los especialistas llegan a decir que «una buena relación entre padres e hijos comienza a través de la lactancia y sus beneficios se mostrarán a lo largo de toda la vida».

Para prevenir el estrés del recién nacido es fundamental también que se críe en un ambiente familiar relajado. Por ello, en caso de producirse una discusión, lo mejor es que el niño no esté presente y, si lo está, no se debe elevar el tono de voz. Y es que, según los especialistas, la afectividad entre los padres y las expresiones de amor hacia el bebé inciden de manera sustancial en la capacidad que tendrá el pequeño para afrontar la vida.