

LA IMPORTANCIA DE LA RELACIÓN ENTRE NIÑOS Y ADULTOS



¿QUÉ ES EL APEGO?

El apego se refiere a un vínculo de relación entre un niño y su cuidador principal. Este vínculo se forma en los primeros años y tiene un impacto a largo plazo en el sentido de identidad, el desarrollo, el crecimiento y las relaciones futuras del niño.

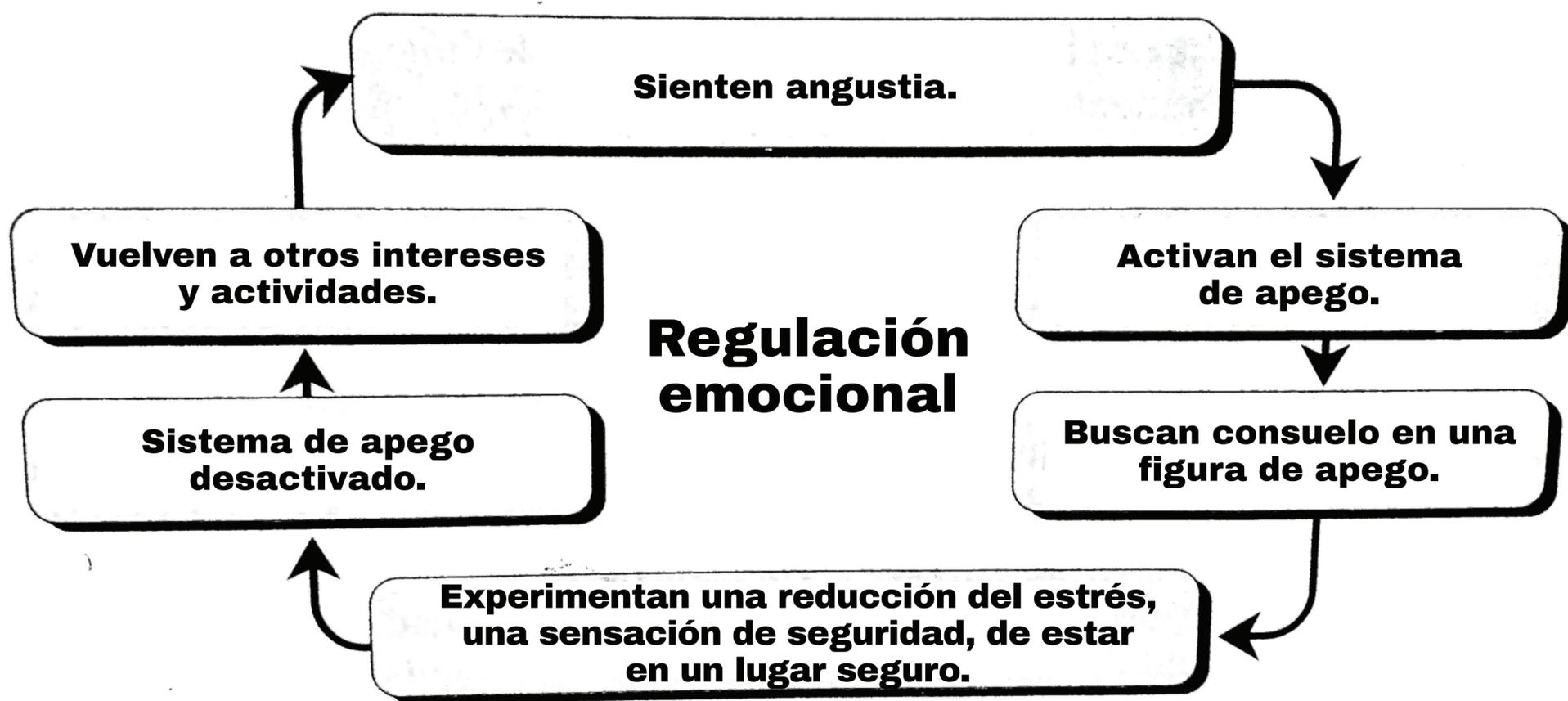
APEGO SALUDABLE

- Los cuidadores responden ante eventos estresantes y apoyan la independencia del niño y la necesidad de conexión.
- Los niños con un apego saludable tienden a ser más curiosos en presencia del cuidador, y es más probable que busquen contacto durante un reencuentro.
- El apego saludable se asocia con resultados positivos, que incluyen mejores relaciones sociales con sus pares, una autoestima más elevada y mejores destrezas de atención.

NECESIDAD DE CONEXIÓN

- Los bebés buscan naturalmente el apego con su cuidador. Buscan la seguridad en los padres, especialmente durante eventos estresantes.
- Los bebés suelen llorar y buscar a su cuidador cuando se encuentran en lugares desconocidos, solos, enfermos o lastimados, o con personas nuevas.
- Es importante que los cuidadores respondan y consuelen al bebé durante momentos angustiantes para crear una sensación de seguridad.

CICLO DE APEGO



El gráfico anterior muestra la manera en que los cuidadores pueden crear un apego saludable con su niño. Por ejemplo, si un extraño entra en la habitación, se puede activar el sistema de apego del niño, y este buscará consuelo en su cuidador principal. Cuando se logra consolar al niño, este siente seguridad y puede desactivar el sistema de apego. A partir de ese momento, puede volver a sus actividades y a explorar.

Si quiere acceder a más información, comuníquese con el programa Consulta sobre la Salud Mental en la Primera Infancia de Denver Health:

ecmchc@dhha.org

