



General | | Actualitzat el 20/10/2020 a les 07:23

No, no t'està prenent el pèl. Et necessita

La psicòloga Paola Roig ens desmonta tòpics i explica per què les criatures quan ploren per reclamar braços, per què quan els deixes a un llit es desperten de cop i volta i per què els bebès no ens prenen el pèl

[inicicentrareport] Passa sovint que quan tenim criatures, de cop, tothom té opinió sobre el que fem. O sobre el que fa el nostre nadó. Sobre si va poc abrigat, o massa. Sobre si hauria de prendre un biberó, o potser li hauríem de tornar a donar teta. Tot és qüestionable. I nosaltres, que som noves en això, no podem evitar fer-nos la gran pregunta. La que ens acompanya durant gairebé tot aquest camí que és la mapaternitat: ho estaré fent bé? Ja s'ha plantat la llavor d'un dubte, i de seguida, comencem també a qüestionar-nos a nosaltres mateixes.

Un dels temes preferits dels opinadors són els braços. I el tòpic recurrent és "No veus que et pren el pèl? Només vol que l'agafis". És recurrent que se'ls presuposi maldat als nadons. Com si vinguessin aquí a molestar. A prendre'ns el pèl. A enganyar-nos. Desconec d'on ve aquesta concepció, però crec que ja és hora d'anar-la desmuntant. Perquè sí, només vol que l'agafis. Però no t'està prenent el pèl. T'està dient el que necessita per sobreviure. I avui t'ho explico en tres punts bàsics:

[GotaVerdaPle] **Exterogestació:** Com moltes de vosaltres sabreu els nadons humans neixen molt més immadurs que la resta de mamífers. Això és a causa de la mida del nostre crani a la posició de la pelvis, arran de la bipedestació. La gestació humana hauria de durar gairebé el doble, però si fos així seria impossible que el crani pogués cabre per la pelvis. Així que l'evolució va trobar una solució fàcil: que nasquem abans de temps. Quan encara ens falten molts mesos per arribar a la maduració que tenen altres mamífers al néixer. Això és molt fàcil de veure quan observem el naixement de, per exemple, un cérvol. El petit animal al cap de poca estona de néixer ja està intentant posar-se dempeus per fer les seves primeres passes. Per arribar a aquest punt d'autonomia, el bebè humà necessita, entre nou mesos i un any, que és el que coneixem com a període d'exterogestació. El mecanisme que els humans hem trobat per acabar aquesta gestació fora de l'úter. Seria semblant al que fan els cangurs amb les seves cries dins de la bossa. El que espera trobar un bebè quan neix és que les condicions que tenia dins de l'úter puguin ser recreades el màxim possible. Espera poder-se sentir tranquil, reconfortat, sostingut i nodrit (emocionalment i físicament) mentre el seu cervell se segueix desenvolupant i mentre van fent el camí cap a l'autonomia.

[GotaVerdaPle] **Supervivència:** Per a nosaltres, quan deixem el nadó al seu bressol o al cotxet, és bastant obvi que està segur. Moltes de nosaltres vivim en cases confortables i calentes, tenim menjar i aigua a l'abast. Ens sentim segures. Però el nadó que arriba a aquest món no ho té tan clar. Resulta que el nadó que neix al segle XXI no és tan diferent biològicament del nadó que naixia a la prehistòria.

Ambdós necessiten la presència d'un adult per sobreviure. Un bebè que no està protegit per un adult, és un bebè en risc de mort. Imaginem-nos per un moment una mare a la prehistòria. Deixa el bebè a terra i s'allunya a recol·lectar unes fruites. Si el nadó triga molt a plorar, pot ser que s'allunyi tant que després ja no el pugui trobar. I a més, un nadó que està molt de temps sol, pot ser presa fàcil de qualsevol depredador. Així que sí, els nadons tenen un sistema d'alarma per avisar-nos que no es troben segurs: el plor. Segur que algun cop ho has viscut.

El teu bebè dorm plàcidament als teus braços, i tu decideixes, molt convençuda, posar-lo al bressol



o al cotxet, per aprofitar aquell moment per a tu, i llavors tal com el deixes amb tota la delicadesa del món, es posa a plorar. És el seu sistema de supervivència. Sap que quan perd el contacte amb els cuidadors pot estar en perill, així que plora, la seva única via de comunicació, per fer-nos saber el que necessita. El nostre contacte . És igual que tingui un bressol preciós, amb un matalàs millor que el teu, si el bebé perd el contacte amb el seu cuidador plorarà. Reclamant atenció i assegurant-se així que la seva mare és a prop. Que el teu nadó us reclami és sa i adaptatiu, és el que necessita per sobreviure.

[GotaVerdaPle] **El cos matern.** Com hem vist, el que el nadó espera trobar quan neix és el cos matern. Aquest cos que ha escoltat, que ha sentit i que és l'únic que ha conegut durant més o menys quaranta setmanes. Al sortir, el que més el pot calmar i reconfortar és aquesta sensació coneguda. Sobre el cos de la mare els nadons regulen la seva temperatura, tenen bons índexs de glucosa en sang, fan cicles de son complets, al olorar el calostre estimulen el reflexe de succió i el desenvolupament cerebral que això comporta. El cos matern és el medi del bebé.

Està perfectament preparat perquè aquest tingui cobertes totes les seves necessitats. És per això que el reclamen. No hi cap invent que pugui millorar això. Els hi dona escalfor, aliment, confort i seguretat. Així, durant els primers dies, el millor que podem fer és tenir els nadons pell amb pell, facilitant així totes aquestes condicions de les que hem estat parlant. Poc a poc, passats els dies o les setmanes, anireu notant que el nadó, ja sabent que està a segur, també us voldrà mirar. I voldrà explorar l'entorn. I per això tenim els braços, on el bebé pot observar l'entorn, mentre segueix sentint-se protegit i segur. Els nostres braços són el primer port segur des del qual el nadó pot observar el món, i començar a coneixe'l.

En conclusió, el que avui et vull dir amb tot això que ho estàs fent bé. El teu bebé està fent el seu camí. Escolta't. Escolta'l. I posa-t'ho fàcil. Els nadons no ens prenen el pèl, ens diuen el que necessiten. I nosaltres només hem de estar suficientment a prop per escoltar-los. [ficentrareport]