

# IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA PARA EL FORTALECIMIENTO DEL VÍNCULO AFECTIVO.

---



Esta cartilla fue elaborada como producto final del proyecto de grado denominado “Fortalecimiento del vínculo afectivo y corresponsabilidad en padres, madres y cuidadores del nivel de sala materna y caminadores del Jardín Infantil la Paz de la Secretaria Distrital de Integración Social”, como alternativa de Servicio Social Comunitario.

Estudiantes

González Rincón Juliana

Gross Parra Katherine

Pulido López Jennifer

Facultad de Psicología

Universidad Católica de Colombia.



# ¿Qué es el vínculo afectivo?

El vínculo afectivo es una de las bases fundamentales del desarrollo emocional de niñas y niños. Los sentimientos son el medio a través del cual las personas configuran la personalidad y nos disponen a toda relación; en estos se construyen lazos, uniones de cariño, comprensión, tolerancia, aceptación, apoyo y comunicación, que se dan principalmente entre las relaciones que se establecen entre los padres, los hijos y en toda la familia.

El vínculo afectivo entre padre/madre e hijo se establece principalmente durante el primer año de vida; sin embargo, continúa desarrollándose durante todos los años.

*“La construcción de las primeras relaciones afectivas es probablemente una de los más trascendentes en el proceso de humanización”.*



(Oliveros, L. 2004).

# Fortalecimiento del vínculo afectivo.

Tú puedes fortalecer el vínculo afectivo a través de diferentes manifestaciones, por pequeñas que parezcan, como:

Hablarle y cantarle, con cariño.

Brindarle los cuidados que necesita, como darle de comer, vestirle, y bañarle, con alegría.

Acariciar, consolar, arrullar, dormir, jugar, con amor.

Aprender a reconocer las señales con las que se comunica como sonrisas, y sobretodo diferenciar los tipos de llanto (hambre, dolor, sed, incomodidad, consentimiento).

Todo esto le dará a tu bebé la seguridad y entereza que necesita para establecer buenas relaciones con las demás personas durante toda su vida. También le ayudará a desarrollar la suficiente confianza en sí mismo(a) para llegar a ser una persona competente e independiente.

El vínculo afectivo también incide en el desarrollo mental del bebé, lo cual influirá la forma en que piense, aprenda, sienta y se comporte durante toda su vida.

(Oliveros, L. 2004).

# Papel del Padre y la Madre.

Estas son algunas de las actividades que puedes realizar con tu hijo para fortalecer el vínculo afectivo.

Carga a tu bebé con un portabebés (canguro).

Acuéstate con tu recién nacido sobre el pecho. Los latidos de tu corazón le ayudarán a desarrollar su confianza.

Báñate en la tina con tu bebé. El contacto físico es importante.

Responde de manera afectuosa a sus necesidades, sonríele, juega con él, estimúlalo con masajes.

Si tu trabajo te mantiene fuera de casa por largos períodos de tiempo, asegúrate de pasar tiempo de calidad con tu bebé.

Considera pasar tiempo con tu bebé y adquirir la confianza para cuidarlo tú solo.

Cúidalo en todo momento, pero sobre todo, hazlo sentir bien por sus esfuerzos.

Dale tu apoyo a la madre mientras está lactando porque la leche materna es ideal para el bebé.

# Importancia de la lactancia materna

El amamantamiento fortalece una relación especial entre la madre y su bebé.

La lactancia, a nivel biológico, ayuda a lograr el desarrollo del recién nacido a través de proteínas y anticuerpos que lleva la leche e inmunizan al bebé.

El amamantamiento satisface amor, sustento, protección, confianza y vínculo.

La leche materna es muy importante en los primeros meses de vida, fundamental y vital para el recién nacido.

A nivel emocional, el calor del cuerpo de la madre brinda seguridad y apego al bebé.

# Importancia de la lactancia materna



Beneficios a nivel psicológico como:

Favorecer el vínculo afectivo entre la madre hijas- hijos.  
Existe menor incidencia de depresión posparto porque la lactancia produce una mayor sensación de bienestar en la madre y mejora su proceso emocional.

Los bebés que toman pecho desarrollan una personalidad segura e independiente.

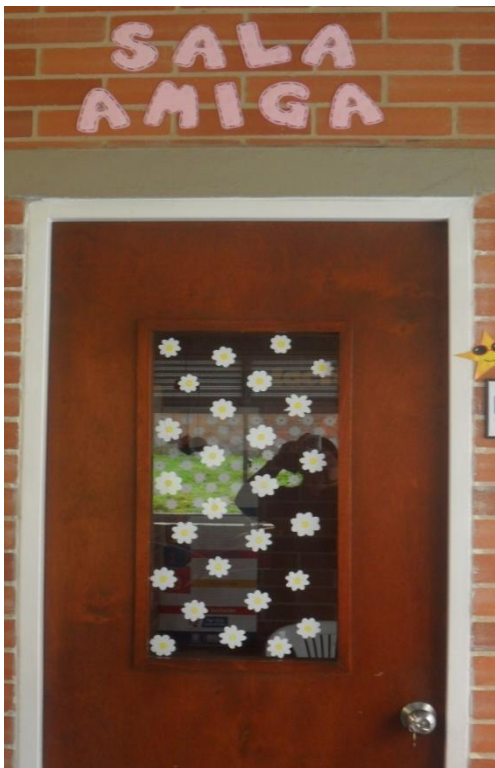
La lactancia permite tranquilizar y dar consuelo al bebé, en cualquier momento.

(Hogg, T. 2001)

# Sala Amiga de la familia lactante.



Las Salas Amigas de la Familia Lactante en el entorno de jardines infantiles, son espacios cálidos y amables, que ofrecen las condiciones adecuadas para la extracción y conservación de la leche materna bajo normas técnicas de seguridad, para luego disponer de ella para alimentar al bebé en ausencia temporal de la madre. También vinculan a los padres, familia en procesos de formación que buscan lograr cambios socioafectivos, emocionales que inciden en los conocimientos y prácticas de lactancia materna, la alimentación en la primera infancia y el desarrollo infantil.





# Sala Amiga de la familia lactante

- Actualmente el Jardín Infantil La Paz, cuenta con una sala amiga, en donde puedes ingresar cuando desees y aportar a tu bebé no solo la parte nutricional si no cariño, amor y fortalecer los vínculos afectivos, encontrando también personas amigas, que cuidan de la familia. (Stern, A. 2010).



# Familias participantes



# Referencias

- Hogg, T. (2001). *El secreto de tener bebés tranquilos y felices*. Barcelona. RBA Libros.
- Oliveros, L. (2004). *El vínculo afectivo como opción de vida en la convivencia familiar*. Ibagué - Colombia: Pontífice Universidad Javeriana.
- Stern, A. (2010). *¿Una mujer, nuestra madre, es el primer ser con quien entramos en contacto?* Gobierno de Argentina. Buenos Aires - Argentina

# Agradecimientos.

Al Jardín Infantil La Paz, las profesoras de sala materna y caminadoras que contribuyeron al desarrollo del proyecto, los papás que participaron en la propuesta y los niños, que inspiraron este trabajo.



Si deseas adquirir esta cartilla vía email, escríbenos a:

[kathe.gross92@gmail.com](mailto:kathe.gross92@gmail.com); [alje1912@gmail.com](mailto:alje1912@gmail.com);

[julianagon0701@gmail.com](mailto:julianagon0701@gmail.com).