

# Ha nacido nuestro primer hijo ¿Qué hacemos ahora?

*Tras la apariencia de un ser esencialmente pasivo, el recién nacido esconde una increíble capacidad para comunicarse con su entorno. El recién nacido ve, oye, siente, distingue sabores y olores, a la vez que es capaz de manifestar variadas reacciones ante diversos estímulos.*

**Dra. María Luisa de Cáceres**  
Doctora en Psicología

## Recién nacidos padres

El nacimiento del primer hijo es una de las experiencias más intensas que se pueden vivir. Enfrentarse a un ser desconocido y enigmático, el primer hijo, es una experiencia que se prolonga durante años en los que se mezclan los aciertos y los errores, años de forzada improvisación en los que los consejos de otros pueden resultar tanto útiles como perjudiciales, porque lo que es bueno para los hijos de otros puede no serlo para el hijo propio.

El primer hijo recién nacido convierte a la pareja en recién nacidos padres. Con una mezcla de prudencia y audacia, los recién nacidos padres aprenden a combinar conocimientos y sentido común, discerniendo qué consejos son adecuados y cuáles no. Siempre nos resulta tranquilizador pensar que todos los padres han pasado por las mismas dificultades y sin embargo la humanidad sigue adelante.

De hecho, la naturaleza ha desarrollado sus propios recursos para resolver esta difícil situación creando la figura de la abuela, experta en estas lides. Además de la abuela, los padres cuentan con la figura del pediatra, que suele escuchar con atención sus preguntas, algunas de ellas aparentemente banales pero que en realidad son muy importantes.

La simple observación del hijo recién nacido resulta sorprendente, estimulante y enriquecedora. Es un ser lleno de sorpresas con el que podemos (y debemos) comunicarnos ya desde el mismo momento del nacimiento.



## ¿Qué puede hacer un recién nacido?

Al ver a nuestro primer hijo, todos nos hemos preguntado: ¿puede ver mi cara? ¿oye y reconoce mi voz? ¿siente el frío y el calor como yo?

Efectivamente, el recién nacido ve, oye, siente frío o calor e incluso tiene olfato. Basta dedicar más tiempo a

la simple observación para descubrir una amplia variedad de reacciones, diferentes en cada recién nacido, ante voces, luces, sonidos, caricias, etc. Y no todos responden de igual manera: cada uno lo hace según su forma de ser.

Su ojo, aún en formación, es suficientemente maduro: el recién nacido ve. Pero ni sabe controlar el movimiento de sus ojos a voluntad, ni la claridad de su visión es completa. Sin embargo, en ambas capacidades madura rápidamente durante los primeros meses de vida y pronto es capaz de fijarse más en unas cosas que en otras: de hecho la cara humana atrae mucho su atención (los padres notan cómo su hijo les mira) y pueden captar las diferentes expresiones faciales.

Su oído funciona desde la semana 24 del embarazo, mucho antes del nacimiento. Al igual que sucede con la visión, podemos afirmar que el recién nacido oye, aunque resulta difícil determinar qué intensidad de sonido puede percibir.

Incluso tiene su olfato, como lo evidencian pruebas en las que se les observa una marcada orientación hacia prendas usadas por la propia madre frente a las usadas por otra persona, cuando unas y otras se colocan cerca de él. No es de extrañar que esto sea así, ya que es lo que ocurre de forma habitual, aunque en un grado más desarrollado, en otros mamíferos cuya supervivencia depende de su capacidad para identificar, por el olfato, las ubres de la propia madre. Igualmente, el sentido del gusto está ya presente al nacer: los neonatos son capaces de detectar cantidades mínimas de sal y mostrar su preferencia por determinados sabores.

Es evidente que el recién nacido percibe mucho más de lo que imaginamos y que es capaz de comunicar sus reacciones. Su forma de comunicarse no es convencional, por lo que se requiere una cierta habilidad para

entender sus señales, habilidad que se adquiere simplemente observándole durante amplios espacios de tiempo y estudiando la rica variedad de sus respuestas a la voz y otros estímulos de los padres.

### Preguntas de fácil respuesta

Así, el tiempo dedicado a la tranquila observación del recién nacido es en realidad el comienzo de una rica comunicación entre padres e hijos que, además, permite encontrar la respuesta a preguntas cuya respuesta es sencilla: los estornudos del recién nacido no indican que esté resfriado, puesto que todos los recién nacidos estornudan con variable frecuencia; el temblor de la barbilla es normal y a muchos recién nacidos normales les tiembla la barbilla al llorar sin que eso deba hacer pensar a los padres que su hijo tiene frío; el hipo después de mamar también es normal y además es muy frecuente que lo tengan durante prolongados periodos; las manos o los pies fríos no indican que el recién nacido necesite más abrigo, siempre y cuando el resto de su cuerpo (tronco y cabeza) está cálido.

Otras situaciones originan una mayor preocupación: ¿por qué a veces está tan inquieto y llora sin causa aparente? Este llanto e inquietud que muestran los lactantes durante los tres primeros meses de la vida son bien conocidos y se llaman «cólicos del primer trimestre»; como suelen tener lugar al atardecer, los anglosajones han preferido denominarlos «cólicos del atardecer» (*evening colic*).

Por muy banales que parezcan todas estas preguntas a ojos de los veteranos, es imperativo que los padres noveles aclaren sus ideas y no muestren reparo en preguntar a la persona que más confianza les ofrezca. Se encontrarán con la simpatía del pediatra que también un día fue madre o padre por vez primera. Son preguntas que nunca se plantean con el segundo hijo, pero sí con el primogénito, y necesitan respuestas prácticas. Lo cierto es que no hay recetas únicas y las respuestas válidas y verdaderas son muchas y muy variadas. Las cosas se pueden hacer muy bien de muy diferentes maneras. Una abuela sensata, un pediatra amigo y el sentido común que emana de la madre naturaleza son los mejores aliados de los recién nacidos padres. ✉

¿Quiere comentarnos algo sobre lo que ha leído?  
No dude en ponerse en contacto con nosotros al correo electrónico: [infopadres@edicionesmayo.es](mailto:infopadres@edicionesmayo.es)

