

**Un fill és una esperança per a la humanitat, un projecte original que arriba en un moment concret de la vida dels pares. Una llavor que cal regar i fer créixer amb amor, respecte i sentit comú.**

En paraules de David Chamberlain el nadó és un gran comunicador. Neix dotat de sensibilitat i d'habilitats comunicatives (somriure, balbuceig, plor, expressions facials, moviments corporals, etc.) capaces de seduir-te. El seu plor és una expressió de malestar, de la mateixa manera que ho és en un adult. El plor d'una persona adulta ens torba, el plor d'un nadó ens commou. Atendre la demanda que expressa amb el seu plor, sense jutjar-lo, és la millor manera de mostrar-li la nostra acceptació i d'ajudar-lo a créixer amb seguretat i confiança.

## **Què necessita un nadó?**

La nostra societat ha experimentat en l'últim mil·lenni grans avenços en el camp de la ciència i la tecnologia, però la nostra biologia ha canviat poc.

Els bebès humans tenen les mateixes necessitats i comportaments que els bebès primats, els nostres parents en l'escala evolutiva. Necessiten, igual que ells, la disponibilitat física i emocional dels pares per cobrir les seves necessitats.

Una criança natural òptima fomenta:

- ▶ L'alletament matern exclusiu, a demanda, fins als 6 mesos i perllongar-lo després tot el temps que es pugui.
- ▶ El contacte físic continuat del nadó amb la mare / pare o altre persona cuidadora: braços de dia i llit compartit de nit, fins que ell mateix comenci a desplaçar-se amb una mínima autonomia.
- ▶ Una atenció i acompanyament amorós que respecti el ritme individual i les necessitats físiques i psicològiques del bebè.

La criança natural respecta la fisiologia i el ritme evolutiu de cada bebè i li dóna l'atenció continuada que necessita, de manera que l'alimentació i el son del nadó no suposen cap problema de plors ni malestars pels pares.

El bebè va descobrir el món al seu ritme, en funció del seu temperament i desenvolupament psicomotriu, i va adquirint amb naturalitat les habilitats motores i els aprenentatges cognitius necessaris (menjar, dormir, reptar, gatejar, caminar, control d'esfínters, parlar, etc.) aconseguint cada vegada més autonomia física i independència emocional.

La violència, l'abandonament i el maltractament infantil van de la mà.

*Està demostrat que una criança respectuosa i un bon lligam afectiu amb els pares afavoreix la confiança bàsica dels bebès, que són nens més tranquils, intel·ligents i emocionalment més segurs i adults solidaris amb bona autoestima i salut mental.*

*Maria Teresa, abril 2010*