

# CUIDADOSO

## Material para Cuidadores<sup>1</sup>

“Aún en lo incierto,  
si te siento presente  
imagino futuro”. JAL

Cuidar implica un conjunto de desafíos diversos. Realmente no existen recetas universales efectivas, porque para definir cómo cuidar es necesario, primero, identificar las necesidades singulares de cada niña y de cada niño. Por eso, en la trama de los vínculos es que se construyen y se tejen los cuidados hacia el otro.

Sin embargo, la Psicología -entre otras disciplinas- nos ha aportado un potente cuerpo de teorías, investigaciones y experiencias que permiten pensar en ciertos ejes que podrían ser transversales y comunes a las funciones de cuidado hacia las niñas y los niños. A partir de esas contribuciones, y desde mi experiencia y lectura personal, quiero compartir y proponer lo que llamo las “**coordenadas OSO**”, que son ejes que agrupan algunas sugerencias para quienes cuidan de niñas y niños pequeños.

## Observadores

Las niñas y los niños necesitan, ante todo, cuidadores disponibles a mirarl@s y escucharl@s (que no es lo mismo que ver@s y oír@s). No nacemos con los recursos suficientes para sobrevivir sin la ayuda y el cuidado de otro. ¿Cómo pide ayuda un bebé? ¿Cómo nos dice lo que necesita? Todo lo que un bebé y/o un niño@ hace significa algo, no es un mero capricho, por eso es importante observar. Cuando un bebé llora puede estar diciendo que tiene hambre, o que tiene frío, o que quiere mimos, o que quiere dormir, entre tantas otras cosas. No hay un manual universal que pueda decir qué significa cada llanto, porque los bebés no son iguales entre sí. Al comienzo, para quien cuida de un bebé puede ser muy difícil y misterioso comprender su llanto y sus conductas. Pero justamente es en ese intento y esfuerzo que hacemos por comprender que se comienza a construir la comunicación entre cuidador y bebé. Cuando pensamos “¿Será que tiene hambre y llora para que le dé de comer?” y, entonces, alimentamos al bebé y se calma, allí se le da sentido al pedido del bebé, se reconoce su llanto como un modo de expresar lo que le pasa (además de responder con el alimento mismo, por supuesto). Todos esos intentos, algunos efectivos y otros fallidos, van armando un ida y vuelta, un modo muy especial, singular y vincular de comunicarse, de comprender y de

---

<sup>1</sup> CUIDADOSO es el libro álbum publicado por la Editorial Nazhira (2022), escrito e ilustrado por Juan Augusto Laplacette (JAL).

hacerse comprender. Cuidadores observadores tienen más chances de descubrir e identificar necesidades, logros, dificultades y cualquier tipo de expresión del bebé. Por ende, cuidadores observadores tienen más oportunidades de brindar respuestas adecuadas a aquellas necesidades y acompañar cada desafío del desarrollo de las niñas y de los niños.

## Sensibles

Responder a las necesidades de cuidado de una niña o niño pequeño requiere de sensibilidad. Ser sensibles significa mantener suficiente apertura para sentir, percibir y experimentar subjetivamente las cosas, los hechos y las situaciones que vivimos, tanto individualmente como en la relación con otros. En el vínculo con las niñas y los niños, la sensibilidad del cuidador podría “medirse” por su capacidad para responder a lo que una niña o un niño necesita, quiere y/o le sucede, respetando sus ritmos singulares. Por eso, de algún modo, la sensibilidad se vincula con la empatía, con la capacidad para ponerse en el lugar del otro y, desde allí, relacionarse. En este sentido, ante todo, un cuidador sensible registra que las niñas y los niños pequeños son vulnerables, por lo que necesitan sostén -tanto física como emocionalmente- y contención -con palabras que anticipan o calman, con límites que acotan y protegen, con hábitos y rutinas que ordenan, ubican y organizan, entre otras acciones-.

## Oportunos

Hoy no es siempre. Respuestas y acciones que en determinado momento pueden ser adecuadas para una niña o niño, en otro momento, pueden no serlo. Por ejemplo, cuando un bebé, en sus primeros meses de vida, no puede sostener su cabeza por sí mismo o sentarse, entonces, un modo de vincularse frecuente es estando en brazos del adulto -a upa-. Sin embargo, cuando ese mismo bebé, más adelante en su desarrollo, ya pueda sentarse con cierta independencia, no necesitará las mismas acciones del adulto sino que requerirá que éste transforme sus funciones según sus propios cambios y nuevas y/o diferentes necesidades. Al sentarse, por ejemplo, necesitará que el adulto le acerque algunos objetos que están lejos de sí y no puede alcanzar, pero ya no sería predominante la necesidad de estar en brazos para interactuar. He aquí una de las funciones transversales de quienes cuidan: que sus funciones sean flexibles y se transformen tanto y según las transformaciones en el desarrollo de las niñas y de los niños. Para ser oportunos es necesario ser reflexivos, abrirnos a las preguntas en un profundo intento de comprendernos a nosotros mismos como cuidadores y a las niñas y los niños como sujetos de cuidado. Es en sintonía con esa relación, entre yo y el otro, que se ejercita la reflexividad y, por lo tanto, es posible identificar los momentos adecuados o favorables para desplegar ciertas respuestas y no otras. Por eso no existen recetas, ya que cada vínculo entre cuidadores y niñas o niños pequeños es singular.

Estas tres funciones son interdependientes, se articulan entre sí, formando coordenadas que pueden orientar en la complejidad que implica cuidar a las niñas y los niños. Ser observadores, sensibles y oportunos, no es sencillo, pero es un compromiso con la infancia, y requiere del trabajo en red, colectivo, para sostenernos mutuamente entre quienes cuidamos a las niñas y a los niños pequeños. Podemos cuidar -de nosotros mismos y de otros- cuando fuimos y somos cuidados por otros.



**Juan Augusto Laplacette**

Doctor en Psicología

[www.jal.com.ar](http://www.jal.com.ar)