

Regulación de estímulos y neurodesarrollo

En el control del neurodesarrollo de niños de riesgo psiconeurosensorial, si bien detectamos niños con retrasos leves del desarrollo vinculados a la falta de estímulos, en no pocos casos detectamos niños con elementos que nos indican que están siendo sobreestimulados. Por esa razón, la "regulación" de los estímulos es uno de los temas que habitualmente conversamos con los padres en la consulta.

Nuestros consejos:

Explicamos a los padres que los estímulos son como el "alimento" para el cerebro. Así como alimentamos al niño con nutrientes, de la misma manera debemos "alimentar" al cerebro con estímulos. Pero ese "alimento" para el cerebro debe ser regulado, tanto como regulamos la frecuencia, la cantidad y el tipo de alimentos que ofrecemos al niño para que crezca bien y esté sano.

Por ejemplo: poner al niño menor de un año frente al televisor para que se "entretenga" resulta ser un estímulo excesivo (en cantidad y en calidad), que lejos de favorecer el buen desarrollo del cerebro, lo "construye" de una forma que deja muy nervioso al niño, algo que se puede observar en el exceso de movimiento que manifiesta en forma permanente, en la dificultad para conciliar o mantener el sueño, el llanto inexplicable y frecuente, y sobresaltos (en los casos más importantes), entre otras características.

Los padres reconocen fácilmente esas manifestaciones en sus hijos, en general vinculadas a un exceso de estímulos de los cuales no estaban siendo conscientes. Además, les explicamos que así como el niño después de alimentarse necesita un tiempo para hacer la digestión y asimilar los alimentos (no estamos todo el tiempo dándoles alimentos), también necesita un tiempo de estar tranquilo, sin muchos estímulos externos, o durmiendo.

En esos momentos el cerebro "asimila" lo recibido. También aclaramos que así como a un niño no le damos de comer cualquier alimento y se los vamos ofreciendo a medida que crece, funciona igual con los estímulos al cerebro: según la edad, el tipo de estímulo que necesita el niño. Según sea su edad, procedemos a sugerirle formas de estimular en las diferentes áreas del desarrollo (motriz, personal, social, etcétera).

Es notable constatar los efectos beneficiosos de la regulación de estímulos en las consultas posteriores. Los padres lo pueden ver claramente en la vida cotidiana del niño (sueño, llanto, comportamiento en general).

Este tema nos parece muy importante por las consecuencias a corto, mediano y largo plazo en el neurodesarrollo ("construcción" del cerebro) de niños que (así como nosotros los adultos) están creciendo "bombardeados" por un exceso de estímulos.

Lic. Fisioterapia Mariana Yanes, Psic. María José Alcántara y Dra. Ana Fraga
Equipo SRENAR-Cerro. Centro de Salud Cerro. RAP-ASSE.