

LA CAMA FAMILIAR

Cuando llega la noche y no tengo ya el sol que me caliente, son los brazos de mi madre y su tibio cuerpo, el que toma su lugar.

Jefe de la tribu Kikiyu – Africa.

Hace ya tiempo que en CRIOS venimos inquietos, con el tema de los niños durmiendo en la cama de papá y mamá. Los padres nos preguntan con frecuencia si es bueno que sus hijos duerman con ellos, si la cama familiar afecta su independencia, si sufre la intimidad de la pareja o si esta costumbre promueve la “malacrianza” en sus pequeños.

Al consultar algo de la poca literatura que está disponible sobre el tema de la cama familiar, rápidamente nos damos cuenta que el dilema que acompaña al asunto, lo han tratado los expertos desde bandos muy opuestos. Por un lado, tenemos a quienes conceptúan, que la cama familiar puede alentar al niño a desarrollar el funesto hábito de que si no es en la cama de papá y mamá, no puede conciliar el sueño. Esto – dicen los expertos de esta corriente de pensamiento – lleva al niño a desarrollar una marcada dependencia hacia sus padres, a generar una excesiva angustia frente a la separación de éstos y a una inmadurez social y emocional. Además, y no menos preocupante, existe el riesgo de la pérdida de intimidad por parte de la pareja. Por otro lado, existen quienes apoyan la costumbre de la cama familiar, argumentando que los niños pequeños necesitan a sus padres tanto de día como de noche, que el bienestar físico y la seguridad emocional que trae el contacto cuerpo a cuerpo con los seres que más quiere y en quienes más confía, hacen de éste pequeño una persona más feliz e integrada y finalmente, que el niño se tornará más independiente, pues podrá, con toda tranquilidad, superar el proceso de maduración necesario de acercamiento a sus padres.

La mayoría de nosotros hemos crecido, bajo el lema de que no es recomendable que el niño duerma con papá y mamá y aquellos padres que han infringido este precepto, acaban sintiéndose culpables, inseguros de lo que hacen y atormentados por las consecuencias. Sabemos de padres que ante la insistencia de su pequeño para dormir con ellos, acabaron cerrando la puerta de la habitación, para encontrarse a la mañana siguiente con que el niño se había quedado dormidito recostado a la misma. ¿Quién repara éstos corazones rotos? Hay padres que han dejado llorar y llorar al niño, para encontrarlo – después de lo que les pareció una eternidad – dormidito encima de su propio vómito. Otros padres con espinita clavada en el corazón.

Parece que ya es hora de que escuchemos, a aquellos que han estudiado lo positivo de la cama familiar. Una de estas personas es Tine Thevenin, investigadora de La Leche League International, quién anota: “Ya sea sobre un futón en el Japón, bajo una carpa de caribú en el Artico, mecidos por una hamaca amazónica, en el tibio piso de barro de una vivienda africana o en el confort de un colchón de plumas; sean las personas pobres o ricas, la mayoría de los habitantes de este planeta duermen en camas familiares, como lo han venido haciendo desde los albores de la humanidad”.

CONTINUA -- >