



Tenemos la infancia con más trastornos mentales adquiridos de la historia y cambiar eso es una responsabilidad que debemos asumir las personas adultas.

La primera infancia necesita cuidados para sobrevivir, alimentación, protección, descanso, atención y andamios emocionales para desarrollarse con plenitud.

*De toda esta lista, si solo tuvieran una opción disponible, elegirían el cariño, **la sensación de que alguien les atiende y está disponible emocionalmente.***





Criar es estar presente y eso significa desterrar la idea "moderna" de que solo se necesita tiempo de calidad, también hace falta compartir el máximo posible acompañando.

Somos referentes, nos miran con impaciencia por aprender lo que significa vivir y relacionarse, y esa importante tarea no es de cocción rápida, se toma su tiempo.

*Las familias **necesitamos parar**, recalibrar en qué hemos convertido nuestras prioridades catapultando la presencia.*





Cualquier habilidad intelectual o emocional se entrena y se capacita en el día a día, lo que significa que puede potenciarse cuando atendemos al estar presentes.

No es solamente estar disponible, es estar en el momento viviendo y compartiendo, con nuestra atención enfocada en lo que ocurre y poniendo a nuestras niñas y niños en el centro del proceso.

*No han alcanzado su madurez en muchos aspectos, son dependientes y están en una situación de **indefensión constante sin la ayuda adulta.***





En esta "era covid", gracias al confinamiento muchos síntomas de problemáticas psicológicas infantiles disminuyeron.

Estar en familia nos cura, nos construye un armazón que protege nuestra autoestima futura, el autoconcepto que formamos de cómo nos ven desde fuera, la seguridad en nuestras posibilidades, la certeza plena de que tenemos un hogar donde volver siempre que salgamos a explorar el mundo.





*La crianza es el ejemplo más bonito de altruismo, y es una gran responsabilidad, les estamos **apuntalando la salud y el bienestar mental.***

Estemos con nuestra infancia, acompañemos desde el amor y el respeto sus pequeños pasitos de crecimiento porque la meta es ver cómo les saldrán alas tan fuertes que podrán volar por ahí fuera con la seguridad de que si hay algún problema que resolver, tendrán un nido donde acudir a toda prisa para sentir que les arropamos.







Algunas pautas que podemos tener en consideración tienen que ver con potenciar la **conciliación** (equilibrio entre todas las esferas en las que participo como persona, ej. laboral, familiar e individual) y la **corresponsabilidad** (que mujeres y hombres tomen partido de sus obligaciones en todas las tareas que les competen).

También puede ayudarnos **recalcular prioridades**, analizar el período de la crianza en la primera infancia como una etapa distinta a las que pueden venir después en cuanto a demandas y necesidades.

Y como no, darnos cuenta de la importancia que tiene que estemos **presentes de forma consciente** en la vida de nuestros hijos e hijas.