



Fecha: 21/04/2017

Fuente: LA ESTRELLA DE VALPARAISO - VALPARAISO-CHILE

Pag: 15

Art: 2

Título: TIPS PARA NO "VOLVERSE LOCO" CON EL PRIMER CUMPLEAÑOS DE UN HIJO

Tamaño: 27,5x17,9

Cm2: 493

Tiraje: Sin Datos

Lectoría: Sin Datos

Tono: No Definido

[PSICOLOGÍA Y SALUD]

Tips para no “volverse loco” con el primer cumpleaños de un hijo



No es necesario hacer un gran evento para festejar y se recomienda no exagerar en la lista de invitados ni con la música. Organizar una once con la familia será una buena alternativa para el niño.

Camila Espinoza López

Una piñata enorme, decoración con los personajes infantiles de moda y una torta gigante para numerosos invitados son parte de los preparativos que realizan los padres para festejar el cumpleaños de su hijo cuando es pequeño.

Una de las instancias que más ilusión puede generar en los progenitores y que en muchos casos se convierte en una gran presión es celebrar el primer año de vida del pequeño. Para algunos adultos lograr

un evento perfecto se convierte en una obsesión, que puede ir en desmedro, incluso, del cumpleaños.

“Creo que lo adecuado es que la celebración vaya ‘in crescendo’ a medida que va creciendo el niño. El primer cumpleaños que sea con la familia cercana, los papás y los abuelos, como una once”, señala Montserrat Sepúlveda, psicopedagoga de Red de salud UC Christus.

La especialista indica que los padres deben considerar que muchas de las actividades que planifican o la comida que ofrecen en el

cumpleaños no resulta apta para los niños que festejan su primer año de vida.

“El niño no puede comer dulces, papas fritas o se puede ahogar. Tampoco entiende que está de cumpleaños”, manifiesta Sepúlveda a La Estrella.

El exceso de ruidos y de personas en el hogar también puede estresar al niño, causarle temor y convertir su cumpleaños en una instancia poca grata.

“Será determinante el cómo el niño percibe un cumpleaños, tanto el propio como el resto”, agrega la experta.



Fecha: 21/04/2017

Fuente: LA ESTRELLA DE VALPARAISO - VALPARAISO-CHILE

Pag: 15

Art: 3

Título: TIPS PARA NO "VOLVERSE LOCO" CON EL PRIMER CUMPLEAÑOS DE UN HIJO

Tamaño: 14x11,6

Cm2: 161,4

Tiraje: Sin Datos

Lectoría: Sin Datos

Tono: No Definido

LA EDAD

La experta comenta que al planificar la celebración es fundamental buscar actividades acorde a la edad del pequeño. Además, no hay que olvidar el presupuesto familiar.

“Al año, los niños disfrutan de los globos. Algo bonito que puedes tener es la piscina con pelotas. Eso les encanta”, opina Sepúlveda.

Otra buena idea es darle cubos de encaje para que se mantengan entretenidos y música infantil a un volumen moderado.

Otro punto a considerar, de acuerdo a Sepúlveda, es que si “se tira la casa por la ventana” en el primer cumpleaños del niño, los padres cada vez tendrán una presión mayor por lograr un evento mejor.

“Entrás en una bicicleta: cada año tiene que ser algo más grande y cómo les explicas después a tu hijo, que por ejemplo, no tienes plata y no puedes hacer ese súper evento al que se acostumbró”.

El llamado de la especialista es que los padres “sean medidos” al realizar la celebración infantil.

“A esa edad los niños todavía no tienen capacidades cognitivas para entender lo que significa la celebración de cumpleaños. Normalmente lo que es la memoria de los niños empieza mucho más tarde y el sentimiento de si inclusive recién se está configurando”, explica Marcelo Fagalde, psicólogo de Universidad de Las América-UDLA.

El docente de la escuela de Psicología de dicha casa de estudios agrega que no resulta primordial una celebración. “La producción del cumpleaños es una actividad que no es necesaria a esa edad. Es algo que los niños van a valorar y echar de menos posteriormente”, comenta el experto. 🌐