

# El concepto del continuum



[www.crianzanatural.com](http://www.crianzanatural.com)

Según **Jean Liedloff**, el concepto del continuum se basa en la idea de que para conseguir el desarrollo físico, mental y emocional óptimo, los seres humanos, especialmente los bebés, necesitan el tipo de experiencia a la que nuestra especie se ha ido adaptando durante el largo proceso de nuestra evolución.

Para un niño, esto incluye experiencias como:

- **Contacto físico constante** con su madre (o algún otro cuidador) desde el nacimiento.
- Dormir en la cama de sus padres, en constante contacto físico, hasta que la abandona por propia voluntad (habitualmente hacia los dos años).
- **Amamantar a demanda**, respondiendo a las señales que emita el bebé con su cuerpo.
- **Ser cargado constantemente** en brazos o de otra manera (pero siempre en contacto con alguien, normalmente su madre), y que pueda **observar** (o alimentarse o dormir) mientras la persona portadora hace sus quehaceres habituales, hasta que el bebé empieza a desplazarse por su propio instinto, arrastrándose o gateando, normalmente a los seis u ocho meses.
- Hacer que los **cuidadores respondan inmediatamente** a las **señales del bebé** (lloros, quejidos, etc.), **sin juzgarlo** ni obviar sus necesidades, y sin convertirlo en el centro constante de atención.
- **Sentir y satisfacer sus expectativas** de que se trata de un **ser social y cooperativo** por naturaleza, de sus fuertes instintos de autoconservación, y de que es bien recibido y útil.

En contraste, un bebé sujeto a las prácticas de nacimiento y cuidados de la sociedad occidental normalmente experimenta lo siguiente:

- Separación traumática de su madre debido a intervenciones médicas e internamiento en guarderías, en aislamiento físico, excepto por el sonido de otros recién nacidos llorando.
- En casa, durmiendo a solas, aislado, a menudo "dejado que lllore para que aprenda a dormir".
- Alimentación con horarios, usando el chupete o ignorando los impulsos naturales de necesidad de alimento.
- Excluido y separado de las actividades normales de un adulto, relegado durante horas en una guardería, cuna o corralito siendo inadecuadamente estimulado por juguetes y otros objetos inanimados.
- Cuidadores que a menudo ignoran, desalientan, desprecian o incluso agreden al bebé cuando llora o muestra de alguna manera sus necesidades; o que, por el contrario, responden con excesivo cuidado y ansiedad, convirtiéndolo en el centro de atención.
- El bebé nota (y debe conformarse) que las expectativas de sus cuidadores son que él no es capaz de cuidarse a sí mismo, es antisocial por naturaleza y no puede aprender el comportamiento correcto sin estrictos controles, amenazas y una serie de "técnicas educativas" que minan su proceso de aprendizaje exquisitamente evolucionado.

La evolución no ha preparado al bebé humano para este tipo de experiencia. Él no puede entender porque sus lloros desesperados para cumplir con sus expectativas innatas no se ven satisfechos. Es entonces cuando desarrolla una sensación de estar equivocado y de vergüenza sobre sí mismo y sus deseos. Si, por lo contrario, sus expectativas de continuum son satisfechas, especialmente al principio y con más variación a medida que crece, exhibirá un estado natural de confianza en sí mismo, de bienestar y satisfacción. Los bebés cuyas necesidades de continuum han sido satisfechas durante el principio, en la fase de ir en brazos, crecen con mayor autoestima y se convierten en más independientes que aquellos cuyos lloros han sido insatisfechos por miedo a "malcriarlos" o hacerlos demasiado dependientes.