

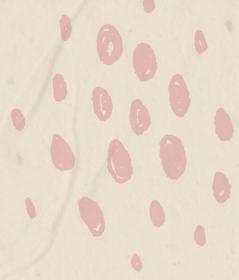


0 a 12 MESES | JUEGO

El infinito en una tela

unicef 

para cada infancia



¡El juego ya empezó!

Jugamos por encontrarnos, conocernos, alegrarnos.

Sin importar cuándo termine.

Desde el inicio nos jugamos la vida.

Jugar por jugar.

La llegada de un bebé a la vida familiar y comunitaria está plena de asombro, alegría e incertidumbre. ¿Cómo será su forma de ser, qué cosas le gustarán, qué hará que se fastidie? Se despiertan muchísimas preguntas y todo está por descubrirse.

Si tuviéramos que elegir una acción que reúna al asombro, la alegría, la incertidumbre, el hacernos preguntas y el descubrir, ese hacer sería, sin lugar a duda, ¡jugar! Aunque a veces cueste reconocerlo, desde el inicio jugamos toda la vida. Nos reímos y lloramos, teatralizamos situaciones, desdramatizamos pesares, cumplimos roles, repartimos tareas, acordamos reglas, nos sentamos alrededor de una mesa, nos sentimos en equipo... Así mismo, la crianza es un profundo y valioso juego que se atesora para siempre, tanto en el bebé como en las personas adultas que lo cuidan.

A jugar se aprende, y aprendemos jugando. Llevar el juego a la vida cotidiana desde los primeros meses nos acompaña y ayuda a llevar adelante los desafíos que cada día las niñas y niños nos traen. A su vez, a ellas y ellos el juego los estimula en su sano desarro-

llo, expresión y comunicación. Es importante recuperar y defender el hecho de jugar, porque jugar es cosa seria y puede convertir cualquier tela que tengamos a mano, una sábana, un mantel, en una puerta abierta al infinito.



El capullo paseandero

Desde hace mucho tiempo, incluso las civilizaciones más antiguas, diversas culturas en todo el mundo ponen en práctica el porteo de bebés. Se trata de una sabia costumbre ancestral que consiste en cargar con telas o tejidos a las niñas y niños pequeños en el pecho, espalda o cintura de la mamá, papá o persona a cargo de su amoroso cuidado. Distintas esculturas, relieves, pinturas y obras de arte realizadas miles y cientos de años atrás dan cuenta de esto. Todas ellas son escenas de la vida y la labor cotidiana, principalmente de mujeres, que las llevan a cabo mientras cuidan a sus bebés con las telas de porteo. Hoy, tanto mujeres como varones se suman a esta propuesta que, lejos de ser actual y moderna, es parte de la historia de la humanidad.

El porteo colabora y acompaña en las horas de trabajo y en las múltiples tareas de cuidado que involucran



a la crianza. Por otra parte, al tener las manos disponibles nos podemos preparar algo rico para tomar y comer, que reconforta y renueva las fuerzas. Al estar en contacto con la piel y el latido del corazón el bebé logra la calma, y también permite descansar a ambos. Además, con el porteo se abren distintas posibilidades de paseos, caminatas, mandados, danzas y suaves movimientos que traen nuevos aires a la rutina y nos invitan a jugar. Así, como un capullito paseandero que con resguardo y protección explora el aire de su nuevo mundo, recordando la comodidad y confianza de su vida acuática dentro del útero.





DE CRISÁLIDA A MARIPOSA



La mejor opción de “porta bebé” es aquella que sea respetuosa y protectora de las formas del cuerpo y movimientos acordes a su desarrollo y que, a su vez, permita ir modificándose y acompañando el crecimiento, ya que no es lo mismo portear a una niña de tres meses que a una de un año.

Una alternativa casera, económica, que permite múltiples metamorfosis, es una tira larga de modal. Su elasticidad permite llevar al bebé de diferentes formas, desde pequeñitos y hasta que son más grandes e incluso ya caminan. Para las niñas y niños de 0 a 12 meses lo importante es que vayan con su rostro sobre el pecho, no mirando hacia afuera.

Quizás alguna persona conocida ya la usó y te la puede compartir, o puede ser un regalo de bienvenida para el bebé entre amistades y familiares, o puede proponerse como proyecto en los centros comunitarios y llevar adelante algún emprendimiento que permita obtener estas mágicas telas para las niñas y niños pequeños del barrio.

En YouTube hay montones de videos que enseñan las diferentes formas de colocar la tela para el porteo, podés encontrarlos con las palabras claves: porteo, pañuelo porta bebés, fular.



Nidos

Así como el porteo da contención y seguridad al bebé mientras hacemos otras tareas, armar un nidito de telas a su alrededor antes de acostarlo también ayuda a crear ese gesto de cobijo y protección.

Muchos tejidos con lanas, hilos, telas y fibras naturales buscan en distintas culturas emular la imagen del nido de las aves para los seres humanos. Nidos como abrigos, como hamacas, como bolsos extensibles para llevar ropa, cambiador, pañales, algodón, oleo calcáreo, toalla, un juguetito, ¿qué más?

Está el nido moisés, el nido cuna, el nido lámpara para bajar las luces cuando se esconde el sol.

Un puñado de pañuelos y retazos de tela pueden convertirse en un juego de nidos y aves de colores. Jugamos con ellos a ocultar nuestro rostro y volver a aparecer, como los pichones que se asoman al borde de sus casitas. Jugamos a levantarlos por el aire y dejarlos caer, animando al bebé que siga con su mirada ese vuelo mágico.

Observar el cielo, los árboles, las aves en las plazas, salir a descubrir nidos, a encontrar plumas, nos traen alegría y bienestar a adultos, niñas y niños. Escuchar sus sonidos y cantos y tratar de imitarlos es algo que nos puede dar mucha risa.



TU PROPIO ESPACIO



La fuerza poética del nido nos trae este doble registro de los tiempos y espacios en la crianza. Por un lado, aporta la contención, el calor, el cuidado. Por el otro, el vuelo cada tanto para salir en búsqueda del alimento, y volver.

El juego entre este ida y vuelta es muy importante de lograr mantenerlo en equilibrio, más aún con las mamás lactantes con toda su disponibilidad corporal e integral. Cuidar a quienes cuidan es fundamental, cuidando a quienes más tiempo pasan con las niñas y niños pequeños también estamos cuidando a ellas y ellos.

Entonces, va este juego dedicado para quienes crían.

Con la ayuda de otra persona, sobre la vereda o baldosas con una tiza, sobre tierra o arena con un palito, o sobre un papel afiche o de almacén con fibrones o lápices, vas a sentarte con las piernas en canastita y dibujar a tu alrededor una gran circunferencia que te rodee. Permanecé un momento allí, respirando profundo, cerrando los ojos, sintiendo que ese espacio te abraza, te cuida y contiene a vos y a tu bebé. Luego, poco a poco, te parás y salís a buscar o a dibujar qué cosas “del mundo del afuera”, te nutren, te hacen bien y te ayudan a sostener la gran y noble labor de criar. Y lo ponés allí también, en palabras, en dibujos, con



objetos, como quieras. Luego, podés decorar y embellecer ese propio espacio, que por ahora es también el espacio compartido con tu bebé. Cuando termines observá tu obra y compartí con la persona que te acompaña sensaciones y palabras.



Mecer



Ahora, la tela larga de porteo se convierte en una hamaca, donde despacito y con cuidado regalamos al bebé el gran tesoro de mecer y ser mecido.

Las sillas mecedoras que solía haber en las casas de las abuelas guardan esta sabiduría. Ese continuo vaivén, como olas calmas de un mar o un río, nos recuerda a nuestra vida intrauterina, nos relaja, logramos descansar y conciliar el sueño. Y esto es así para bebés, adolescentes, adultos, ancianos, ¡nadie se resiste al encanto de la hamaca mecedora o de una hamaca paraguaya bajo el fresco de las estrellas!

Ir a la plaza y sentarse en una hamaca, hacer upa y mecer en brazos, cantar un arrullo, alivia y nutre las almas.

ARRORRÓ PARA TU NIÑA Y NIÑO INTERIOR



La fuerza poética del nido nos trae este doble registro
¿Te acordás cómo era cuando te mecían?

Bueno, si no te mecieron o no lo tenés presente, va este nuevo juego para vos. Otra vez, necesitamos de alguien que cuide a quien cría y tenga brazos dispuestos.

Esa persona se sentará cómodamente, en una silla osillón. Luego, te hará upa, te contendrá y mecerá como a un bebé. Ojalá también te regale una canción de cuna o una poesía. Vos, sólo tenés que abrirte a recibir este amoroso y ancestral gesto de ser mecido. Claro que sí, ¡totalmente merecido!





Dirección editorial:

Alejandro Morlachetti, *especialista en Protección de Derechos de UNICEF*

Coordinación general:

Analia Colombo, *Oficial de Protección de UNICEF*

Revisión:

Matías Bohoslavsky, *Comunicación de UNICEF*

Redacción:

Yamila Frison

Supervisión de textos:

Chiqui González

Diseño gráfico integral:

Esteban Goicoechea

Coordinación del proyecto:

Cecilia Nieto

Ilustraciones del portal:

Estrellita Caracol

Ilustraciones de las publicaciones:

Caren Hulten

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

Primera edición abril de 2024

Se autoriza la reproducción total o parcial de los textos aquí publicados, siempre y cuando no sean alterados, se asignen los créditos correspondientes y no sean utilizados con fines comerciales.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

www.unicef.org.ar | [@UNICEFArgentina](https://twitter.com/UNICEFArgentina)





¿QUERÉS CONOCER MÁS MATERIALES
SOBRE CRIANZA CUIDADA?



Visítanos en
unicef.org.ar/crianza



para cada infancia