



# Cómo preparar a otros hijos e hijas ante la llegada del nuevo bebé

La llegada de un nuevo bebé influye en el resto de los hermanos y hermanas, si los hay. Prepararlos para cuando nazca es muy importante para facilitar la aceptación del bebé y el bienestar de la familia.

Las reacciones ante la llegada del nuevo hermanito o hermanita pueden ser diferentes dependiendo de la edad, la madurez, el sexo, o el lugar que ocupe en la familia.

Puede que manifieste indiferencia ante la noticia, que acepte con orgullo la llegada del nuevo hermano o hermana, o que se muestre realmente interesado o interesada a lo largo del embarazo, pero que tras el parto, y con la llegada del nuevo bebé a casa, no esté muy contento o contenta con la nueva situación.

Independientemente de su reacción, lo importante es que **habléis con vuestros hijos e hijas** de lo que va a suceder, explicándoles con claridad cuándo estará en casa el nuevo hermanito o hermanita, cómo serán las cosas cuando el bebé llegue, qué hará mamá, que hará papá, etc.

**Es mejor resolver las preguntas** que puedan surgirles con **naturalidad y sinceridad**, sin recurrir a explicaciones fantásticas.

## ¿Cómo se lo decimos?

### SI ES PEQUEÑO O PEQUEÑA

Que vuestro hijo o hija tenga menos de tres o cuatro años no es excusa para que evitéis explicarle las cosas de un modo natural y claro.

Escoged un **momento tranquilo** y **habladle con sencillez de todo** lo que está ocurriendo y lo que va a pasar. Para ello, podréis recurrir también a otros medios, como cuentos que narren la llegada de un bebé, llevarlo a alguna de las visitas médicas en las que oiga el latido del corazón de su hermanito o hermanita, pueda verlo, recurrir a dibujos o fotografías que muestren cómo irá evolucionando el embarazo, mostrarle fotos de él o ella de pequeños para que se hagan una idea de cómo será su nuevo hermanito o hermanita, etc.



### SI ES MAYOR

Un niño o niña mayor puede interesarse por cuestiones que a los pequeños pueden no haberseles ocurrido.

**Sentirán más curiosidad** por conocer los cambios que se producen en la madre, saber cómo crece el bebé, querer tocar a su hermano o hermana en la barriga, participar en decisiones tales como el nombre del bebé, el color de su nuevo cuarto o ayudar a colocar sus ropitas y juguetes.

Es recomendable **resolver sus dudas con naturalidad** y **dejarle participar en algunas decisiones relativas al bebé.**

Sea cual sea su edad, no olvidaros de comentarle que cuando vaya a nacer el hermanito o la hermanita, su madre estará unos días fuera. Explicarle con quién se quedará, procurando que sea alguien con quien se lleve bien, para evitar que cambien demasiado sus costumbres diarias.



Lo antes posible, para que se vayan haciendo a la idea, aunque es preferible dejar transcurrir los tres primeros meses de embarazo dado que los cambios en el cuerpo de la madre todavía no son visibles y se puede esperar a estar seguros de que el embarazo prospera. Ya **en el segundo trimestre**, a partir del cuarto mes, los cambios se hacen más evidentes y puede ser un buen momento para ir preparándole poco a poco.

### ¿Y si se vuelven más infantiles?

A veces, ante la llegada del bebé, los hermanos y hermanas reaccionan mostrando comportamientos de cuando eran más pequeños. Por ejemplo, pueden comenzar de nuevo a mojar la cama, a pedir que se le dé comer en lugar de comer solo, o bien pueden volverse agresivos o inquietos.

Es importante que entendáis que lo que pretenden es **llamar vuestra atención** y que le tratéis con el mismo cariño que al nuevo bebé. Y es que en ocasiones, los hermanos mayores pueden pensar que ya no le queréis tanto. Dedicad tiempo para hablar con él o ella, a solas, para que pueda exponer todas sus preocupaciones y podáis resolverlas con **cariño y paciencia**.

Debéis explicarle que aunque el nuevo bebé requiera más atenciones, ello no significa que hayáis dejado de quererlo. Encontrad momentos en el día para jugar con él o ella, dejarles que os expliquen las nuevas cosas que ha aprendido en la guardería o colegio y sentaros juntos a ver su serie o programa favorito, etc.

Comentadle lo importante que es para vosotros que él o ella ya sea "mayor", que sea capaz de hacer cosas solo y contar con su ayuda en el cuidado del bebé: **Cuanto más conozcan y participen de esta experiencia, menos temores tendrán.**

Si en las primeras semanas tras el parto la madre está más cansada y centrada en los cuidados del bebé, el padre puede dedicar más atención a los hermanos y/o hermanas, para compensar el vacío que pudieran sentir.

