



# Vuestro cariño, su mejor alimento

**Vuestro amor y atención son muy importantes para vuestro bebé.** Son tan necesarios para su vida como la alimentación. Desde el punto de vista psicológico, el cariño es, de hecho, el mejor y más esencial alimento que tendréis que aportarle.

El vínculo emocional que estáis empezando a crear con vuestro hijo o hija es una de las relaciones afectivas más importantes que tendrá en toda su vida, y especialmente en su infancia y se le conoce con el nombre de **apego**.

La forma en que vuestro hijo o hija os vea, la idea que se haga de vosotros, así como la forma en que se vea a sí mismo dependerá en gran parte de la calidad y fortaleza de ese vínculo afectivo.

**El apego no aparece en un momento determinado (aunque se haga más evidente después de los seis meses, aproximadamente), sino que se va desarrollando desde el primer día de la vida de vuestro hijo o hija.**

Para que ese vínculo emocional entre vosotros y vuestro bebé se forme, vuestro papel es esencial. Cuando lllore o cuando os busque con la mirada estará intentando deciros algo.

**Escuchadle, intentad comprenderlo y disfrutad con él.** Si estáis pendientes de sus necesidades, las atendéis siempre con cariño, le sonreís, le consoláis cuando lo necesite, y además jugáis con él, demostrándole todo lo que lo queréis, vuestro bebé irá aprendiendo a confiar en vosotros, a buscar vuestra ayuda cuando la necesite y se sentirá seguro y protegido para relacionarse con otras personas y para disfrutar de las cosas que le rodean.

Como los seres humanos tenemos una extraordinaria capacidad para relacionarnos con los demás, en su mundo emocional irán poco a poco entrando otras personas que también le aportarán muchas sensaciones y vivencias. Sus hermanos, sus abuelos y otras personas con las que se relacione habitualmente irán ensanchando su horizonte emocional, haciéndolo más rico y variado.