

La incidencia de los aspectos relacionales en la conducta alimentaria infantil

Olga Moreno Aranda. Psicóloga y Educadora Social.

Hospital de Día para Adolescentes. Sant Pere Claver – Fundació Sanitària

Las alteraciones de la conducta alimentaria se pueden presentar en todas las etapas del desarrollo. Pensamos que en muchos casos tienen su origen en la infancia, y más concretamente en la relación primordial del niño/a con la madre o con la persona que cumple esa función.

Existe un amplio abanico de trastornos de la alimentación de **origen psíquico** en la infancia, más o menos graves, pero no todos requieren la intervención de un especialista. En muchas ocasiones se puede resolver el problema **cambiando algunas de las pautas de relación** tanto de los niños como de los padres y de otros referentes adultos. En otras, en cambio, sí que es necesaria la ayuda de un profesional que oriente en el diagnóstico y el tratamiento.

El problema de un niño con dificultades para comer, ¿es una dificultad transitoria?, ¿es anorexia? No todos los rechazos en la alimentación o las dificultades para alimentarse son anorexia. Pueden ser consecuencia de **fobias a diferentes alimentos** o bien pueden deberse a los **esfuerzos del niño para lograr su individualidad**.

La incidencia de los aspectos relacionales

Algunas teorías han demostrado que los **aspectos relacionales están en la base del desarrollo de muchas de las disfunciones en la alimentación**, y fundamentan sus argumentos en la observación de las interacciones entre la madre y el niño/a en las etapas precoces del desarrollo.

Desde muy temprana edad el niño/a exige ser reconocido como distinto a los otros para dejarse alimentar, y la madre debe ayudar a **construir esa individualidad**. ¿Cómo? El bebé es dependiente de la madre, no tanto porque necesita sus cuidados sino porque depende de la interpretación que ésta hace de sus lloros, gestos o gritos. Esta interpretación no está determinada por un código inequívoco, sino que depende de lo que el bebé significa para la madre. Esto hace que el abanico de respuestas sea tan variado como madres hay en el mundo.

Una misma madre, ante los lloros de su bebé un día le da de mamar y otro le cambia los pañales, con el resultado de que en ambos casos el bebé se calma. Y no porque la respuesta sea adecuada a la necesidad – eso nunca lo podemos saber –, sino porque **la respuesta en sí misma satisface un signo de amor** y cumple la función de **establecer entre el niño y la madre una relación simbólica e imprescindible** para la vida del ser humano.

"Algunos aspectos relacionales están en la base del desarrollo de muchas de las disfunciones en la alimentación"



Foto: teksomolika - Freepik

Complejidad de los mecanismos afectivos y emocionales en la relación materno-filial

No se trata solamente de que no podamos ponernos de acuerdo sobre cuál es el horario y la frecuencia adecuados de tomas para un bebé (4, 6 horas o "a demanda"), sino de la enorme complejidad de los **mecanismos afectivos y emocionales que se ponen en juego en la relación madre-hijo y que hacen del alimento un objeto de intercambio** entre ambos. Este intercambio, como tantos otros, constituirá la **matriz del desarrollo del infante en sus primeros años** de vida y sentará las bases de su ulterior constitución como individuo adulto.

No es que el bebé ame a la madre porque ella lo alimenta, sino que se deja alimentar porque ella le ha hecho sentir que le ama. Sin embargo, **no basta con sentirse amado para que un bebé acepte ser alimentado**. El amor en exceso puede llegar a ser un obstáculo, sobre todo si la madre está sólo pendiente de él y le da de comer cada vez que presiente su frustración.

La frustración es la base del deseo y el deseo motor de la vida y sólo se moviliza cuando falta algo. La respuesta unívoca con la comida a las demandas del bebé ahoga su deseo y lo conduce por caminos problemáticos en los que la **alimentación** va a ser el **elemento en discordia**.

Seguramente, una madre tranquila emocionalmente responderá en los distintos niveles a lo que su bebé necesita sabiendo que **el alimento primordial no es sólo la comida, sino también sus cuidados, su amor** y la aceptación del niño/a como diferente a ella misma. El infante se dejará alimentar aceptando algunas cosas y rechazando otras, convirtiéndose así en un individuo que tiene sus propias ideas.

Puede haber muchos motivos -inseguridad, miedos, exigencia...- por los que una madre no pueda realizar esta función adecuadamente y analizarlos y comprenderlos sin someterse a una culpa excesiva puede ayudar a **corregir algunas pautas relacionales que a menudo están en el origen de un futuro trastorno de la alimentación**.

"El alimento primordial para el bebé no es sólo la comida sino el cuidado y el amor"

-
- Guia de salut **"Els trastorns alimentaris en la població infantil i juvenil"**
 - Llegeix més articles a **"la càpsula"**
 - Visita el web de **Sant Pere Claver - Fundació Sanitària**

C. Vila i Vilà, 16 08004 Barcelona | Tel. 93 442 39 03
info@spcsalut.org | www.spcsalut.org