

Bebés como peces en el agua

A pesar de su cortísima edad, ya que algunos apenas han cumplido cuatro meses, puede decirse que los bebés que participan en la piscina en un novedoso programa sobre actividad física para favorecer su neurodesarrollo, empiezan ya a moverse como auténticos peces en el agua.

La catedrática de la Universidad de Granada María José Aguilar coordina un grupo de investigación multidisciplinar para llevar a cabo este proyecto, que desarrolla algunas de sus actividades en la piscina climatizada del Hospital de Traumatología de la ciudad.

Los bebés se sienten habituados al medio acuático gracias a las características del agua, su temperatura y a la similitud con el útero materno, ha explicado a EFE Aguilar, quien ha subrayado la importancia del ejercicio físico para el aprendizaje y la adaptación general del niño al ambiente en el que se desarrolla.

“El desarrollo psicomotor de un niño normal es muy progresivo. Primero se tiene que voltear, después empezará a cogerse, se elevará y finalmente andará”, ha detallado Aguilar, convencida de que el programa acuático contribuirá a que todo ese proceso sea más rápido.

“Aquí trabajamos el juego, las relaciones sociales, la emotividad y la afectividad con los padres”, ha añadido la investigadora, quien aconseja a los participantes adultos no mostrar miedo nunca, haga lo que haga el niño.

Entre los beneficios de esa actividad física para el bebé se encuentran un mejor desarrollo psicomotor, el fortalecimiento del sistema cardiocirculatorio, el desarrollo del sistema inmunológico e incluso el aumento del cociente intelectual.

El programa mejora igualmente la relación afectivo-cognitiva, acelera el inicio de la socialización, implica mayores habilidades vitales de supervivencia y les ayuda a relajarse y sentirse más seguros.

Samanta, una de las madres que participa en este programa desde que comenzó en enero, ha explicado a EFE que su hijo se mueve “mucho mejor, tiene más elasticidad y suele estar más atento a su propio cuerpo”.

“La psicomotricidad de mi hija está por encima de las de su edad”, ha comentado por su parte María Luisa, otra madre también partidaria de que este tipo de programa pudiera ofrecerse en la cartera de servicios de la sanidad pública.

El programa da continuidad a una primera fase de estudio en el que ya demostraron que las mujeres que hacían ejercicio en el medio acuático durante las semanas 20 y 37 de gestación tenían menos bebés obesos, prolongaban la lactancia materna de sus hijos, sufrían menos depresión postparto y parían de forma más satisfactoria.