

DANIELA TORÁN

La Sociedad Chilena de Pediatría (Sochipe) lanzó el libro "La aventura de criar y cuidar". Se trata de una inédita guía sobre crianza y acompañamiento para que padres y adultos cuidadores puedan encontrar una orientación basada en la ciencia. El texto, que recopila el trabajo de tres mil pediatras en Chile, tiene 392 páginas con ilustraciones, y en su elaboración participaron 53 médicos relacionados a la salud pediátrica, incluyendo nutricionistas, odontólogos y psicólogos, entre otros.

Está dividido en cinco capítulos. El primero aborda los cuidados básicos de un recién nacido, desde la preparación para el parto, el cuidado de la piel y el ombligo hasta sistemas de retención infantil en vehículos y el uso del chupete, entre otros múltiples puntos. Luego tiene recomendaciones referidas a la evolución y desarrollo de un niño sano, el comienzo de la adolescencia, mitos de la crianza, y un manual con respuestas a las dudas más frecuentes.

"A través de las redes sociales y la página web nos llegaban innumerables consultas, entonces decidimos hacer algo más completo. El libro no pretende saltarse los controles médicos que además de resolver dudas, tienen que ver con pesquisar situaciones del crecimiento y desarrollo que puedan implicar otros problemas. No es sobre enfermedades. Lo que busca el libro es orientar a los papás en los temas más comunes o habituales a los que se enfrentan, particularmente, los papás primerizos. Hay muchos mitos que abordamos según la evidencia científica, pero en un lenguaje simple y fluido", dice el pediatra Francisco Moraga, uno de los autores.

**¿Cuáles son las preguntas que más les hacen, doctor?**

"¿Se debe usar o no andador? ¿Se debe usar o no chupete?, son de las más controversiales".

**¿Qué dice libro del andador?**

"El andador categóricamente hay que evitarlo. Es la primera causa de accidentes graves en niños que aún no caminan. Al no estar apoyándose directamente contra el suelo, porque son las rueditas las que hacen la pega, se retrasa la marcha porque impide que el niño venza la gravedad, por lo tanto, que fortalezca los músculos, los huesos. La mayoría de los niños que aprenden a caminar con



El libro aborda temas desde el nacimiento hasta la llegada a la adolescencia.

Inédita guía elaborada por 53 profesionales responde más de 100 preguntas de crianza

# Qué dicen los pediatras: ¿Es bueno o malo que los niños usen andador?

La Sociedad Chilena de Pediatría (Sochipe) lanzó el libro "La aventura de criar y cuidar" para aconsejar a los papás.

andador terminan en punta de pie, hay un acortamiento del tendón de Aquiles. Produce una serie de trastornos de tipo motor y ortopédico. Finalmente el andador solo ayuda a los papás para controlar a los niños, pero en esos casos es mejor tener un corral protegido donde el niño pueda, en la medida de sus capacidades, irse

parando solo, no forzar una situación de desarrollo para la cual no está preparado".

**¿Y qué pasa con el chupete?**

"Acá hay matices. Tiene ventajas en el niño recién nacido, sobre todo en el prematuro cuando se le tienen que hacer procedimientos. El endulzar el chupete es el mejor analgésico en vez de ponerle droga. También en los prematuros el uso del chupete ayuda a prevenir la muerte súbita. Pero hay desventajas. Puede competir contra el correcto acople al pecho e interferir en la lactancia. En general se recomienda evitar el chupete hasta que el niño aprenda a agarrarse bien del pecho y succionar en forma adecuada. Lo ideal es desincentivar

su uso a partir del año y medio. Los dentistas son partidarios de dejarlo al año por la deformación que se produce en el maxilar superior y el paladar".

**¿Qué pasa con el collar de ámbar para la dentición o la nuez moscada para las alergias?**

"Si bien no existe ninguna evidencia científica de los supuestos beneficios, usarlos no provocan daño en la medida en que su uso no reemplace los controles o tratamientos apropiados".

El precio del libro es de \$30.000 y se puede comprar a través de la página web [www.sochipe.cl](http://www.sochipe.cl) (<https://acortar.link/7TZtwy>) o en librerías.