



**6º CONGRESO MUNDIAL DE EDUCACIÓN  
ACUÁTICA PARA BEBÉS Y NIÑOS**

**6th WORLD AQUATIC BABIES CONGRESS**

**Octubre 23 - 26, 2001  
Buenos Aires - ARGENTINA**

## **COMITÉ DE HONOR**

PRESIDENTE DE LA NACIÓN ARGENTINA  
Dr. Fernando de la Rúa

MINISTRO DE SALUD DE LA NACIÓN ARGENTINA  
Dr. Héctor Lombardo

MINISTRO DE CULTURA Y EDUCACIÓN DE LA NACIÓN ARGENTINA  
Lic. Andrés Guillermo Delich

SECRETARIO DE DEPORTES DE LA NACIÓN  
Prof. Marcelo Garrafo

JEFE DE GOBIERNO DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES  
Dr. Aníbal Ibarra

SECRETARIO DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DE LA CIUDAD DE BUENOS  
AIRES  
Lic. Daniel Filmus

SUBSECRETARIO DE SERVICIOS DE SALUD DEL GOBIERNO DE LA CIUDAD DE  
BUENOS AIRES  
D. Francisco Luis Tropea

SUBSECRETARIO DE TURISMO DE LA CIUDAD AUTÓNOMA DE BUENOS AIRES  
D. Jorge O. Purciariello

PRESIDENTA DE LA CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE NATACIÓN  
Dra. Kitty O. De Paluci

REPRESENTANTE DELEGADO DE UNICEF  
D. Edward Madinger

SECRETARIO GENERAL DE LA OEA EN ARGENTINA  
D. Guillermo A. Corsino

REPRESENTANTE DE LA UNESCO EN ARGENTINA  
D. Arturo Hein

PRESIDENTE DEL COMITÉ OLÍMPICO ARGENTINO  
D. Antonio Rodríguez

PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN METROPOLITANA DE MEDICINA DEL  
DEPORTE  
Dr. Hugo Svetlize

PRESIDENTE DEL PANATHLON CLUB BUENOS AIRES  
D. Carlos Speroni

PRESIDENTE DE LA FUNDACIÓN CARDIOLÓGICA ARGENTINA  
Dr. José Martínez

PRESIDENTA DE LA SOCIEDAD ARGENTINA DE NEUROLOGÍA INFANTIL  
Dra. Liliana Czornyj

PRESIDENTE DE LA FEDERACIÓN ARGENTINA DE MEDICINA DEL DEPORTE  
Dr. Hugo O. Rodríguez Papini

PRESIDENTE DE LA CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE DEPORTES  
Dr. Fernando Jorge Aren

PRESIDENTE DEL INSTITUTO BONAERENSE DEL DEPORTE  
Mayor Sergio Groupierre

## **COMITÉ EJECUTIVO**

### **PRESIDENTE**

Dra. Patricia Cirigliano

### **SECRETARÍA EJECUTIVA**

Prof. Hebe Silvina García Ruiz

Prof. Marisa De Martino

### **PRENSA Y DIFUSIÓN**

Ing. Fernando L. Velázquez

### **RELACIONES INTERNACIONALES**

Norma Cirigliano

### **RELACIONES PÚBLICAS**

Prof. Marcela Benadiba

### **COORDINACIÓN INSTITUCIONAL**

Prof. Silvia Elena Maggiorini

### **COORDINACIÓN DOCENTE**

Lic. Patricia Scieppaquercia

Prof. Patricia Claudia Bustos

Prof. Verónica Borgonovo

### **COORDINACIÓN DEPORTIVA**

Lic. Pablo Testa

### **CONTROL DE GESTIÓN**

Prof. María de los Ángeles Chatelain

Prof. María Marcela Costa

Prof. Andrea Rechax

Prof. María Cecilia Carou

## **AUSPICIOS**

El 6º Congreso Mundial de Educación Acuática para Bebés y Niños ha tenido los siguientes auspicios de organismos nacionales e internacionales, instituciones públicas y privadas.

Ministerio de cultura y educación de la nación  
Ministerio de salud pública de la nación  
Secretaría de deportes de la nación  
Secretaría de educación del gobierno de la ciudad de buenos  
Subsecretaría DE SERVICIOS DE SALUD

DEL GOBIERNO DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES  
SUBSECRETARÍA DE TURISMO DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES

INSTITUTO BONAERENSE DEL DEPORTE

FEDERACIÓN ARGENTINA DE MEDICINA DEL DEPORTE

ASOCIACIÓN METROPOLITANA DE MEDICINA DEL DEPORTE

SOCIEDAD ARGENTINA DE CARDIOLOGÍA

CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE DEPORTES

CONFEDERACIÓN ARGENTINA DE NATACIÓN

COMITÉ OLÍMPICO ARGENTINO  
PANATHLON CLUB BUENOS AIRES

OEA (ORGANIZACIÓN DE LOS ESTADOS AMERICANOS)

UNESCO (ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS

PARA LA EDUCACIÓN, LA CIENCIA Y LA CULTURA)

UNICEF (FONDO INTERNACIONAL DE LAS NACIONES UNIDAS

PARA EL SOCORRO DE LA INFANCIA)

## **OBJETIVOS**

DISFRUTAR DEL LIBRE INTERCAMBIO DE IDEAS EN UN AMBIENTE CREATIVO

ESTIMULAR "BRAINSTORMINGS" Y LA INTERACCIÓN FRUCTÍFERA ENTRE PANELISTAS Y PARTICIPANTES

PROMOVER LAS INVESTIGACIONES ESPECÍFICAS Y EL RIGOR CIENTÍFICO DE LOS MÉTODOS

VIVENCIAR LAS DIFERENTES PRÁCTICAS EN LOS TALLERES ACUÁTICOS

VALORIZAR LOS MÉTODOS QUE ENSEÑAN A NADAR JUGANDO, CON SEGURIDAD Y SIN LÁGRIMAS

POPULARIZAR LA INICIACIÓN ACUÁTICA TEMPRANA PARA TODOS LOS BEBES Y NIÑOS DEL MUNDO

GENERAR CONCLUSIONES QUE AMPLÍEN EL HORIZONTE LABORAL Y ELEVEN EL NIVEL PROFESIONAL

## **¿QUÉ ES UN CONGRESO?**

Es un encuentro entre gente interesada por las mismas cuestiones

Es un intercambio entre personas que tienen ideas parecidas o diferentes, pero comparten

el deseo de saber y superarse

Es un acto de humildad al que se adhieren los profesionales que son convocados para fundamentar su estilo de trabajo y aquellos que vienen a escucharlos

Es además un lugar que permite la apertura mental, la reflexión y el aprendizaje

Es también, una oportunidad para revalorizar la propia trayectoria, para imponerse nuevas

metas y para hacer amigos

## **PAÍSES EXTRANJEROS Y ORADORES QUE PARTICIPARON**

(Por orden de presentación)

SUDÁFRICA - Neil WHITE  
AUSTRALIA - July WATTS  
URUGUAY - Elena BAUER ARRILLAGA  
U.S.A. - Dave DU BOIS  
ALEMANIA - Uwe LEGHAM  
ESPAÑA - Lidia PENA PARIS  
FINLANDIA - Iina KETTUNEN  
INGLATERRA - Francoise FREEDMAN  
DINAMARCA - Ulrika FAERCH:  
CHILE - María Eliana ACEVEDO FAJARDE  
BRASIL- José Antonio FONTANELLI  
MÉXICO - María de Lourdes CISNEROS  
JAPÓN - Niko SAITO  
FINLANDIA - Leena PETTINEN

## **ORADORES DE ARGENTINA QUE PARTICIPARON**

(Por orden alfabético)

María Elena BAUER ARRILLAGA  
Patricia CIRIGLIANO  
Liliana CZORNYJ  
Fabián GELPI  
Juan Carlos MAZZA  
Mónica RODRÍGUEZ  
Martha SANZ  
Osvaldo STOLIAR

## **DISERTANTES DE ARGENTINA**

Patricia CIRIGLIANO  
Liliana CZORNYJ  
Fabián GELPI  
Juan Carlos MAZZA  
Mónica RODRIGUEZ  
Martha SANZ  
Osvaldo STOLIAR

## **APERTURA DEL 6º CONGRESO MUNDIAL DE EDUCACIÓN ACUÁTICA PARA BEBÉS Y NIÑOS - WABC 2001**

Bienvenidos todos a este encuentro que deseamos sea, como lo prometimos en febrero de 1999 fructífero en intercambios, respetuoso de las diferencias, amistoso en la discusión de los temas de nuestro campo preferencial común: Los bebés en el agua. Quiero en especial agradecer la presencia de Mr. Steve Graves, presidente de la WABC (World Aquatic Babies Congress) y el maravilloso mensaje fílmico que nos trajo de parte de su fundadora Virginia Hunt para quien pido un fuerte aplauso que llegue hasta su casa con nuestro cariño y deseos de su pronto restablecimiento.

Saludo también a todos los especialistas que han concurrido desde todas partes del mundo y a los de nuestro país, porque en conjunto haremos sin duda de éste, un gran Congreso.

Apenas a más de un mes de los sucesos trágicos de septiembre, los educadores que nos visitan han mostrado, como Virginia en su bautismo aéreo a los 82 años, que sólo personas valientes pueden enseñar a los niños a serlo.

En momentos tan difíciles y oponiéndose al temor, optando por el camino hacia adelante, por el amor y por la vida, nuestros amigos especialistas han subido a los aviones y aquí están para ofrecernos lo mejor de sí mismos.

Como en todos los eventos que organizan el ISEFI y la Primera Escuela Argentina de Natación para Bebés y en particular en éste, en que asumimos el desafío de realizar en Argentina el 6to. Congreso Mundial de Educación Acuática para Bebés y Niños, damos también la bienvenida a todos los docentes y profesionales que desde todos los continentes asisten a este encuentro.

Los felicitamos por su firme vocación y por su responsabilidad ante los bebés y sus familias que los hace ávidos de actualización y perfeccionamiento.

Espero que todos nuestros invitados disfruten igualmente de nuestra linda Ciudad de Buenos Aires, de la cordialidad argentina, de nuestra buena mesa y de todo lo que aprenderán aquí.

Adelante pues, con el 6to. Congreso Mundial de Educación Acuática para Bebés y Niños.

<b>PROGRAMA (en el Marriot Plaza Hotel)</b>	
DIA 24	DIA 25
<p>08:00 a 09:00</p> <p style="text-align: center;"><b>ACREDITACIÓN - ACREDITATION</b></p>	<p>08:00 a 09:00</p> <p style="text-align: center;"><b>ARGENTINA - ARGENTINE</b> <b>MARTHA SANZ</b></p> <p style="text-align: center;">La organización de la función respiratoria y el agua Organization of respiratory function and water birth to 3 years old</p>
<p>09:00 a 09:30</p> <p style="text-align: center;"><b>APERTURA - OPENING</b> <b>Mr. STEVE GRAVES</b> <b>Dra. PATRICIA CIRIGLIANO</b></p>	<p>09:00 a 09:30</p> <p style="text-align: center;"><b>ESPAÑA - SPAIN</b> <b>LIDYA PENA PARIS</b></p> <p style="text-align: center;">Desarrollo motor y competencia acuática Motorian development and aquatic competence</p>
<p>09:30 a 10:10</p> <p style="text-align: center;"><b>SUDÁFRICA - SOUTH AFRICA</b> <b>NELL WHITE</b></p> <p style="text-align: center;">¿Sumergir a los infantes o mejor que ellos se sumerjan? Why submerge infants when they are better off submerging themselves?</p>	<p>09:30 a 10:10</p> <p style="text-align: center;"><b>FINLANDIA - FINLAND</b> <b>NIINA KETTUNEN</b></p> <p style="text-align: center;">20 años de natación para bebés en Finlandia 20 years of Finnish Baby Swimming Association</p>
<p>10:15 a 10:35</p> <p style="text-align: center;"><b>ARGENTINA - ARGENTINE</b> <b>MÓNICA RODRÍGUEZ</b></p> <p style="text-align: center;">Sostén, Juego y placer - Holding, Play and pleasure</p>	<p>10:15 a 10:55</p> <p style="text-align: center;"><b>MESA REDONDA - ROUND TABLE</b></p>
11:00 a 11:20 <b>INTERVALO - INTERVAL</b>	11:00 a 11:20
<p>10:15 a 10:55</p> <p style="text-align: center;"><b>AUSTRALIA</b> <b>JUDY WATTS</b></p> <p style="text-align: center;">La inmersión: Preparación y coraje Submersion / La inmersiónes need to be encouraged</p>	<p>10:15 a 10:55</p> <p style="text-align: center;"><b>INGLATERRA - ENGLAND</b> <b>FRANCOISE FREEDMAN</b></p> <p style="text-align: center;">Natación exitosa desde el aprendizaje con juegos From joyful learning to successful swimming</p>
<p>12:45 a 12:45</p> <p style="text-align: center;"><b>ARGENTINA - ARGENTINE</b> <b>SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES</b> <b>EDUCATION SECRETARY OF THE BUENOS AIRES CITY GOVERNMENT</b></p> <p style="text-align: center;">Escuela Pública: Organización y pedagogía Public School: Organization and pedagogy</p>	<p>12:05 a 12:45</p> <p style="text-align: center;"><b>PANEL</b></p>
12:45 a 14:00 <b>ALMUERZO - BREAKFAST</b>	12:45 a 14:00 <b>ALMUERZO - BREAKFAST</b>
<p>14:00 a 14:40</p> <p style="text-align: center;"><b>URUGUAY</b> <b>ELENA BAUER ARRILLAGA</b></p> <p style="text-align: center;">La canción, beneficios en el aprendizaje acuático The songs, benefits in the aquatic instruction</p>	<p>14:00 a 14:40</p> <p style="text-align: center;"><b>ARGENTINA - ARGENTINE</b> <b>FABIÁN GELPI</b> <b>FUNDACIÓN CARDIOLÓGICA ARGENTINA</b> <b>ARGENTINE CARDIOLOGIC FOUNDATION</b></p> <p style="text-align: center;">Resucitación - Resuscitation</p>
<p>14:45 a 15:25</p> <p style="text-align: center;"><b>U. S. A.</b> <b>DAVE DU BOIS</b></p> <p style="text-align: center;">Influencias culturales que afectan las metas de programas acuáticos infantiles Cultural influences that affect the goals in infants aquatic education programs</p>	<p>14:45 a 15:25</p> <p style="text-align: center;"><b>ARGENTINA - ARGENTINE</b> <b>AGUAS S.R.L.</b></p> <p style="text-align: center;">Calidad del agua: Filtrado, tratamientos. Calentamiento Water quality: Treatment, filtering, Heating</p>
<p>16:30 a 16:10</p> <p style="text-align: center;"><b>ARGENTINA - ARGENTINE</b> <b>LILIANA CZORNYJ</b></p> <p style="text-align: center;">Desarrollo del primer año de vida Development in the first year of life</p>	<p>16:30 a 16:10</p> <p style="text-align: center;"><b>PRESENTACIÓN DEL MEJOR TRABAJO LIBRE</b> <b>THE BETTER FREEMORK PRESENTATION</b></p>
<p>16:15 a 16:55</p> <p style="text-align: center;"><b>ALEMANIA - GERMANY</b> <b>UWE LEGHAM</b></p> <p style="text-align: center;">El valor de la continuidad en la enseñanza acuática de niños The life saving importance of continuity in teaching swimming of the children</p>	<p>16:15 a 16:55</p> <p style="text-align: center;"><b>DINAMARCA - DENMARK</b> <b>ULRIKA FAERCH</b></p> <p style="text-align: center;">Desarrollo de la motricidad sensorial en la enseñanza de niños Development sensory motor skills in infant and baby swim</p>
<p>17:00 a 17:50</p> <p style="text-align: center;"><b>GRAN PANEL - BIG PANEL</b></p>	<p>17:00 a 17:50</p> <p style="text-align: center;"><b>ARGENTINA - ARGENTINE</b> <b>PRIMERA ESCUELA ARGENTINA DE NATACIÓN PARA BEBÉS</b> <b>FIRST ARGENTINE SCHOOL FOR SWIMMING BABIES</b></p> <p style="text-align: center;">Sesión de videos didácticos - Didactic video session</p>

<b>PROGRAMA (en el Marriot Plaza Hotel) DIA 26</b>		<b>PROGRAMA (en el Y M C A) DIA 23</b>	
08:00 a 09:00	<b>ARGENTINA - ARGENTINE</b>  <b>OSVALDO STOLIAR</b>  Pediatria y prevención - Paedialty and preventior	10:00 hs. en piscina	10:00 hs. In swimingpool
09:00 a 09:30	<b>ARGENTINA - ARGENTINE</b>  <b>JUAN CARLOS MAZZA</b>  Natación infantil y síndrome de la saturación deportiva Infar lew mning and the sportive saturatin g syndrome	<b>TALLERES - WORKSHOPS</b>	
09:30 a 10:10	<b>CHILE</b>  <b>MARÍA ELIANA ACEVEDO FAJARDE</b>  Nadar: una aproximación natural Swimming, an natural approach	10:30 hs. en aula	10:30 hs. in classrooms
10:15 a 10:35	<b>BRASIL - BRAZIL</b>  <b>JOSÉ MARÍA FONTANELLI</b>  Natación infantil: El renacer a una mente sana Swimming for babies. The reborn to a healthy mind	<b>GUAGUATEAR HOLD THE BABY IN ARMS</b>  LAURA LERNER EMMER  Taller vivencial y video - Workshop and videos	
11:00 a 11:30	INTERVALO - INTERVAL	11:30 hs. en piscina	11:30 hs. in swimingpool
10:15 a 10:35	<b>MÉXICO - MEXICO</b>  <b>MARÍA de LOURDES CISNEROS</b>  Planificación, éxito del programa de bebés Forward plann ng, the success of babies program	<b>LA EDUCACIÓN ACUÁTICA EN EL KINDERGARTEN THE AQUATIC EDUCATION IN THE CHILDRENGARDEN</b>  SARA ADRIANA DODERO  Presentación práctica con niños Exhibition of practice with children	
12:45 a 12:45	<b>MESA DE ENTRENADORES COACHS TABLE</b> <b>PABLO TESTA, OSVALDO ARSENIQ, ROBERT STRAUSS, RODOLFO SACCO y ORLANDO MOCCAGATTA</b>  El futuro de los bebés nadadores - The future of the swimming babies	13:30 hs. en gimnasio	13:30 hs. in gymnasium
12:45 a 14:00	ALMUERZO - BREAKFAST	<b>EL HOLDING MATERNO THE MATERNAL HOLDING</b>  MÓNICA RODRIGUEZ  Taller teórico práctico - Theoric and practice workworkshop	
14:00 a 14:40	<b>JAPÓN - JAPAN</b>  <b>NIKO SAITO</b>  Agua, ritmo y niños Water, rhythm and children	<b>DIA 24</b>	
14:45 a 15:25	<b>FINLANDIA - FINLAND.</b>  <b>LEENA PENTTINEN</b>  Informe sobre natación de bebés en Finlandia Report on babies swiming in Finland	15:00 a 20:30 hs. en piscina	15:00 a 20:30 hs. in swimingpool
16:30 a 16:10	<b>ARGENTINA - ARGENTINE</b>  <b>PATRICIA CIRIGLIANO</b>  Background, supervivencia y autonomía infantil Background, survival and infants autonomy	<b>PRENATAL ACUÁTICO AQUATIC PRENATAL</b>  MARÍA ELIANA ACEVEDO y MARCELA BENADIBA  Experiencias en piscina - Experiences in swimming room	
16:15 a 17:10	<b>GRAN PANEL FINAL CON TODOS LOS ESPECIALISTAS BIG FINAL PANEL WITH ALL SPEACIALIST</b>	20:30 hs. en aula	20:30 hs. in classrooms
17:15	<b>CIERRE DEL CONGRESO CONGRESS CLOSURE</b>	<b>FAMILIA Y ESTIMULACIÓN ACUÁTICA FAMILY AND AQUATIC STIMULATION</b>  JULIANA JANSSEN BARBOSA  Taller teórico - Theoric worksho p	
		20:30 hs. en piscina	20:30 hs. in swimingpool
		<b>A NADAR SE APRENDE JUGANDO LEARNING TO SWIMM BY THE PLAY</b>  EQUIPO DOCENTE DE LA PRIMERA ESCUELA ARGENTINA DE NATACIÓN PARA BEBÉS	

# **¿PORQUÉ SUMERGIR A NIÑOS CUANDO ELLOS MEJOR SE SUMERGEN POR SÍ MISMOS?**

**ES TIEMPO DE QUE LA OPOSICIÓN A LA SUMERSIÓN DE LOS NIÑOS SEA VISTA DESDE LA PERSPECTIVA DE ELLOS MISMOS**

**Por Nell WHITE**

AQUATOTS Programa de Natación - África del Sur

## **Biografía de la autora**

Nell White es la fundadora de AQUATOTS Programa de natación en África del Sur. Es el método de enseñar a niños la natación, tiene registradas 63 habilitaciones, dos instructores en Zimbabwe y uno en Ghana.

Nell se ha implicado, en los últimos veinte años de su carrera, en todo los aspectos de enseñanza de la natación enfocando específicamente en niños.

En su país está considerada como una especialista en su campo. Ella es presentada a menudo en los medios que comparten sus noticias y asiste a reuniones de su especialidad en frecuentes viajes al exterior.

El plan de acción de Nell comprende, la enseñanza con talleres, con programas de capacitación, con escribir el material instructivo, con estudiar, y con hacer videos. Recientemente ha escrito varios trabajos para Todswim S.A., quien es un electivo de la Natación de África del Sur, para la acreditación nacional de enseñanza de natación con toddler.

También se ha presentado en el WABC en Los Ángeles (1993) y en Melbourne (1995). Aspira que su trabajo sea conocido localmente y en el exterior. Nell cree firmemente estar al corriente de los tiempos.

Actualizando una licenciatura de B. A. de 25 años la colocan en un honroso nivel en el desarrollo de psicología, es el testimonio a esta creencia.

## **Resumen de la conferencia**

La sumersión deberá estar por debajo o cubierta por agua.

Los humanos estarían normalmente incómodos acerca de sumergirse a menos que ellos sepan que podrían subir para respirar dentro de un período razonable.

Los adultos son capaces de racionalizar el resultado de sumersión.

Los niños por otro lado son por su desarrollo incapaces de tal racionalización.

Su reacción a la sumersión dependería enteramente en la experiencia de sumersión previa.

Los adultos experimentan normalmente sumersión por su propia voluntad.

Los niños en cambio acceden a la experiencia de sumersión por la mano de un adulto.

Esto es un asunto crítico. Cómo hace el adulto para transmitirle al niño para que no se sienta amenazado por la sumersión.

La práctica de sumersión varía entre profesionales según hasta el punto de la importancia conectada a retransmitir este mensaje al niño.

La práctica de sumersión varía también según la importancia conectada a tales riesgos médicos como apnea, hipotermia, hiponatremia, y la extensión de otras enfermedades.

El asunto se ha discutido, los pro y los contra, en anteriores conferencias de WABC pero nunca los panoramas opuestos fueron debatidos en la misma conferencia.

Hasta el momento, no se esperan que cuerpos influyentes tales como la Academia Americana de Pediatría darán su apoyo para la natación infantil.

La pregunta de cuál es el beneficio de sumersión en la adquisición de la habilidad temprana para nadar de los niños surgió en el WABC en Toulouse (1999).

La sumersión aparentemente frecuente en la infancia temprana tuvo las repercusiones negativas en el aprendizaje posterior.

Niños que habían sido frecuentemente y regularmente sumergido en la infancia temprana no estaban ansiosos de volver a lecciones. Aunque una investigación en esta cuestión no la han continuado aquellos implicados en el nado infantil concordaría, ese negativismo esta relacionado generalmente a la sumersión de alguna manera u otra. Considerando alternativas razones para imponer sumersión en niños, que todavía no nadan, a una edad temprana lleva a pensar tal como Igor Tjarkovsky y Alexander Gutterman que en Rusia en 1989 era, según suponen, responsables de reducir la enfermedad de niños por 75% en aquellos que, desde los 14 días de edad, fueron sometidos diariamente a nadar taladros que implicaron sumersión.

La sumersión por tales razones es mejor dejarla a la profesión médica. Lo concerniente a eso es el propósito para la sumersión. Aunque pertenezco a una generación en que el adulto impuso sumersión, nunca fui partidaria de ello. No vi el propósito. Por un período de más de treinta años, mi aversión al adulto que imponía la sumersión, formó un método de enseñar que asentado un precedente en mi país. Se demuestra claramente que es innecesario imponer cualquier forma de sumersión en niños a pesar de la manera en que lo se hace. En pocas palabras, el método toma a niños, que todavía no son móviles, con ejercicios apacibles que promueven el backfloat sin recurrir a sumersión. Aumentada la actividad motriz, la experiencia de la sumersión la hacen por si mismos. Al mismo tiempo ellos son introducidos a la práctica de habilidades de rotación según su nivel de desarrollo. Esto se practica en agua profunda, pero eso todavía no implica sumersión. La habilidad de la rotación entonces se combina gradualmente con actividades de sumersión. El resultado es que los niños vuelven sobre sus espaldas y agarran el backfloat. El niño más joven que ha dominado esta rutina tenía siete meses de edad. Los niños que comienzan las lecciones en la etapa de toddler siguen una rutina semejante pero la habilidad de la rotación se practica en una posición vertical en comparación con la posición más horizontal del de la etapa de toddler. Toddlers aprende a volver al lugar de entrada. Ellos pueden dominar fácilmente esta rutina. Toddlers de 15 meses de la edad, pueden continuar respirando normalmente sobre la distancia que cubre. El método se elabora durante la presentación verdadera y se demuestra por medio de un video.

# **SOSTÉN, JUEGO Y PLACER DE LA EXPERIENCIA COMPARTIDA A LA APROPIACIÓN DEL CUERPO**

Por **Mónica Beatriz RODRÍGUEZ**

Psicomotricista

## **Biografía del autor**

Mónica Beatriz Rodríguez nació en Buenos Aires, Argentina en 1960. Es Psicomotricista, egresada de la Escuela que depende de la Asociación Argentina de Psicomotricidad y se encuentra realizando actualmente la Licenciatura en Psicomotricidad en la Universidad Nacional de Tres de Febrero. Previamente realizó su formación en Profesora para la Enseñanza Primaria y Profesora especializada en Problemas de Aprendizaje y a posteriori su formación en Estimulación Temprana en el Centro Dra. Lydia Coriat.

Dentro del campo de la educación, durante mas de 15 años ejerció la docencia en Escuelas Primarias, Gabinetes Psicopedagógicos y en Institutos de Formación docente en la Cátedra de Psicomotricidad. Actualmente dicta seminarios y talleres de Psicomotricidad y Estimulación Temprana en la Universidad de Buenos Aires (Facultad de Psicología) y en la Universidad Nacional de Quilmes.

En el ámbito de la salud publica, fue miembro fundador en 1987 del Equipo de Estimulación Temprana del Hospital Evita (Lanús) y fundadora y coordinadora desde 1989 del Equipo de Estimulación Temprana del Hospital Narciso López (ex -vecinal de Lanús) y durante los años 1993 a 1999 del Equipo de Psicomotricidad en la misma Institución.

En el ámbito privado, es directora desde 1993 de TECAR, 1er Centro de Psicomotricidad de la Zona Sur, institución especializada en Estimulación Temprana, Terapia Psicomotriz y Relajación Terapéutica (área clínica -asistencial) y dedicada a la difusión de las temáticas del campo de la Psicomotricidad (área docencia).

Ha participado como disertante y en la organización de numerosas jornadas y congresos en su especialidad. Ha publicado trabajos en "Crónicas Clínicas en Relajación Terapéutica y Psicomotricidad", en el libro "Reuniones Clínicas en Psicomotricidad" y edita semestralmente el boletín "Comunicaciones en Psicomotricidad".

El interés por la infancia la ha llevado a investigar en diversas temáticas y disciplinas como el juego, el psicoanálisis, la pediatría, las enfermedades psicosomáticas, entre otras. Es miembro de la Asociación Argentina de Psicomotricidad y de la Sociedad Argentina de Pediatría (Comité de Salud Mental y Familia, en el grupo de investigación en psicosomática).

## **Resumen de su conferencia**

Va a ser difícil abordar esta temática si se piensa que la psicomotricidad se ocupa exclusivamente del movimiento o de la motricidad. Es el movimiento, pero todo lo que hace el bebé en sus intercambios con el medio.

El cuerpo se encuentra sometido a las leyes biológicas de maduración, pero también se encuentra sometido a las leyes de la cultura y el lenguaje que posibilitan la humanización y por lo tanto la constructividad corporal: la construcción del cuerpo en y para la relación con el Otro.

El cuerpo del otro es asiento y origen que le va a permitir al infante delinear y accionar con su cuerpo, haciendo de su accionar un acto significativo.

Una de las experiencias cotidianas que involucran tempranamente al cuerpo en su relación con los otros es la experiencia de "sostén".

Etimológicamente la palabra "sostén" alude simultáneamente al alimento, al espacio y al equilibrio. Para el bebé, el nacimiento es pérdida de la continuidad corporal, pérdida del entorno envolvente que le otorgaba seguridad.

Sus primeras experiencias de sostén jerarquizan la relación corporal a nivel del eje tónico-postural del cuerpo: el bebé es tomado en brazos de manera tal que se le ofrece una superficie de apoyo en la que el tronco y la cabeza se encuentran en continuidad.

Es a través de estos contactos significantes que el bebé se va anoticiando de su cuerpo y de lo que se espera de él. El cuerpo va tomando "existencia" y "consistencia" en el contacto, la temperatura, la presión, la mirada, los gestos y la mímica, la voz como constancia perceptiva que provee de los hilos para la vivencia de unidad corporal, sensación de calma y de seguridad. Siguiendo a Ajuriaguerra no podemos pensar en términos de necesidad sino de una relación recíproca, un diálogo tónico entre dos, placer mutuo compartido y estructurante.

El bebé, por su parte, cuenta con disposiciones innatas que le posibilitan sostener el equilibrio y realizar los intercambios con el medio (me estoy refiriendo a los engramas constitucionales: reflejos arcaicos, reacciones equilibratorias y posturales, maduración tónica del eje axial, ritmos biológicos, gestualidad refleja).

El eje del cuerpo es no sólo competente para expresar sino que es competente para recibir.

El aporte de Henri Wallon en este sentido, fue demostrar que el tono no es algo solamente cuantitativo, sino una función que fluctúa según los estados de satisfacción y de displacer.

Esta fluctuación tónica está ligada a la problemática del acuerdo o la armonía de los ritmos propios del niño y de los ritmos provenientes del mundo externo, en especial, su madre.

La tensión en exceso, las hipertonías o las crisis tónico-emocionales (crispaciones, berrinches, espasmos) corresponden a displacer y falta de seguridad, que en situaciones extremas toma la forma de angustia.

¿Cómo se inscribe corporalmente el sostén? Es por esta vía de la sensorialidad, del receptáculo corporal materno y de las palabras que la madre le dirige a su hijo en su posturomotricidad, que ella posibilita que las estructuras y las funciones se inscriban en el cuerpo a partir de la puesta en funcionamiento y del placer que éste suscita.

El diálogo tónico se inscribe corporalmente en la dialéctica de la presencia- ausencia. Es en lo no visible de lo visible del diálogo tónico-postural, donde se juegan las cuestiones del sostén.

La postura y las funciones que se desprenden de ella, no están sólo ligadas a la relación órgano -función sino que en la especie humana, la postura toma el lugar de un deseo; la postura es representación.

Otra escena privilegiada de la infancia ligada íntimamente a la experiencia de sostén es el "jugar".

Las experiencias lúdico-corporales van comprometiendo al eje tónico-postural, al órgano del laberinto y las sensaciones propioceptivas que quedan ligadas a la manera de compartirlas con su otro a quien estuvieron destinadas.

Es en ese espacio "entre" el niño y su madre ("espacio transicional" para Winnicott), donde el pequeño irá desplegando su hacer significativo y su función imaginante.

Si con la experiencia del sostén, el bebé se provee de un cuerpo, con la experiencia del jugar se provee de la subjetividad.

El cuerpo se va construyendo en simultáneo con la constitución subjetiva.

Me interesa resaltar que el jugar del bebé y niño pequeño no corresponde a ningún tipo de entrenamiento de las capacidades motrices, ni a una medición de la eficacia de la acción, tampoco a una capacidad innata.

En el trabajo con bebés es fundamental tener una mirada atenta no sólo a las pautas madurativas, sino a la manera particular en que cada niño y su adulto se relacionan, a la manera en que el cuerpo del niño es puesto en funcionamiento para el propio placer.

## **BIBLIOGRAFIA**

### **Ajuriaguerra, Julián**

*"Encuentro con Ajuriaguerra", entrevista publicada en el Nº 3 de la revista de Psicomotricidad editada por la AAP, 1980*

*"Ontogénesis y filigénesis", Revista do Corpo e da Linguagen, Nº 12, marzo de 1986, Río de Janeiro, Brasil*

### **Bergès, Jean**

*"Función estructurante del placer", en Crónicas Clínicas en Relajación Terapéutica y Psicomotricidad, Nº 5, 1996 "El cuerpo: de la Neurología al Psicoanálisis", en Cuadernos de Psicomotricidad y Educación Especial, Nº2, 1990*

### **Calmels, Daniel**

*"Del sostén a la trasgresión", en Cuadernos de Psicomotricidad y Educación Especial, Nº 1, 1990 "El juego corporal", material de trabajo de la Cátedra de Formación Corporal de la Escuela dependiente de la AAP, 1996, no editado.*

Levin, Esteban

*"La infancia en escena. Constitución del sujeto y desarrollo psicomotor", Nueva Visión, Bs As, 1995*

### **Szanto- Feder, Agnes**

*"Afectos y manifestaciones tónico- musculares", en Revista La Hamaca, Nº1, 1991*

### **Tosquelles, Francisco**

*"El maternaje Terapéutico con los deficientes mentales profundos", Ed. Nova Terra, Madrid, 1972*

### **Winnicot, Donald**

*"Realidad y juego", Ed. Gedisa, Barcelona, 1982*

*"Los bebés y sus madres", Paidós, Bs As, 1989*

# **LA INMERSIÓN PREPARACIÓN Y CORAJE**

Por Judy WATT

## **BIOGRAFÍA**

Acreditaciones y calificaciones

AQueensland Swimming Association,1981; Entrenadora Nivel 1 - Australia Swimming,1990, Certificación de Austswim Profesora e Infantes, 1991/93; Profesora de Salvavidas Nivel 1 (RSL) 1993; Conferenciante en Austswim Infantil,1994; Certificado de Instructora (NSSA),1996/97

## **Conferencias**

ASCA Costa de Oro,1995 -2000; WABC Melbourne, Oaxaca y Toulouse; Federación Sueca de Natación,1999; en USA, Suecia e Inglaterra, 2000; en Nueva Zelanda, Suecia y Dinamarca, 2001

## **Realizaciones en video**

Niños y Bebés exploran el agua, 1998; Yo soy dos y Yo puedo nadar,1999; Aerobismo acuático para mayores de 50 años,1999; Relajación y ejercicios para futuras mamás, 1999; El agua vista por los niños,2000; Atreverse a ser distinto, 2001; Austswim Manual para niños, 1998

## **CONFERENCIA**

Nosotros hemos transitado una larga jornada no solamente para llegar a la Argentina sino para decir como enseñamos natación infantil. . Quisiera aprovechar esta parte del día.

Hoy nos estamos moviendo hacia una buena educación en la natación infantil.

Afortunadamente, no solamente para nosotros los maestros sino, como más importante, para los niños.

Cuando yo comencé a enseñar natación 25 años atrás, no había una educación formal. En realidad se consideraba que la edad apropiada para que los niños comenzaran a nadar era de 3 años o mayores. La enseñanza para los bebés se ignoraba.

En mis esfuerzos para encontrar material relevante para comenzar mi nueva carrera como profesora de natación, encontré un libro sobre prevención de ahogamientos el cual fue mi biblia para el primer año.

Recuerdo ese primer semestre. Yo tenía todos los ingredientes correctos para un natatorio desastroso. El agua de la pileta estaba fría, los bebés tenían aproximadamente 8 meses de edad y la mayoría del pago de las lecciones tuvo que fue devuelto.

No necesito decir todo lo involucrado no fue feliz. Tenía que mejorar el método.

Entonces comencé mi larga jornada en la educación acuática infantil. De todas manera todavía continúo estudiando.

TEMORES - Nosotros estamos teniendo la oportunidad de enseñar, esto es como un regalo usado juiciosamente.

Esto abre muchas puertas, pero tenemos que ser responsables de como enseñar; las lecciones aprendidas por los estudiantes tienen en su vida un efecto duradero.

Esto significa que no tenemos que tener temor de nosotros mismos.

El temor muestra su peligrosa cara de varios modos. En el área de la educación acuática infantil no es necesariamente el temor del bebé a la inmersión sino el temor personal de los padres y del profesor.

El temor de los padres puede ser aplacado por un profesor competente y seguro de sí mismo

¿Cómo entonces el profesor debe sobreponerse a su personal temor?

A través de la educación, nosotros precisamos actuar como una esponja, abierta a todas las nuevas y viejas ideas.

Nunca temer a los cambios (es una porción lo que hemos aprendido) eliminando la opinión de que nuestra forma de ser es el único camino.

**PREPARACIÓN E INMERSIÓN** - Las clases comienzan con un círculo cantando dos canciones, esto asegura una atmósfera amistosa y relajada.

El círculo se reagrupa varias veces durante la lección, esto promueve no solamente un excelente práctica social sino que puede ser ventajoso que la clase tome un pequeño receso. Dos canciones "If your happy and you know it" y "The arms of the swimmers"

El tocamiento es la más importante conducta en la inmersión. Esto promueve un íntimo contacto entre el profesor y el bebé.

La conversación con los padres, explicándoles los éxitos, construye una confiable relación con el profesor.

La inmersión debe ser lenta, suave como un delfín.

Estar en sintonía con el lenguaje corporal del bebé será también una buena guía de su confort.

La inmersión, en último grado, es una realización individual del alumno. Se necesita que sea una aproximación no estresante.

La decisión de "cuando", el niño está listo para sumergirse, se decide con el profesor, no con los padres.

Cuando el niño ha sido sumergido exitosamente por el profesor, los padres deben ser instruidos y alentados para ese procedimiento.

Los padres nunca se sienten bien para sumergir a su niño por primera vez. Por lo tanto, Hay un natural temor y ansiedad que es transmitida al niño.

Un profesor competente que sumerge al niño usando una técnica correcta, transmite sensaciones positivas al infante, resultando un fluido movimiento natural en el agua tal como lo hace un delfín.

**PRELIMINARES PARA LA INMERSIÓN** - Es necesario tener contacto visual, táctil y auditivo.

Inicialmente comenzar con un contacto amable en la cara del bebé, explicando a los padres el beneficio del tocamiento.

Repetir estas acciones con las manos mojadas:

1. Coloque un poco de agua en una de sus manos, mientras le dice algunas palabras, moje la cara del bebé desde la frente hacia abajo.
2. Luego llene totalmente de agua una mano y repita la acción 1
3. Usando las dos manos repita las acciones 1 y 2 controlando las reacciones del bebé en todo momento.
4. Repita las acciones 1 a 3 y cuando el niño se sienta completamente confortable con ello, sumergirlo con lento movimiento de entrada de delfín. Siempre las primeras entradas deben ser realizadas por el profesor. El niño será pasado de los padres al profesor en un movimiento hacia atrás, de tal modo que el niño no pierda contacto visual con los padres.
5. Los padres ponen sus manos sobre las del profesor y juntos realizan la inmersión permitiendo a los padres medir la verdadera sensación durante la entrada y salida de la inmersión.

No es solamente la voluntad del bebé para la inmersión que nosotros debemos considerar sino también la de los padres.

Este es el momento para señalar y respetar sus sensaciones confirmando la voluntad de inmersión del niño. Es esta en sintonía con el lenguaje corporal de los padres.

Si los padres no resultan confiables hasta ese momento, entonces el profesor es quien continúa sumergiendo al bebé demostrando que es fácil y que el niño aprueba las acciones de entrar y salir del agua.

**SOSTÉN** - El sostén inicialmente debe ser firme y seguro. El acostumbrado sostén de los padres a los bebés tienen reducida su confiabilidad.

Una buena explicación es que el sostén debe ser tal como sostener un paquete de plumas en sus manos.

**ESPEJOS** - Desde 2 años atrás yo advertí que era extremadamente difícil tener niños y bebés flotando sobre sus espaldas. Entonces descubrí un espejo resistente al agua. El resultado ha sido notable. El espejo mide aproximadamente 35 cm y es tenido por encima de los ojos del infante. Decorado con stickers le agrega atracción.

Otra ventaja que hace animar a los niños mayores es que pueden mirarse debajo del agua.

Durante los últimos tres años he tenido la oportunidad de conferenciar internacionalmente, y compartiendo una o dos copas de vino con colegas he llegado a la conclusión de que no hay un programa o método que pueda ser universal.

Nuestros países, culturas y climas son muy diferentes, pero hay un común ingrediente. En cualquier programa, los niños tienen sus derechos y hay que respetarlos.

Enseñar es tocar una vida por siempre.

# **LA CANCIÓN, BENEFICIOS EN EL APRENDIZAJE ACUÁTICO**

Por **María Elena BAUER ARRILLAGA**

Directora de la Primera Escuela de Natación para Bebés del Uruguay

## **BIOGRAFÍA**

María Elena Bauer Arrillaga nació en Montevideo, República Oriental del Uruguay el 29 de abril de 1966.

Recibida como Profesora de Educación Física en 1988 en el I.S.E.F.I. en 1989 realizó cursos de especialización en la D.S.H.K (Deutsche Sporthochschule Köln) Escuela Superior de Deportes de Colonia, Rep. Federal de Alemania (Natación con bebés, natación con principiantes, entrenamiento de las capacidades coordinativas, biomecánica, generalidades sobre entrenamiento y enseñanza del movimiento para el uso de la fuerza reactiva, gimnasia artística desde niveles básicos a superiores, cama elástica

Realizó diversos cursos: Ballet, danza afrobrasileña, gimnasia jazz, clases de observación en la F.N.N.P Fédération Nationale de Natation Préscolaire, Paris, Francia; Natación elemental en Bayreuth, Rep. Federal de Alemania. En 1990 formó parte del grupo de estudio multidisciplinario (Psicología, psiquiatría, obstetricia y educación física)

Entre 1996 y 1998 tomó cursos de Estimulación temprana, Iniciación Acuáticas para Bebés, Aprendizaje Acuático Temprano y Fundamentos psicomotores del aprendizaje de la natación.

En su país fue Campeona Nacional de Gimnasia Artística en los años 1981, 1982 y 1983.

Ha publicado artículos en la revista Padres, Madres e Hijos del periódico EL PAÍS y en la revista deportiva NEXO y dictado conferencias en la Expo Mamá - Bebé y en el Club Náutico de Montevideo.

## **CONFERENCIA**

### **HACIENDO UN POCO DE HISTORIA**

- Etimológicamente uno de los probables orígenes de la palabra cantar, sería cantareiro que en gallego significa: "que mete continuo y dulce ruido".

La música nos acompaña en toda nuestra vida desde la cuna hasta la muerte, y desde miles y miles de años. Ya los primeros hombres que vivieron en nuestra tierra, conocían la música.

"El órgano musical más antiguo, más auténtico, más bello, es la voz humana"  
{Wagner}

Cantarle a un bebé es una práctica milenaria, a la cual Platón, le reconocía un rol ventajoso tanto para el cuerpo como para el alma de los niños.

La canción entonces se convierte en mediador musical del vínculo, a través de la cual se expresan afectos en forma modelada.

Entre los años 1190 y 1250 reinó como emperador del Sacro Imperio Romano Germánico Federico II, nieto de Barbarroja. Fue el primero a quien se le ocurrió realizar una experiencia sobre la privación emocional en el lactante.

Salimbeni, un cronista de la época, relata los hechos de la siguiente manera: "La segunda locura de Federico fue la de querer saber que género de lenguaje y que manera de hablar tendrían los niños si crecían sin que nadie les hubiera hablado antes. Para ello ordenó a las nodrizas y a las cuidadoras que alimentaran a los niños, los bañaran y cuidaran, pero sin balbucear con ellos, sin hablarles de ninguna manera, pues quería saber si estos niños, cuando hablaran, lo harían en hebreo, que era el idioma más antiguo, en griego, en latín, en árabe o en la lengua de los padres de quienes habían nacido. Pero buscó en vano, pues todos los niños murieron, ya que no

podían vivir sin las caricias, los rostros alegres y las palabras de amor de las nodrizas. Citado por J. De Ajuriaguerra, del libro Terror y tortura de Daniel Gil.

## **EL CANTARLE A UN BEBÉ**

- Tiene orígenes múltiples, donde se entremezclan lo personal y familiar, la historia del hombre y la música, el lenguaje y los simbolismos culturales. Es como si hubiera un conocimiento innato de la necesidad de hablar, de cantar y de acompañar con el movimiento.

La madre acaricia y envuelve a su bebé con su tono de voz.

Varios autores, Freud (1895), Klein (1952), Bion (1966), Lebovici (1988), Cramer (1998), hacen referencia a la relación Madre-Bebé.

Winnicott (1958) planteaba que no hay tal cosa como un bebé, lo que sí existe es un bebé con su mamá.

## **LA CANCIÓN EN EL AGUA, SU INCIDENCIA EN EL VÍNCULO ASÍ COMO EN EL APRENDIZAJE ACUÁTICO**

Ya desde la vida fetal, escuchaba los ruidos de la madre, del cuerpo materno, su ritmo cardíaco, su voz; como una unidad rítmica del diálogo intrauterino, que después del nacimiento serán continuados por la madre al hablar, al cantar, al acunar al bebé.

Es decir que la relación madre-bebé se inicia ya en la gestación; con el nacimiento, este vínculo adquiere una nueva significación.

La canción, la voz y el tono en que se canta cumplen una función de envoltura, sumándosele a esta la propia envoltura que ejerce el agua tibia; si a esto le agregamos los movimientos de balanceo, incentivados y originados por la canción; logramos una situación placentera, que por consiguiente el bebé tenderá a repetir. Se van a dar diversos modelos de expresión de amor de la madre a su bebé, transmitidos a través de como lo mira, como lo sostiene, como le habla, la manera de regular su proximidad o distancia.

Madre y bebé generan un encuentro, un espacio, un encuadre plagado de emoción, que será a la vez aumentado por las propiedades del agua.

El agua, elemento que contribuye a lo regresivo, le da más intensidad a la relación. Al hablar de regresivo, no lo hacemos en el sentido de una involución a la vida intrauterina, sino en el de restablecer una situación placentera.

En el agua, lo corporal, el movimiento, el contacto piel a piel, tienen un lugar privilegiado.

Cuando se le canta a un bebé se crea entre este y el adulto un vínculo de palabras, gestos y sonidos que potenciará la relación entre ambos.

Cuando hay una buena conexión y una buena decodificación por parte de la madre hacia su bebé, ésta podrá adaptar su canto en función de las necesidades de su bebé, cantando más lento, extendiendo las vocales, alternando el tono de voz, etc.

Es importante dar espacio a lo intuitivo; que el adulto haga uso de sus recursos en forma espontánea para comunicarse y disfrutar a su bebé.

La canción como fenómeno vincular, zona de encuentro y comunicación no solo entre madre y bebé, sino también con el padre

Los elementos sonoro musicales que se constituyen como mediadores del vínculo primario entre madre y bebé, tienen la posibilidad de promover y favorecer determinados aspectos en dicha relación que son específicos.

Cuando las palabras van acompañadas de una melodía, cuando son cantadas, se produce un efecto cualitativamente diferente, que cuando éstas son habladas. Experiencias realizadas por S.Trehub y colaboradores concluyen, que en presencia del bebé, la madre expresa un estilo característico de cantar.

La autora habla del smiling voice, haciendo referencia a que la madre parecería estar sonriendo mientras canta a su bebé.

## **EL APEGO**

Es la base de seguridad que brinda la madre, desde la cual el niño puede explorar el mundo. Se trata de una relación singular y específica entre dos personas que persiste en el transcurso de la vida.

Un proceso de interacciones regulatorias, conformado por un contacto físico frecuente y sostenido, un timing de contacto basado en los ritmos del bebé y sus señales de comportamiento.

Indicadores de apego, según escala Massie-Campbell (1983)

El intercambio de miradas que se produce entre madre y bebé.

La vocalización o realización de sonidos vocales.

El contacto físico o la comunicación piel a piel. El sostén, como la mutua y recíproca postura del pequeño y su madre, mientras el pequeño es sostenido por aquella.

El afecto, a través de las expresiones faciales como señal de estados emocionales.

La proximidad o disposición para estar cerca, disponible.

## **EL LUGAR DEL PADRE EN EL MOMENTO DE CANTARLE AL BEBÉ**

La voz del padre tiene un timbre particular que el bebé también reconoce. En general se ubica en una frecuencia más baja, más grave que la madre.

El padre creará también su propia versión, desde su lugar de hombre. Versión necesaria en el vínculo con su hijo, que seguramente provocará otros climas y sensaciones en el bebé.

El padre es un otro que permite ir abriendo un espacio entre la madre y el bebé para que este vínculo no se vuelva sofocante

## **CONCLUSIONES**

Podríamos decir que la canción en el agua cumple varias funciones:

- Propicia de envoltura para el bebé, y para la unidad madre-padre-bebé, así como ejerce una función terapéutica sobre el adulto que canta, distendiéndolo.
- Le da un nuevo lugar al padre, que por lo general dejaba la parte de las canciones para la madre. El padre comienza a cantarle a su bebé, no solo en la piscina, sino también en su hogar.
- Disipa el temor del adulto al agua, quien muchas veces comienza el curso tensionado y hasta angustiado. Con el objetivo de que su bebé no repita la misma experiencia de él, termina disfrutando y deseando un curso para él.
- La de ser una referencia en el desarrollo de una clase. Ya que por medio de distintas canciones se irán pautando diferentes ejercitaciones, como por ej.: diferenciar el inicio como el final de la misma. Si bien la canción será sobre la que nos apoyaremos y será el hilo conductor de la clase; es importante destacar que se dejan momentos de silencio y espera; en el sentido de, no solo presentar estímulos, sino de dar espacio para su autoestimulación.

- Crea momentos de encuentro, intercambio de miradas, contacto físico, comunicación piel a piel, afectividad a través de las expresiones faciales y la disposición para estar cerca.
- Genera situaciones donde madres y bebés son activos y pasivos alternadamente. Juegos de acercamiento y alejamiento para aprender a separarse. Esto sería contribuir a fortalecer el vínculo.
- Sentir placer, disfrutar con sus bebés en el agua, ya que cuanto mayor sea el placer, mayor será la distensión y por lo tanto habrá más movimiento, por lo que el aprendizaje será más fluido, más rápido.

# **INFLUENCIAS CULTURALES QUE AFECTAN LAS METAS DE PROGRAMAS ACUÁTICOS INFANTILES**

**By David DUBOIS**

Director of Water Works Aquatic Education

## **CONFERENCIA**

Debo hacer notar que este escrito no se presenta como una investigación científica, sino como las observaciones y opiniones de un practicante. El alcance de la información discutida es limitado y representa el punto de vista del autor basado en la experiencia personal.

La raza humana siempre ha necesitado el agua para su supervivencia. Sin embargo, la conexión que tenemos con el agua ha sido etérea cuando vamos más allá de las necesidades originales.

El hombre ha mostrado una verdadera fascinación por el reino acuático, escogiendo vivir y veranear cerca de sus variados rincones, recreándose en ella de interminables maneras, ejercitándose en ella, e incluso utilizándola como parte en rituales religiosos. Donde el agua no ha existido, hemos creado maneras de mantenerla cerca.

La hemos utilizado para entretenernos y aliviarnos, y restablecemos nuestro vínculo con este líquido vital en un bautismo diario. Esta conexión no se ha limitado por la edad, mientras las personas en cada fase de su vida se ven atraídas por los manantiales.

Nosotros, a cambio, hemos traído a nuestros hijos al agua, motivados por nuestro deseo ancestral de que experimenten lo que nosotros hacemos, y por nuestro reconocimiento a la alegría que ellos parecen manifestar.

Quizás estamos haciéndoles sentir más como si estuvieran en casa, en un ambiente más parecido al experimentado dentro de su madre, o posiblemente, incluso facilitando una conexión con un pasado ancestral.

Actualmente vemos esto como actividades acuáticas pre- y post-natales, nacimientos en agua, natación infantil, y natación para bebés. Este fenómeno no se ha aislado a un lugar en el globo. Por todo el mundo, en muy distintos lugares, las personas se ven atraídas hacia el agua - atraídas para nadar.

Con la variedad geográfica y climática que presenta el mundo, la natación para bebés se ve afectada por los lugares dónde se practica.

Una apropiación sería, que los climas más calurosos, más templados serían más conducentes a la natación durante todo el año, una condición que muchas personas involucradas con bebés defienden. Sin embargo, en mis observaciones, lo contrario es lo que sucede.

Los climas más calurosos parecen producir mayores fluctuaciones estacionales en la asistencia al programa, mientras las áreas más frías consistentemente tienen una clientela más estable durante todo el año.

Hay algunas anomalías, como la preponderancia de albercas al aire libre en ambientes relativamente fríos, tales como Islandia, que se usan cómodamente durante todo el año como resultado del calor geotérmico prontamente disponible y barato.

La mayoría de las albercas al aire libre se construyen principalmente en las áreas más calurosas de los Estados Unidos. Aunque los inviernos son bastante apacibles en los estados cálidos del cinturón de los EE.UU., son de todas maneras, lo suficientemente fríos para muchas de las albercas al aire libre para cerrar, o por lo menos para interrumpir los programas por casi medio año.

Esto se ha desarrollado por temporada, cultura de natación de verano y se restringe severamente la consistencia de la natación durante todo el año que muchos niños pequeños reciben.

Esta tendencia también se ve en las áreas más calurosas de Australia.

Recíprocamente, en algunos de los estados más fríos del norte de EE.UU, la

asistencia a las escuelas de natación en invierno, a veces es más alta que en verano, como es el caso de las muy exitosas Foss Swim Schools en Minnesota.

He visto la tendencia en Escandinavia, donde la natación es mucho más común y la asistencia, incluso puede ser más alta en los meses invernales.

La geografía y el ambiente, la religión, medicina, arte, medios de comunicación, y una multitud de otros factores, influyen en la cultura de las personas. Y esta cultura, a su vez, puede tener un impacto fundamental en cómo la natación infantil se dirige y qué metas se persiguen.

Creciendo en el sur de California, siempre fui agudamente consciente de la búsqueda de la excelencia que se promueve en los Estados Unidos. La presión para tener éxito y ser el número uno penetra la mayoría de las áreas de la cultura, sobre todo en los deportes y en el logro académico.

Hay una cierta paranoia que se desarrolla para progresar rápidamente y uno se percibe quedándose atrás a menos que uno vaya adelante. Yo pienso que muchos niños sienten estas presiones a temprana edad, pero esto se vuelve especialmente intenso cuando entran en los grupos de preescolar.

Los padres, también sienten estas presiones y a menudo buscan maneras de que sus hijos obtengan un límite en competencias.

Este enfoque en ser el número uno, a menudo crea un acercamiento a una visión cerrada hacia el individuo, incluso dentro de un grupo con ambiente de enseñanza. Los maestros de natación a menudo se enfocan en un solo niño, prestando atención personalizada, 'uno-a-uno'.

Mientras esta atención puede tener algún beneficio cuando se utiliza apropiadamente, a menudo ignora la dinámica social disponible, y no aprovecha el trabajo de grupo.

En consecuencia, hay una tendencia para preferir las lecciones privadas o semiprivadas, y las clases de grupo sólo son tomadas debido a problemas financieros o porque las lecciones privadas no pueden estar disponibles.

Es mucho más común ver que se ofrezcan y enseñen lecciones privadas en los EE.UU. que en Australia, Nueva Zelanda, o la mayoría de Escandinavia. El punto no es que la vida como niño en América es una competencia extrema con una atención personalizada, 'uno-a-uno'. De hecho muchos padres intentan no caer en la mentalidad descrita arriba, pero pienso que hasta cierto punto afecta a todos.

El alentar los logros y la excelencia es algo bueno, pero hay algunas repercusiones negativas.

Después de haber enseñado muchos años a niños de todas las edades en los EE.UU. y haber trabajado con sus padres, lo he podido comparar con situaciones de enseñanza similares alrededor del mundo, específicamente en Australia, Nueva Zelanda, y Escandinavia.

Es mi opinión que hemos criado una generación de niños en los EE.UU. que tiene miedo al fracaso de una manera desproporcionada. Comprendo que todos los niños, a veces, pueden temer al fracaso.

Mis observaciones han sido que, en general, niños americanos probarán una nueva actividad, pero si no tienen éxito inmediatamente y no son los mejores en ello, entonces se resistirán a intentarlo de nuevo. Considerando que con niños de otros países, en general, con los mismos escenarios lo enfrentarían con una actitud más deseosa a "darle una oportunidad" repetidamente hasta que la actividad sea dominada.

El deseo de volverse "hábil" en algo, al contrario de ser "el mejor", parecía común, y por consiguiente el miedo a fallar era quizás menor.

Mi valoración ha sido, en general, que la autoestima y seguridad de los niños con los que he tratado en localidades fuera de los EE. UU, ha sido más estable. Estoy incierto de hasta qué punto, el miedo al fracaso y la presión para tener éxito, afecta las clases de la natación infantiles. Sin embargo, estoy convencido de que juega un papel en cómo los padres ven la experiencia de sus hijos, cómo y cuándo los alaban, y en cómo se comparan con otras familias en el programa que natación.

Los formatos de las clases estructuradas con una intención de lograr habilidades específicas, generalmente son comunes en las clases en los EE. UU. Los padres generalmente parecen apreciar el saber que están trabajando por algo, como el nadar de manera independiente y/o eventualmente la recuperación de la respiración.

Una rutina definida en la clase no es tan común en otros países. Esta dinámica también es responsable, por lo menos parcialmente, para el predominio del logro de habilidades los programas básicos en los Estados Unidos.

Los padres quieren ver resultados tangibles rápidamente en la forma de nadar las habilidades. Hay una necesidad a "mantener" y superar, si es posible, lo que alguien más está haciendo para sus niños.

Esto también se motiva por la culpa que muchos padres sienten en la sociedad americana. Hay muchas familias en que el padre soltero o ambos padres trabajan. Este tiempo lejos de sus niños crea una necesidad en los padres de sentir que están haciendo "un buen trabajo" y, a su vez, la presión de que están recuperando el tiempo perdido.

Los esfuerzos para lograr una habilidad también son motivados por el alarmante riesgo de ahogamiento infantil en los Estados Unidos. Más de 1,000 niños menores de 15 años se ahogan todos los años en los EE. UU., sufren lesiones cerebrales permanentes o invalidez cerca de 5,000 por estar cerca de ahogarse.

Aproximadamente 16,000 llegan a salas de emergencia debido a emergencias por estar a punto de ahogarse (Centro Nacional para las Estadísticas de Salud [NCHS]- Datos Nacionales de Mortalidad, 1998, Hyattsville, MD, NCHS 2000; Centro para el Control de Enfermedades [CDC], Libro de Hechos durante el Año 2000 - Trabajando para Prevenir y Controlar las Lesiones en los Estados Unidos, [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)).

En la mayoría de los estados cálidos del cinturón de los EE.UU., los ahogamientos es la causa principal de muerte para los niños menores de 5 años (NOTICIAS de CPSC [Comisión para la Seguridad de Producto al Consumidor de los EE.UU.] Oficina de Información y los Asuntos Públicos, Washington, DC 20207, el 25 de mayo de 1999, el Descargo #99-116).

Recuerdo que hubo un verano que tuvimos 36 niños ahogados sólo en Orange County, que es sólo mi pequeño rincón en California del Sur.

La mayoría de estas tragedias ocurrieron en la alberca de un traspatio, en la mayoría de los casos en la propia residencia del niño (Centro para el Control de Enfermedades [CDC], Libro de Hechos durante el Año 2000 - Trabajando para Prevenir y Controlar las Lesiones en los Estados Unidos, [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)). Esto no es sorprendente para cualquiera que ha volado a Los Angeles y ha visto desde el aire el número asombroso de albercas extendidas por el paisaje.

Así es que los padres oyen hablar del riesgo y buscan los programas de natación como una manera de proteger a sus niños. Con esto como motivación, hay una expectativa adicional para ver el logro de habilidades.

En los Estados Unidos se ha tenido también el problema de las declaraciones de las políticas publicadas por la Academia Americana de Pediatría desde que 1985, aconsejando a los padres no inscribir a los niños menores de 4 años de edad en las lecciones de natación.

Cuando estas declaraciones fueron hechas originalmente, tuvieron un efecto devastador en los programas de la natación para bebés en los EE.UU. y en el extranjero, y muchos sintieron que eran una garantía, un paso decisivo en una industria con pocos lineamientos o normas. Desde ese descargo inicial, ha habido grandes pasos por las diversas organizaciones para crear programas de educación, establecer lineamientos, y fijar normas.

Uno de los primeros fue un curso desarrollado por la National Swimm School Association en 1988. Este curso, que gusto a otros y mejoró la comunicación en la industria, ha intentado dirigir las preocupaciones descritas en la declaración de AAP y, a su vez, ha creado un ambiente dónde un alto grado de credibilidad se da a la industria de la natación.

La variedad de mensajes que los padres reciben pueden ser confusos. Ellos saben que el agua propone un alto riesgo de muerte a sus niños.

Ellos también oyen que la comunidad médica les advierte no participar en los programas de natación hasta que su niño tenga 4 años de edad. Tal vez un instinto, quizás el sentido común, y la certeza de la escuela de natación, los persuade para entrar y probar.

Muchos en la industria, incluso les sugieren aprender a relajarse y amar el agua. Hay mensajes contradictorios que pueden hacer difícil el lograr consensos. Eso puede poner a un padre en una posición angustiada. No es sorprendente que haya tantos padres nerviosos en cuanto a lecciones de natación se refiere.

En respuesta al riesgo de ahogarse, y el deseo que muchos padres tienen de ver resultados, algunos programas ofrecen la promesa de habilidades de seguridad.

En algunos casos esto ha llevado a programas que ponen de lado un rango lleno de necesidades de desarrollo que el niño tiene, en el interés de lograr las habilidades rápidamente. Algunos ven estos programas como ásperos e incluso traumáticos.

Aquí debe reconocerse que estos programas, sienten honestamente, que están en una batalla de vida o muerte y que "los fines justifican los medios" cuando se trata de proteger a un niño contra el riesgo número uno de muerte. Ese concepto se pasa por alto fácilmente si alguien no ha crecido con ese riesgo, literalmente, en su puerta trasera.

La inmensa mayoría de los programas, todavía interesados en el logro de habilidades por las razones obvias, intentan templar esa necesidad con las necesidades del niño - respondiendo igualmente a sus necesidades emocionales, psicológicas, y sociales. Se logran las habilidades, pero al paso del niño. Mi experiencia inicial como maestro, en 1985, estaba en el logro de las habilidades de un programa base enfocado principalmente a dirigirse a la prevención de ahogamientos con clientes en el área de Orange County en el Sur de California.

Este programa de "flotación boca arriba de supervivencia" estaba en la Australian Swimm School fundada por el australiano John Bainbridge en 1977. El programa ofreció un curso de 5 semana, 15 lecciones para los bebés mayores de 6 meses de edad y dio garantías sobre enseñar al niño a rodarse y flotar independientemente, totalmente vestido, al final del programa descrito.

Las habilidades se mantuvieron, se reforzaron, y se extendieron en lecciones continuas después del programa inicial. La oferta del programa, a veces llamado el programa de "la alberca segura", era atractiva a muchos padres y dirigida hacia su principal preocupación de proteger a su niño y lograr las habilidades rápidamente.

Esta técnica se describió en la Tesis de Maestría de John, terminada en la Universidad de California, Long Beach, en 1977. En una película Super 8, John documentó las técnicas usadas en el programa de "la alberca segura".

Aunque el programa aun funciona para lograr las habilidades de una manera oportuna, eventualmente una transición a un programa básico de desarrollo infantil fue realizada alrededor de 1988. Había muchas razones para esta transición, pero una apreciación del niño en su totalidad era central para el cambio que venía.

Ésta es también, la actitud promovida en las organizaciones como el National Swimm School Association. Uno de los ocho lineamientos utilizados en el 'NSSA's Infant Toddler Swimm Course declara, "La atmósfera de aprendizaje debe ser segura y feliz con maestros amorosos. El maestro, el programa de enseñanza y el ambiente no deben ser factores causales en la incomodidad y/o dolor de un niño". Las escuelas en esta organización y otras se esfuerzan para un acercamiento equilibrado.

He tenido la suerte suficiente para trabajar y viajar extensivamente alrededor de Australia. Teniendo cerca del 90% de la población viviendo con fácil acceso al océano, es fácil ver la fundación de la cultura de la natación que se ha desarrollado allí.

La natación competitiva es uno de los deportes más populares en Australia y los mejores nadadores disfrutaban de fama asociada con entretenimientos en otros países.

Sin embargo, lo que me ha impresionado más en Australia no ha sido la fama que los nadadores bien conocidos consiguen, sino el reconocimiento que la imagen genérica del nadador con buena salud o el icono del salvavidas de surf tiene en la vida australiana. Para los australianos, generalmente se acepta que es importante nadar. Como el lema de Milo Swim declara, "Enseñando a Australia a nadar para una vida larga saludable, segura, divertida e idónea". La organización tiene un cartel promocional titulado "Nacido para nadar" dedicado al Medallista Olímpico de Plata, Leisel Jones, donde está sosteniendo a un bebé en el agua. El bebé está sonriendo y alcanzando la medalla de Leisel.

El mensaje para el éxito en la natación competitiva no es tan ruidoso como puede parecer. Más bien, la idea es que la natación es de toda la vida y que uno puede participar a cualquier nivel desde bebé hasta la Olimpiada. Eso es muy representativo de la mentalidad australiana.

De esta cultura de la natación, se han ensalzado a muchos de los pioneros en la natación para bebés.

Nombres como Claire Timmermans, Forbes Carlile, y Diny Van Dyk se conocerían bien en la mayoría de las familias con historia dentro de natación para bebés.

Un rasgo ambiguo que tiene Australia en común con los Estados Unidos es la proporción alarmante de ahogamientos infantiles. Proporcionalmente, ahogarse es por lo menos equivalente si no es que peor, a las semejanzas vistas en los EE.UU. con más de 60 niños pequeños que se ahogaron en el año 2000 (Informe Nacional de Ahogamientos, Real Sociedad de Salvamento de Australia).

Estos números estimulan a los padres para buscar los programas de natación en un esfuerzo por combatir el problema, pero la intensidad del logro de habilidades del programa básico no parece haberse desarrollado de la misma manera en Australia. Ha habido programas, que incluyen algunas bases en la flotación boca arriba de supervivencia similar al programa original de John Bainbridge descrita arriba, pero en general ha habido un menor acercamiento hacia la natación para bebés.

Una característica que he notado en la estructura de las clases en Australia es la efectiva enseñanza orientada a grupos con un enfoque menos intenso a lo individual.

Aunque existen, no hay tantas lecciones privadas ofrecidas o impartidas.

La problemática de la seguridad acuática en Australia ha lanzado un número de programas de prevención, como ha sucedido en los Estados Unidos. Pero uno en particular, el programa de Laurie Lawrence Kids Alive Program (Programa del Niño Vivo de Laurie Lawrence), ha ganado el reconocimiento nacional y patrocinio por McDonald que es algo que ningún programa en los EE.UU. ha podido lograr.

La pantomima del viaje de Laurie, utiliza las canciones y personajes originales, incluso los salvavidas de surf requeridos, para relevar la información básica de seguridad acuática a los niños. En el verdadero estilo Australiano, el mensaje es positivo y preventivo, al contrario de las tácticas de miedo a las que muchos programas de prevención recurren, que a menudo demuestran ineficacia y crea una respuesta pública indiferente.

En mi primera visita a Escandinavia, en 1993, fui expuesto a algunas cosas muy diferentes a lo que había estado acostumbrado. Aunque existían diferencias entre los programas que vi en Suecia y Noruega, por lo que observé, había algunas tendencias definidas.

Un aspecto era el enfoque en la natación en familia. En muchos casos ambos padres acompañarían a su bebé en el agua, y habría también a menudo niños mayores, quienes habían sido previamente bebés nadadores con sus padres. En mi experiencia, a veces los padres se resistirían a acompañar a su hijo en el agua. En estas clases se esperó que los padres, posiblemente ambos, estuvieran directamente involucrados. También me impactó la edad en la que traían a los bebés al agua. Normalmente veía bebés de 2 y 3 meses de edad en el agua. La mayoría de los bebés con los que yo había trabajado hasta ese punto había sido de mayores 6 meses de edad, y pienso

que muchos padres en los EE.UU. estaban inciertos a cerca de iniciar a sus bebés hasta que estos fueran mayores.

La actitud que experimenté en Suecia y Noruega fue que era mejor iniciar más temprano y que esperar hacía las cosas mucho más difíciles.

En las clases noté mucho menos estructura. La inmensa mayoría del tiempo era utilizado en explorar y jugar con muy poca "instrucción" de parte del maestro. A lo sumo, el grupo quizá se juntaba por una o dos canciones.

También me di cuenta del apoyo que la comunidad médica daba a la natación para bebés. De igual manera visite programas como el manejado por Knut Rosen en Kungälv, Suecia que ha dirigido investigaciones en temas relacionados con la natación para bebés. K. G. Rosen, MD, no relacionado con Knut, ha supervisado algo del trabajo realizado acerca del reflejo de buceo.

Saliendo de esta visita a Escandinavia, mis impresiones fueron que la mayoría de los niños empezaban a nadar a unos cuantos meses de edad y continuaron con las clases a través de sus años de preescolar y escolar.

Sin embargo, en una visita subsecuente, aprendí que el caso era muy distinto.

Mientras había un gran número de niños que estaban involucrados en la natación para bebés, la mayoría de los niños aprendían a nadar en grupos escolares y preescolares alrededor de la edad de 6 años, aprendiendo la brazada de pecho principalmente.

No sólo eso, sino que en investigaciones posteriores, la mayoría de los instructores y padres con los cuales yo hablé no relacionaron de forma alguna lo que hicieron en las clases de bebés con lo que los niños hicieron más adelante en sus clases para "aprender a nadar". Me dijeron de manera regular, "Nosotros no estamos aquí para aprender a nadar!" Este comentario me dejó perplejo. ¿Aun cuando las prioridades fueran un tanto diferentes, todo estaba basado en la natación, cierto?

Lo que logré entender fue que la vinculación de la diversión, la actividad familiar saludable, y la verdadera creencia de que todos los beneficios del desarrollo que la natación tenía que ofrecer fue por lo que ellos se encontraban allí, haciendo la natación para bebés y que lograr habilidades era la última cosa en sus mentes. Incluso parecía haber en ocasiones un resentimiento hacia mi sugerencia de que podían o tal vez debían, esforzarse en adquirir las habilidades. En general, parece haber menos presión para lograr tanto, a tan temprana edad.

Algunas evidencias de esto es el hecho de que la mayoría de niños en Escandinavia no empiezan la escuela hasta los 6 o 7 años de edad. Parece haber presión en algunos lugares para bajar esta edad, pero por lo menos la cultura tradicional escandinava ha estado satisfecha de permitir que los niños sean niños un poco más que en los EE.UU. o Australia.

Con el tiempo, y unas visitas más, también aprendí sobre las estadísticas de ahogamientos en Escandinavia. Aunque en la mayoría de Escandinavia los ahogamientos todavía tenían el mayor rango de causa de mortalidad, seguido únicamente por accidentes automovilísticos, los números eran proporcionalmente más bajos que aquéllos en Australia y los Estados Unidos (Travel Medicine NewsShare - 1st. Quarter 1999, Injury Epidemiology - Child Injury Mortality in the European Union). Se ve un número significativo de ahogados en la categoría de hombres de mediana edad, al parecer el alcohol y viajar en bote juegan un papel más importante. Esto ayuda a explicar porque se enfocaban menos en el logro de habilidades mientras la necesidad de la prevención de ahogamientos en niños no estaba a la vanguardia en la preocupación pública.

Sin embargo, en un mayor contexto, he logrado entender cómo la familia orienta el estilo de vida y una actitud menos presionada dirigida a la crianza del niño, lo que es probablemente, el mayor factor que contribuye a lo que he visto en la natación para bebés escandinava.

Veo un creciente interés en lograr habilidades y encontrar una conexión entre la natación para bebés y la enseñanza de brazadas, pero por la mayor parte, los dos siguen manteniendo sus esfuerzos separados. Durante la última década he tenido

oportunidades para viajar en México, interactuando con maestros de natación, dueños de escuelas, y haciendo presentaciones en conferencias en la Ciudad de México, Acapulco, Oaxaca, Puebla, y Querétaro.

Trabajando con la Acuática Nelson Vargas, un grupo de 11 escuelas ubicadas principalmente alrededor de la Ciudad de México, he visto algunos de los programas disponibles a la elite financiera. Aunque aun abiertos a la idea, las escuelas de Vargas y algunas otras han encontrado resistencia a conseguir que los padres entren al agua con sus niños.

Esto puede deberse a la vanidad de algunos de los padres, o porque muchos padres en México no saben nadar, pero una razón abrumadora parece ser que permanecen escépticos a que una clase de padre-niño pueda ser eficaz.

Muchos de estos padres están interesados en el logro de habilidades en un rango de tiempo y parecen pensar que un maestro puede hacer un mejor trabajo de lo que ellos pueden.

Dicho esto, hay muchas escuelas que han tenido éxito en instituir los programas de padre-niño para la natación para bebés. Lulú Cisneros en Monterrey y Beatriz Esesarte en Oaxaca son dos que parecen haber tenido éxito edificando el desarrollo del niño basándose en los programas con padres involucrados en el agua.

Estos programas han hecho sus propias contribuciones basadas en las costumbres sociales de su área. México es un país con una orgullosa historia de música tradicional y como cualquiera que lo haya visitado, puede corroborarlo, hay una canción para cada ocasión. En por lo menos un caso, esto también es verdad en las clases de natación.

Una artista de nombre Sylvia Tapia Alcázar ha grabado una serie de canciones con la intención de que pueden cantarse las lecciones completas. Hay por supuesto muchos programas de la natación que usan canciones durante ciertas partes de la clase, pero la intención aquí es que la enseñanza, el reconocimiento, la transición, todo tome parte a través de la canción.

Un maestro puede conseguir saber las canciones de Sylvia o tocarlas realmente durante la lección e incluso puede agregar sus propias versiones eventualmente. Utilizar la música tan extensivamente es singular en mi experiencia y parece ser apropiado basándose en la cultura mexicana.

Mi experiencia personal en Japón ha sido limitada, pero mucho antes de que yo visitara Japón, había escuchado acerca de los programas sistematizados impartidos por Hiroshi Hitano y otros. También escuche presentaciones en varias conferencias internacionales y siempre estuve interesado en lo que vi presentado.

En una visita breve al área de Tokio pude ver algunas escuelas de natación en acción. A través de mis observaciones y discusiones con los maestros de natación, vi que la enseñanza de clases de grupo tenían mayor aceptación, y la estructura de estas clases implementada con mayor éxito que lo que yo había visto en otros países. Se me presentó que en la cultura japonesa, el bienestar del grupo supera cualquier beneficio que el individuo puede adquirir y puede explicar porqué la estructura de grupo fue seguida más fácilmente.

Esto parecía cierto en las clases de padre-niño así como las clases de preescolares que eran enseñados en grupos pequeños sin los padres dentro del agua.

Todas las clases comenzaban con ejercicios y música fuera de la alberca, seguidos por un regaderazo de todo el grupo antes de entrar en la alberca. La apariencia de ritual, el reconocimiento de beneficios de salud, y la importancia de agua en la rutina diaria estaba clara.

Mi exposición hacia la natación para bebés en Francia se ha limitado a lo que he visto presentado en el extranjero y al asistir al Congreso Mundial de Natación para Bebés en Toulouse en 1999.

Un comentario interesante, hecho por varios ponentes franceses en Toulouse fue, "nosotros no ponemos a los niños bajo el agua, ellos se ponen solos bajo el agua."

Esto hizo estallar muchas discusiones entre varios de los asistentes a la conferencia, y desde el evento he logrado ver que dicho comentario puede significar distintas cosas para diferentes personas.

Algunos pueden pensar que son sensibles y responden a las necesidades y al nivel de confort del niño y nunca los sumergirán si sienten cualquier resistencia o incomodidad. Otros proponen que, literalmente, nunca sumergirán a un niño hasta que sean físicamente capaces de sumergirse por sí mismos, teniendo un máximo respeto por el derecho del niño para controlar su propia actividad en el agua.

Aunque otros pueden desear algo más, de lo que aun desconozco. El propio comentario y la reacción a éste, son puntos centrales en esta discusión.

Hay muchos, que sumergen a los niños, que escucharon este comentario en Toulouse, e inmediatamente rechazaron la moción, diciendo, "eso es ridículo, esperar hasta que ellos puedan hacerlo por sí mismos, perderán mucho tiempo!" Pero yo sé que es importante escuchar e intentar entender el porqué.

Sobre ese caso en Francia, creo y sé que no sé lo suficiente.

Pondero cuántos otros lugares no he ido y me pregunto cuántas otras cosas no entiendo. Este pensamiento es tambaleante y excitante, simultáneamente.

En la comunidad de la natación para bebés hacemos mucho para abrir el mundo a los preciados niños con los que trabajamos. Quizás somos nosotros, tanto como ellos, quienes podemos escuchar, experimentar, aprender, y finalmente entender.

¿En un mundo que tristemente se está volviendo más homogéneo cada año, podemos buscar y todavía apreciar las diferencias que existen?

¿Podemos estar lo suficientemente abiertos para ser desafiados por las diferencias que encontramos y los desafíos presentes con aquéllos con quienes nos encontramos...?

¿Podemos prevenir un desacuerdo de cegarnos a lo que otro está intentando decir?

Yo sé que mis creencias sobre el mundo, mi lugar en él, mi vida, y a su vez mis observaciones sobre la natación para bebés han sido dramáticamente afectadas por aquellos deseos de abrirse conmigo y compartir. Yo, a la vez, he hecho lo mejor para recibir esas nuevas ideas con una mente abierta.

Espero que todos los que estamos en la comunidad de la natación para bebés podamos esforzarnos por escuchar y aprender.

Hay tanto en común en la natación para bebés, tanta fundamentación para la unidad. Apreiciar las diferencias culturales y a los individuos que han producido los programas que vemos alrededor del mundo es esencial para un avance en la nueva era de la natación para bebés que se encuentra frente a nosotros.

Aceptar que cada uno de nosotros puede ser producto de nuestra cultura y que individualmente puede seguir metas distintas, en un mundo con problemas, la natación para bebés es una manera que tenemos de tener una oportunidad de contribuir para un futuro más luminoso.

# NEURODESARROLLO DEL PRIMER AÑO DE VIDA

Por **Liliana CZORNY**

Presidente de la Sociedad Argentina de Neurología Infantil (SANI)

## BIOGRAFÍA

Liliana Czornyj es médica pediatra especializada en Neurología Infantil. Es neuropediatra del Hospital Nacional de Pediatría J. P. Garrahan en la Ciudad de Buenos Aires y además neuróloga del Grupo Interdisciplinario para la atención de pacientes con SIDA del mismo hospital.

La Dra. Czornyj es Presidente de la Sociedad de Neurología Infantil (SANI), miembro de la International Child Neurology Association (ICNA) y de la Academia Iberoamericana de Neurología Infantil.

## CONFERENCIA

Maduración, en sentido amplio, significa "evolución progresiva hasta alcanzar el estado de máximo crecimiento o desarrollo". Así, podemos hablar de maduración de una fruta, de un joven o de una idea.

Cuando hablamos de maduración del niño nos referimos a su maduración ósea, a la endocrinológica, a la neurológica y a la emocional. En este caso, nos ocuparemos únicamente de la neurológica y de las bases biológicas que la explican.

Actualmente, se sabe que se basa en una programación innata que obedece a cambios biológicos y que sus factores determinantes son: genéticos, propios del sistema nervioso central SNC, endocrinológicos y psicológicos y que todos están fuertemente influenciados por los factores ambientales (nutrición y estimulación).

La maduración neurológica del niño durante el primer año es, sin lugar a duda, la más sorprendente de toda la vida, por las transformaciones y evolución que se producen en tan corto tiempo, permitiendo pasar de un ser totalmente dependiente a uno con marcha, lenguaje y entendimiento propios.

Este proceso se cumple inexorablemente siguiendo un ordenamiento predeterminado: 1) de cefálico a caudal, 2) de proximal a distal, 3) de reflejo a cortical, 4) de involuntario a voluntario. Es un proceso continuo.

Es fruto de mecanismos aditivos y sustractivos : multiplicación y migración celulares, organización (arborización dendrítica y axonal, sinaptogénesis, "poda axonal", muerte neuronal selectiva o apoptosis") y mielinización.

Todos estos procesos pueden esquematizarse en dos grandes fenómenos: la morfogénesis y la hodogénesis.

Durante la primera se generan los elementos celulares específicos, se acomodan en una citoarquitectura particular y constituyen la morfología propia del parénquima cerebral.

En la segunda, se desarrollan las vías de interconexión nerviosa, a partir de la expansión de prolongaciones neuronales (dendritas y axones) que establecerán un complejo sistema de conexiones sinápticas, para posibilitar los cometidos propios del sistema nervioso: conducir y procesar información.

El período de hodogénesis es mucho más largo que el de morfogénesis y se prolonga durante varios años después del nacimiento.

La morfogénesis comienza con la multiplicación y diferenciación celular. Ocurre en tres estadios: 1) proliferación y 2) sobrevivencia del "stem cell" y su 3) diferenciación en neuronas, astrocitos y oligodendrocitos.

Las neuronas se multiplican durante el 2º- 4º mes de gestación; las células microgliales lo hacen desde el 6º mes de desarrollo intrauterino hasta los primeros años postnatales, aunque es máxima durante el primer año de vida, desacelerándose después.

La multiplicación microglial es responsable, en un gran porcentaje, del crecimiento cerebral y craneano.

Los niños con microcefalias secundarias a infecciones intrauterinas o genéticamente determinadas, tienen retardo mental, señalando la necesidad de que la multiplicación celular se cumpla adecuadamente.

El siguiente proceso es el de la migración neuronal (3°-5° mes intrauterino).

Las neuronas se multiplican en la matriz germinal del tubo neural, ubicada en el borde luminal del mismo y luego migran para ocupar su lugar definitivo en la corteza cerebral o en los núcleos situados en la profundidad de los hemisferios cerebrales.

No se multiplican una vez que han partido de la zona germinal.

Terminada la migración, las neuronas deberán ordenarse en los seis estratos que formarán la corteza cerebral. Una vez ubicadas deberán interrelacionarse.

Para ello harán crecer sus prolongaciones (axones y dendritas) y las ramificarán para aumentar su superficie de interconexión .

Este proceso de organización neuronal comienza intensamente en el 6° mes de vida intrauterina, es máximo en los 2 primeros años de vida extrauterina y continúa, pero más lentamente, durante el primer decenio.

Luego, el ritmo disminuye aún más, pero se mantiene constante pues los procesos de aprendizaje y olvido se producen durante toda la vida.

La organización neuronal implica también la formación de las terminales sinápticas y la producción de los neurotransmisores que difundirán adecuadamente el impulso nervioso. Es, además, el responsable de la formación de los circuitos o redes neuronales.

En un principio, las arborizaciones dendríticas crecen desmesuradamente. Más tarde, las prolongaciones que no encuentren otra para establecer contacto involucionarán.

La expansión de las dendritas está dirigida por los conos de crecimiento, que liberan sustancias neurotransmisoras.

El último proceso del desarrollo neurológico es la mielinización (formación de una vaina de mielina que recubre las terminaciones nerviosas). Permite que la información viaje rápidamente.

Es un proceso muy largo. Se inicia en el segundo trimestre del embarazo y continúa ininterrumpidamente hasta la etapa adulta.

Comienza en las regiones centrales del cerebro, y luego invade las regiones occipitales, temporales y frontales.

Las últimas vías en mielinizarse son las de la formación reticular, las comisuras de interconexión bi-hemisférica y las vías intracorticales de asociación.

Una de las vías que mieliniza rápido es el tracto córtico-espinal o piramidal (haz motor que nace en la corteza motora pre-rolándica y termina en las extremidades para dar el movimiento voluntario a los cuatro miembros).

Este fascículo completa su mielinización al finalizar el primer año de vida y lo hace en dirección céfalo-caudal y de proximal a distal.

La humanidad viene observando este proceso desde hace miles de años, sin conocer hasta hace poco su fundamento.

Hoy se sabe que los logros motores del niño durante su primer año de vida son la manifestación externa de la mielinización del haz piramidal y requiere alrededor de un año. Este tiempo es suficiente para que el niño comience a caminar.

El sostén cefálico lo logra a los 3 meses, coincidiendo con la mielinización cervical del fascículo; la sedestación a los 6, correspondiendo con la mielinización cérvico-dorsal del haz; el gateo a los 9, cuando comienza la mielinización proximal de los plexos motores, la bipedestación a los 10, con la mielinización distal de los nervios motores de las manos y los pies; y la deambulación a los 12 meses, cuando la mielinización del haz córtico-espinal ha alcanzado la porción distal de los nervios motores de los dedos. Esta mielinización final, que se produce a partir de los 10 meses, coincide con la marcha y con la destreza que el lactante adquiere en su prehensión voluntaria.

El niño recién comienza a utilizar la pinza digital superior cuando logra la oposición del pulgar, enfrentándolo al dedo índice. Gracias a esta herramienta logrará dominio y habilidad sobre los objetos pequeños.

Este gran hito lo separa de nuestro antepasado: el mono y nos eleva definitivamente en la escala zoológica.

Desde que nace, y durante todo el primer trimestre, el niño estará totalmente regido por reflejos arcaicos, es decir, estará dominado por la actividad del sistema extrapiramidal o involuntario.

Cuando se producen las nuevas interconexiones neuronales, toman el comando las neuronas de la corteza cerebral y el niño comienza a ser "voluntario".

Así, pasa de la prehensión refleja a la voluntaria, de la marcha automática a la voluntaria, de la succión y deglución reflejas a las definitivas, gracias a la instalación de las conexiones subcortico-corticales.

Finalmente, con la incesante repetición de lo aprendido pasará a ser, en muchos aspectos, de "voluntario" a "automático".

La plasticidad y el aprendizaje simple se basan en una serie de mecanismos escalonados que permiten, al ir reemplazándose uno por otro superior, evolucionar en el tiempo.

Así, el primer proceso es el de habituación: es el aprendizaje no asociativo más sencillo. Se debe a la repetición de un estímulo neutro.

Casi simultáneamente se genera la sensibilización, que es la respuesta cada vez más intensa a la repetición de un estímulo nocivo.

Para generar dicha respuesta necesita el desarrollo completo del Sistema Activador Reticular Ascendente (S.A.R.A.) ubicado en el bulbo raquídeo.

Más tarde, el niño desarrolla el reflejo de orientación: para el que requiere no sólo al S.A.R.A. sino también a las interconexiones con la corteza cerebral, momento que coincide con la pérdida de los reflejos arcaicos debido a las nuevas influencias corticales y, finalmente, el condicionamiento clásico: que es el aprendizaje de la relación entre dos estímulos.

Todo el proceso del neurodesarrollo se produce inicialmente de manera simétrica, sin embargo, sabemos que existe un gradiente de especialización neurocognitiva entre ambos hemisferios cerebrales.

Siendo claramente simétricas la morfología cerebral y la representación cortical de los actos sensitivos y motores elementales, el asiento de las funciones corticales superiores posee, en cambio, unos patrones asimétricos y se desarrollan a partir del segundo año de vida.

Se admite que el hemisferio izquierdo desempeña un papel preponderante en los aspectos formales del lenguaje en el 75% de los humanos.

El hemisferio derecho, en cambio, manifiesta superioridad jerárquica en la atención, en la orientación espacial, en la prosodia y en la adecuación textual del lenguaje.

Se ha postulado también que en lo que concierne a la inteligencia, el hemisferio izquierdo presidiría los procesos de pensamiento hipotético-deductivo, mientras que al hemisferio derecho corresponderían las tareas holísticas e inductivas.

Finalmente, al principio de este artículo dijimos que las neuronas no se reproducen luego de abandonar la matriz germinal.

Sin embargo, recientes investigaciones (1,2,3), han demostrado que, al contrario de lo que tradicionalmente se pensaba, la neurogénesis no sólo ocurre durante la embriogénesis, sino también en el cerebro adulto. Existen factores ambientales que pueden aumentar la neurogénesis.

Por ejemplo: ratones puestos en grandes cajas con otros ratones y juegos: ruedas y túneles, han aumentado la neurogénesis en determinadas áreas cerebrales mientras que los ratones colocados en cajas vacías no.

Para demostrarlo se utilizaron ratones inyectados con bromodeoxiuridina, sustancia radioactiva que marca las células recientemente sintetizadas.

Pudo observarse que estos ratones tuvieron un alto porcentaje de células marcadas en el gyrus dentado, a diferencia de los ratones controles ubicados en cajas vacías. Además, lo mismo sucedió en ratones que realizaron ejercicios en forma voluntaria como subirse a una rueda y jugar.

Estos tuvieron un mayor porcentaje de células nuevas, diferenciadas en neuronas, que aquellos ratones a los que se los forzó a realizar ejercicios.

Frente a estos hallazgos señalamos que recién comenzamos el descubrimiento de los mecanismos intrínsecos que explican el desarrollo neurológico del ser humano y sugerimos que nada mejor para alentar el aprendizaje de un niño que hacerlo crecer en un ambiente adecuadamente preparado, donde el estímulo exista en su justa medida y donde el placer y la autodeterminación prevalezcan, asegurando alcanzar con éxito la etapa adulta.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- 1- Kemperman G.; Jun G. and Gage F. (1997). More hippocampal neurons in adult mice living in an enriched environment. *Nature* (386) 493-495.
- 2- Van Praag H. et al. (1999). URNG increases cell proliferation and neurogenesis in the adult mousedentate gyrus. *Nat. Neurosci.* (2)266-270.
- 3- Gould E. et al. (1999) Learning enhances adult neurogenesis in the hippocampal formation. *Nat. Neurosc.* (2) 260-265.

# **EL CONCEPTO DE AGUA PEDAGOGÍA LA IMPORTANCIA VITAL DE LA CONTINUIDAD EN LA ENSEÑANZA DE NADAR DE BEBÉS MUY MENORES HASTA QUE SEAN NADADORES COMPETENTES**

Por Uwe LEGAHN

ASOCIACIÓN NACIONAL DE AGUA PEDAGOGÍA DE ALEMANIA

## **BIOGRAFÍA**

Uwe Legham nació en 1947. Se diplomó como Profesor de Educación Física después de diplomarse en Administración en el Youth Council de Hamburgo. Ha sido profesor en la escuela pública desde 1968, también nadador de competición y de water polo y luego entrenador de nado competitivo.

En 1977 fundó una escuela de natación para la enseñanza a niños con especial énfasis en la seguridad y confort en el agua.

Recién en 1992 el arrendamiento de una "perfecta" piscina le permitió realizar el personal objetivo de la enseñanza "continua" desde principiantes a nadadores competitivos, dejando la anterior para clases a adultos y programas de fitness acuáticos. La Escuela de Natación DELPHIN es una de las más grande de Alemania. En 1999 la "Delphin Akademie para Aquapedagogiks" fué fundada para enseñar a jóvenes profesores la exitosa enseñanza de natación a los niños, con estudios básicos de "Enseñando a nadar", "Aquafitness", etc. que no se dictan en el campo académico de Alemania.

Uwe Legham fundó en marzo del 2000 la Asociación Alemana de Escuelas de Natación como una organización profesional la que hoy agrupa al 65% de todas las escuelas de natación. Desde entonces él es Presidente.

## **CONFERENCIA**

El más importante y más satisfactorio aspecto de nuestro trabajo es poder ofrecer un programa de natación continuo para niños de pocas semanas hasta que sean nadadores competentes, desde la edad de tres años, incluso hasta que entren en el deporte competitivo de natación.

Es bien conocido que cada año una cantidad alarmante de niños de edad entre alrededor de 1 hasta 3 años y mayores, se ahogan.

En cualquier lugar se ofrece programas de "Natación para Bebés" (Babyswimming) - lo que es muy bueno. No obstante, la mayoría de estos programas terminan alrededor de edad de dos años.

Sea que no hay tiempo para grupos mayores, ya sea por que el tiempo de alquiler la piscina es limitado o sea sólo porque el instructor, lo mismo que los padres, no tiene ganas o los nervios para ocuparse de un niño rebelde de 2 hasta 5 años (lo que parece ser en la mayoría de los casos).

Lamentablemente nuestra experiencia es que casi ningún programa en nuestro país ofrece " aprender a nadar " a niños menores de 5 años (sólo a continuación del babyswimming o bien como programa separado) porque no "tiene sentido", porque se dice que un niño menor no "puede aprender a nadar" (la definición de natación según la Deutsche Sporthochschule en Colonia es: moverse una distancia en el agua, controlando la respiración, en cualquier estilo.)

Durante la edad más peligrosa, aventurada y curiosa - de 2 hasta 5 años de edad - se ofrece muy poco en el ramo de "seguridad en el agua".

Sobre todo esos niños que tomaban parte en clases de "Babyswimming" junto con los padres, aprendieron mucho, pero siempre bajo la observación de sus padres.

Ellos quizás no se dan cuenta de que están arriesgando mucho en el agua donde se sienten bien y seguros, pero sin embargo - NO SABEN NADAR.

No pueden estimar que el agua trae un riesgo mortal. NO SABEN NADAR y sobre todo no pueden comprender y calcular el riesgo alrededor del agua moviéndose sin la ayuda de un adulto, o, p.e., sumergiéndose en agua más fría que la de costumbre. Estos niños corren un riesgo mayor cerca del agua porque no tienen miedo - aun tal vez mayor riesgo que un niño que nunca se le ha permitido la vecindad del agua. De todos modos nos dábamos cuenta de que el traslado de los grupos "Mamá y Bebé", o sea, de la instrucción de los padres a los grupos, en las que los niños están ya sólo con el instructor (de 2 hasta 3 años), fue bastante difícil.

No era que los niños no demostraron que fueron bastante seguros tratándose con el agua - lo que puso el problema era que ni las madres ni los niños se soltaron del otro de buena gana.

Faltó confianza. A fin de que se puedan soltar uno del otro hace falta confianza:

"Confío en que mi niño vencerá sin mí" - " Confío en que el instructor puede tomar mi sitio", y por lado del niño: "Confío en que mis padres confían que solo venceré" -

"Confío en el instructor" y sobre todo:

"Confío en mi mismo, que YO venceré".

Uno de los puntos más importantes en la educación de niños muy jóvenes es, encontrar para todo, exactamente, el momento adecuado; cuando ellos están preparados para seguir adelante con sus esfuerzos, es decir, cuando de buena gana soltaran la presencia y la ayuda de la madre o padre y confían bastante en sí mismo. Este desarrollo ocurre entre el segundo y tercero año de edad, coincidiendo muchas veces con el comienzo del "kindergarten" o otra forma de guardería infantil.

Para esperar y acertar siempre el momento perfecto es preciso tener mucha experiencia, bien observar los niños y ofrecer "clases de prueba".

Para empezar a hacer las clases sin padres, lo más efectivo resultó que los padres se retiren poco a poco de la piscina.

Generalmente logramos a efectuar la transición de las clases "Mamá y Bebé" hacia "Pingüinos" (así llamamos estas clases de "la primera escena sola") sin que ninguno de los niños se haya dado cuenta. Los padres se retiraron más y más de las acciones en la piscina hasta que, muy pronto (en el plazo de pocas semanas), no hace falta que estén en la piscina o siquiera en el edificio.

Encomendamos estas clases sólo a los instructores mayores con mucha experiencia.

El problema no solo es por tratarse de niños ( por el momento) muy inseguros y tal vez rebeldes, sino también de padres también inseguros y tal vez miedosos.

Sobre todo, hace falta muchísima experiencia por parte del instructor para descubrir exactamente el momento cuando el niño y la madre están simultáneamente dispuestos a soltarse uno del otro para la iniciación de la clase de "Pingüinos".

No hay ningún sentido en tratar de acelerar el proceso natural de cortar "el cordón umbilical" si ambas partes o una de ellas aún no está preparado.

De todos modos, antes de empezar, hay que establecer reglas.

Durante las clases de " babyswimming " con madre o padre, ellos tenían la responsabilidad de que sus niños observen reglas y así reducir el riesgo.

Ahora, es la responsabilidad del instructor insistir en que las reglas sean observadas porque en caso contrario, trabajando con niños alrededor del agua puede ser peligroso.

Es bien posible enseñar aún a niños entre 2 y 3 años a comprender y observar reglas básicas de seguridad, si son explicadas al nivel de comprensión del niño y consecuentemente repetidas y esforzadas.

En un caso ideal, los niños aplican todas estas reglas ya naturalmente después de uno o dos años de participación en " babyswimming ".

Durante todo el curso es preciso que el instructor mantenga un contacto continuo y intensivo con los padres, porque muchas veces el comportamiento de los niños y problemas que ocurren no tienen mucho que ver con el agua, pero sí con la actitud de los padres en cuanto a la educación de niños y la situación domestica.

Ofrecemos los cursos para Pingüinos a los niños de 2 hasta 3 años, máx. 8 niños en un grupo. Nuestra piscina tiene 1.30m profundidad, así que los niños están flotando desde el primer momento en el agua, con la ayuda de "mangas de natación" (BEMA Schwimmflügel), o "Poolnodles" o similares artículos flotantes mientras el instructor practica con 2 o 3 estudiantes a nadar ya sin ayuda.

Elementos de las clases "babyswimming" ahora forman parte de la enseñanza así como elementos nuevos, fascinantes. Jugando, los niños descubren que pueden ya saltar, bucear, flotar en la espalda, nadar por objetos y recogerlos, usar brazos y piernas conscientemente, flotar con la ayuda de distintos objetos (poolnodles, tablas, etc.), salir de y saltar en la piscina sin ayuda. Todos estos ejercicios conducen, sin que los niños se dan cuenta, a una forma natural de nadar.

A la edad de cerca de 3 años, después de haber demostrado su aptitud de moverse independientemente y seguramente en y alrededor del agua, y que tienen el entendimiento y la disciplina, comenzaron estos niños un curso compacto de natación, con el fin de aprender a nadar sin ayuda.

En otros sitios se rechaza niños menores de 5 años, argumentando que no tenían disciplina y entendimiento, ni siquiera la capacidad física de "nadar".

Haber enseñado alrededor de 2000 niños de 3 y 4 años a nadar dentro de aproximadamente 20 x 45 minutos de clase (dentro de 7 semanas, 3 veces semanales), sabemos que es bien posible que estos niños sean "seguros" en el agua, y que el agua que sea "su hogar".

También, naturalmente, sabemos que hay que tratar a un niño de 3 años en forma muy diferente que a un alumno de 5 ó 6 años.

Al mismo tiempo es verdad, que un niño ambicioso de 2 ó 3 años puede ser mucho más seguro en el agua que un alumno mayor muy tímido, lo que indica que la aptitud de aprender a nadar y de nadar no tiene mucho que ver con la edad, pero sí mucho más con el desarrollo individual del niño, la preparación continua y alegre por parte de los padres y, sobre todo, una sólida educación pedagógica del instructor.

Uno de los puntos más importantes de la educación de niños para nadar es - para nosotros - enseñar a flotar / nadar de espalda lo más temprano posible.

Flotar / nadar de espalda es la forma de natación más segura para el ser humano y especialmente un niño puede mantener esa posición durante un tiempo mucho más largo que cualquier otra.

Por eso el training de la posición de nadar / flotar de espalda tiene mayor importancia y empezamos a enseñarlo desde la primera clase. No obstante, para volver la espalda a cualquier cosa no conocida hace falta confianza y seguridad.

Es uno de nuestros mayores objetivos es que los niños confíen y se sientan seguros. Cada éxito - aunque sea aparentemente insignificante - del niño debe ser registrado y apreciado y alabado por el maestro. Un niño que sabe que sus esfuerzos son registrados y se lo alienta y se lo alaba va a dar su mejor esfuerzo cada vez y va a confiar en su aptitud de tener éxito.

Lo más importante para la educación en el agua es, que el estudiante aprenda de buena gana, que se sienta seguro y que el programa sea variado (el mismo principio es válido para cualquiera forma de aprendizaje).

La forma de educación debe adaptarse al desarrollo individual del niño física y psicológicamente. La técnica de nadar, aplicado por un niño joven puede ser ya muy efectiva sin corresponder a las reglas estandarizadas de natación.

La forma de "training" aplicada en la natación competitiva, mientras sea todavía usada también en programas de enseñanza primera, no puede ser efectiva porque falta motivación, alegría y variedad.

El éxito visible de la continuidad en la enseñanza de la natación:

Ya alrededor de su tercer año, estos niños están seguros en el agua, o sea hasta 2 años antes que sus compañeros. Estos niños saben moverse en el agua seguramente

y con confianza, vencen en situaciones críticas y salen de accidentes menores sin daño.

Buscando una manera de describir mi forma de educación en el agua, creé el concepto "aquapedagógica" como he explicado en mi libro "El agua - Nuestro hogar", con 50 min. Video. Detalles por escrito, a pedido.

Pienso que los elementos básicos de "aquapedagógica" son:

"Babyswimming" (2 hasta 24 meses) es decir, instrucción de los padres. Un instructor debe sobre todo estar en una posición de dar seguridad y consejo a padres jóvenes (y a veces muy inseguros). Debe ser una persona de confianza.

Para aprender de nadar una persona debe tener confianza en sí mismo.

Primeramente los niños confían en sus padres, más tarde aprenden a confiar en un maestro y en el agua, pero sobre todo, aprenden confiar en sí mismo en el agua.

Cuando empiezan el "kindergarten" son ya nadadores confiados, independientes y el agua es su hogar. PERO, aunque sea bueno que tengan confianza, aún no pueden estimar el riesgo que cada ser humano corre alrededor del agua, y tampoco saben estimar su capacidad y su poder - eso es peligroso

La seguridad y una forma natural de natación son más importantes que nadar según las reglas deportivas. Es decir, aprender de buena gana, ganar experiencia, experimentar sin peligro, llevar a cabo cualquier situación en el agua, entrar y salir del agua, saber apañárselas en ejercicios de seguridad, vale más que saber nadar de estilo.

La forma de enseñanza debe ajustarse al desarrollo del niño, incluso tal vez a su situación del día, opuesto a la enseñanza según categorías de edad: es decir, el horario ideal del maestro, preparado científicamente, va a ser alterado continuamente adaptándolo al desarrollo individual del estudiante y la forma del día así como a la situación del grupo. Es decir, el método de enseñanza debe adaptarse al niño porque el no va a adaptarse a tu plan.

El instrumento más importante es psicología práctica. Primeramente, tratar a los padres. Exige sensibilidad y seguridad por parte del instructor, más tarde lo mismo con los niños

Para darles seguridad e independencia en el agua y al mismo tiempo darles la gran oportunidad de ganar experiencia y experimentar sin riesgo con el fin de ser nadadores competentes. La técnica no es de importancia, pero la seguridad sí lo es.

Resultados: Un instructor que usa estos principios está en posición de dirigir y enseñar a un niño, a hacer uso completo de sus habilidades sin sobrepasar sus límites.

El maestro hará que los niños naden de buena gana y seguramente a una edad muy joven. Tendrá éxito en allanar el tránsito difícil de "babyswimming" a "aprender de nadar".

Planteará en su alumno un entendimiento - aun no consciente - de "mens sana in corpore sano". Conseguirá su objetivo como maestro de "aquapedagógica"

Según mis experiencias, sé que, si queremos continuar trabajando con éxito en el ramo de la agua-educación, si queremos cubrir la demanda creciente de buenos maestros de "aquapedagógica", si queremos dar perspectiva profesional a estos jóvenes, bien educados y ambiciosos maestros, debemos pensar GLOBAL.

Los medios de comunicación nos dan acceso a la experiencia y al saber multilateral - vamos a compartirlo para el bien de nuestros niños.

Gracias

**DESARROLLO MOTOR Y COMPETENCIA ACUÁTICA DE 0 A 5 AÑOS**  
**PROPUESTAS METODOLÓGICAS A TRAVÉS DEL MATERIAL Y EL AGUA COMO ELEMENTOS DE**  
**EXPLORACIÓN**  
Por Lydia PENA PARIS

**BIOGRAFÍA**

Licenciada en Educación Física y Deportes, especializada en salud, es actualmente Directora del Área de Gestión Técnica de SEAE, empresa pionera en la gestión deportiva en España, y responsable programas acuáticos familiares y de prevención de SEAE desde el año 1992 hasta la fecha (bebés, embarazadas, aquagym, aquamusic y tercera edad).

Participa como docente en numerosos cursos relacionados con las actividades acuáticas y la salud en toda España y ha participado en varios congresos del sector en Francia, Méjico, Argentina y Portugal.

**RESÚMEN DE CONFERENCIA**

Para el trabajo con material en edades de 0 a 5 años, el aspecto más importante es la presentación que se haga de éste. El acercamiento debe ser paulatino y adaptado al momento madurativo y a la adaptación del niño/a.

La creación de situaciones y experiencias propuestas por el profesor deben generar estímulos positivos y agradables que lleven a la aceptación y exploración de los distintos tipos de material.

Las características específicas de cada material facilitan el trabajo de determinados contenidos. Este aspecto es fundamental para la correcta progresión de los contenidos y para el desarrollo psicomotor del alumno.

Como situaciones básicas encontramos que el material de flotación, como churros o tablas, facilita los desplazamientos, flotaciones, equilibrios y manipulaciones principalmente; el vaso de piscina propicia acciones de entradas al agua, saltos y respiraciones; el material de inmersión provoca trabajos de apnea, respiración, conciencia de profundidad y transportes; los balones facilitan las manipulaciones y destrezas, lanzamientos, percepción espacial, coordinación óculo-manual y las recepciones; los toboganes crean situaciones de deslizamiento y equilibrio; las colchonetas trabajan los desplazamientos activos y pasivos, los deslizamientos y los equilibrios en posición cuadrúpeda y bípeda; y, finalmente, el material alternativo, en función de sus características (flotación, manipulación, etc.) enriquecerá distintos aspectos del desarrollo motriz del niño.

El material ayuda a la consecución de los objetivos de las clases y a los planteamientos educativos pero, a la vez, el uso indiscriminado del material puede entorpecer la consecución de los objetivos planteados en las sesiones.

El material es un elemento conductor y diferenciador de la actividad, el buen uso que se haga de él facilitará la tarea de los enseñantes de actividades acuáticas.

## **20 AÑOS DE NATACIÓN PARA BEBÉS EN FINLANDIA**

Por Niina KETTUNEN

### **BIOGRAFÍA DE LA AUTORA**

Niina Kettunen es una instructora de educación física especializada en niños, profesora de natación y guardavidas internacional.

Es una de las instructoras especializadas en natación para bebés de la Asociación Finesa de Natación y Guardavidas (Finnish Association for Swimming and Life Saving) y miembro de la junta de natación para bebés.

Parte de su tarea es incorporar nuevas técnicas del extranjero a Finlandia.

También tiene su propia escuela de natación donde ha desarrollado programas acuáticos colaterales tales como, práctica prenatal, natación de bebés con sus padres, buceo de niños, jóvenes guardavidas.

Su empresa produce juguetes y equipos para bebés nadadores.

Niina ha presentado conferencias y trabajos en Finlandia y en el extranjero concernientes a la natación de bebés y niños y los deportes acuáticos como negocio.

### **CONFERENCIA**

#### **La natación de bebés comenzó en Finlandia en el año 1981**

Kenneth Karlson, maestro de entrenamiento físico y Pirkko Karvonen, conferenciante de entrenamiento físico en la Universidad de Jyväskylä fueron los instructores del primer grupo de bebés nadadores.

La Asociación Finesa para la enseñanza de Natación y Guardavidas (SUH) inmediatamente tomó a la natación para bebés como parte de sus actividades y además de preparación de instructores.

El primer caso de entrenamiento para profesores para natación de bebés fue planificado ese mismo año.

#### **El interés en la natación para bebés se extendió rápidamente**

Casi todas las piscinas aptas para la natación están en uso. El 11% de todos los niños nacidos cada año en Finlandia participan de la natación para bebés y casi todos ellos continúan más tarde siendo nadadores.

Ahora hay aproximadamente 1500 profesores entrenados para la natación de bebés y cada año en centenar de nuevos instructores se entrenan en varios cursos en distintas partes de Finlandia.,

La población de Finlandia es de 5 millones de habitantes.

#### **La natación para bebés en Finlandia es objeto de investigación desde su comienzo**

La natación para bebés también comenzó a ser un tema corriente tratado en seminarios y en los primeros días de los `90 vio la operación de los primeros científicos sobre el tema.

Investigadores han encontrado, entre otras cosas, que el agua es un elemento natural para los bebés, que desde la edad en que comienzan a nadar se notan avances en el bebé, en el desarrollo motor y que tienen una buena influencia en la interacción con la familia.

Ha sido posible develar que la actividad de la natación para bebés será incrementada en los términos relativos a los bebés con el auxilio de la información obtenida en las investigaciones.

## **Basada en su propia cultura y medio ambiente, cada país tiene su propio estilo para la implementación de la natación para bebés**

En una comparación internacional algunos casos característicos pueden encontrarse en la natación para bebés en Finlandia.

Nosotros usamos principalmente para la natación para bebés las piscinas municipales. La higiene y calidad del agua son muy buenas y bien supervisadas.

Así siempre, cada bebé va a la piscina con su padre y madre y usualmente forman grupos con otros mayores.

Nosotros usamos un método suave y gentil, no presionado.

Durante la lección de natación del bebé hay instrucción y natación libre alternativamente.

Usamos una taza de agua para mojar la cara del bebé antes de la primera inmersión.

Nuestros grupos de natación son también integrados por bebés en desventaja para su rehabilitación.

El control de la natación para bebés y el entrenamiento de los profesores está a cargo de una sola organización, SUH, única en el mundo.

Tenemos muchas actividades de investigación en la natación infantil.

Personal de Salud Pública y médicos saben mucho acerca de la natación infantil y tienen una actividad positiva hacia ella.

Nos sentimos felices por el hecho que cualquiera puede acceder a la natación para bebés en toda Finlandia.

La SUH es una organización informativa y de educación establecida en 1956 que apunta a mejorar la habilidad natatoria de los fineses y a reducir el número de accidentes fatales por ahogamiento mediante la educación y la instrucción.

Las actividades de SUH son financiadas con subvenciones del Ministerio de Salud y Asuntos Sociales, y por fondos propios obtenidos por su actividad, enseñanza de natación y de salvavidas, natación para bebés y de niños en desventaja.

SUH está entrenando a todos los instructores de natación para bebés en Finlandia y también la organización de educación adicional.

## **Espacio Seguro para la Natación de Bebés (“Safe Baby Swimming Place”) es una campaña comenzada en el año 1995**

En esta campaña SUH monitorea la calidad y seguridad de la natación para bebés. Permite unir conceptos tales como que la natación infantil debe reunir requerimientos básicos, tener por ejemplo el entrenamiento de instructores, reuniones informativas acordadas con los padres antes de la natación de los bebés, de los niños en desventaja, la calidad y temperatura del agua y la notificación a las autoridades del comienzo de la natación para bebés.

Un diploma identifica la BSP (“Safe Baby Swimming Place”) y hay al presente cerca de 130 de ellos, lo que significa que casi todos los lugares para la natación de bebés en Finlandia están tomando parte de esta campaña.

## **Los 20 años de la Natación de Bebés Finesa (Finnish Baby Swimming) se celebra durante todo el año 2001**

Varios eventos relativos a la natación infantil se celebran durante el año por SUH y por todas las organizaciones reunidas de natación para bebés: puertas abiertas en natación para bebés, plena cooperación con proveedores de equipos e intercambio de instructores.

La natación para bebés se presenta a la mass media por conferencias al público en general y personal de Salud Pública y Bienestar Social, ambos como un buen entretenimiento centrado en los niños para la familia entera y como un factor promotor del bienestar de las familias con niños.

Nuevo material acerca de la natación para bebés será publicado al comienzo del próximo año por los centros de baños e instructores y para todas las personas interesadas en la natación para bebés.

El jubileo culmina con un Festival Internacional de Seminarios sobre la natación para bebés en Finlandia en Enero de 2002. Padrino del aniversario es el Primer Ministro de Finlandia.

# RESUCITACIÓN CARDIOPULMONAR

Por Fabián GELP

Fabián Gelpi es Coordinador de Instructores RCP de la Fundación Cardiológica Argentina

Principios de RCP Básica - Resucitación Cardiológica Pulmonar

## DEFINICIÓN

Esto es una ordenada aproximación para señalar y tratar una emergencia médica. Requiere del entrenamiento en destrezas como la respiración artificial y la compresión externa del tórax así como el reconocimiento de su necesidad.

La Asociación Norteamericana del Corazón ha establecido el uso de la regla mnemotécnica "ABC de la resucitación" para representar las tres funciones principales de la RCP.

Apertura de la vía aérea

Buena ventilación de boca a boca.

Circulación

La resucitación debe comenzarse tan pronto como sea posible. El daño cerebral, salvo excepcionales circunstancias, se produce 4 a 6 minutos luego del paro cardiorrespiratorio y la severidad del daño empeora cada minuto.

Ante el caso de una emergencia con riesgo vital, se deberá proceder en el orden que sigue:

Pida ayuda si la víctima se halla inconsciente.

Restablezca la ventilación.

Restaura la circulación si no hallara signos de circulación.

## PRIMEROS PASOS

### 1. ESTABLEZCA LA FALTA DE RESPUESTA

Primero tome a la víctima por los hombros y grítele: ¿está usted bien?



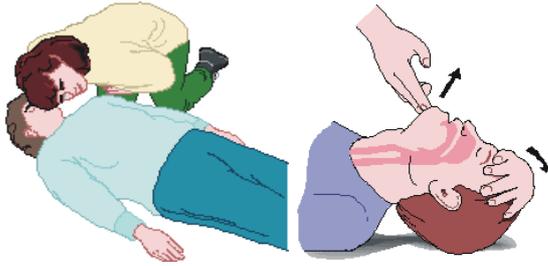
### 2. PIDA AYUDA

Al tiempo que establece la inconsciencia, pida ayuda.

### 3. POSICIÓN DE LA PERSONA

Para que la RCP sea efectiva, la persona debe colocarse sobre una superficie firme y boca arriba.

## RESTABLEZCA LA RESPIRACIÓN



### **1. ABRA LA VÍA AÉREA**

### **2. VERIFIQUE LA RESPIRACIÓN**

Mire, escuche y sienta por unos segundos.

### **3. SI NO RESPIRA, DÉ DOS RESPIRACIONES**



### **4. VERIFIQUE LOS SIGNOS DE CIRCULACIÓN**

Si no los hay

### **5. COMIENCE CON LA COMPRESIÓN DEL TÓRAX**

### **ALTERNE COMPRESIONES CON RESPIRACIONES DE RESCATE**

Luego de cada 15 compresiones, realice dos respiraciones de rescate. Continúe hasta que el paciente se recupere, llegue ayuda calificada o usted se encuentre demasiado cansado para continuar.



# **PEDIATRÍA Y PREVENCIÓN**

Por OSVALDO STOLIAR

## **RESUMEN DE LA CONFERENCIA**

Los pediatras debemos responder, respecto a la natación para bebés, dos preguntas fundamentales: ¿Cuáles son las ventajas de la actividad para niños y padres? y ¿Es segura la actividad en cuanto a accidentes y enfermedades?

En cuanto a las ventajas o beneficios, resalta el placer y disfrute que produce la actividad que estimula la capacidad de juego de niños y adultos, y favorece el vínculo entre padres y niños a través del contacto piel a piel.

Para responder a la segunda pregunta, los pediatras contamos con las declaraciones de los comités de la Academia Americana de Pediatría (AAP).

En el año 1980 el Comité on Pediatrics of Physical Fitness, Recreation and Sports de la Academia publicó en la Revista Pediatrics su primera declaración, que recomendaba lo siguiente:

1. Si un padre desea enviar a su niño menor de 3 años a clases de natación infantil, lo debe hacer esperando la relación uno a uno en el agua, con el padre o un adulto responsable. Las clases de natación grupales deben reservarse para niños mayores de 3 años.
2. La instrucción deberá hacerse sólo por instructores preparados y en piscinas adecuadamente mantenidas.
3. Los niños con problemas médicos conocidos deberán recibir autorización de sus pediatras.
4. Se deben efectuar estudios controlados que clarifiquen acerca de los posibles riesgos para los pequeños que participen en programas de natación para bebés.
5. La gente que posee una piscina en su casa debe ser estimulada a aprender a reanimar correctamente a una persona accidentada en el agua.
6. Deben hacerse esfuerzos para prevenir el ahogo por inmersión en los niños para lo que:

- a) Se deben proteger las piscinas con defensas que las hagan inaccesibles.
- b) Asegurarse, en el área de la pileta, el control y la supervisión por adultos responsables de todos los menores que no sepan nadar.
- c) Colocarles a los menores salvavidas adecuados cuando estén cerca de espejos de agua y en embarcaciones

En el año 1984, el Committee on Pediatrics Aspects of Physical Fitness, Recreation and Sports publicó un comunicado en el que se desaconseja la actividad, basado en comunicaciones publicadas, en algunas revistas, de casos anecdóticos.

Decía especialmente:

- A) Todo padre que anote a su hijo en un programa de "ajuste acuático", debe comprender y aceptar los riesgos.
- B) Para reducir riesgos, todo programa de natación infantil debe seguir las normas de la YMCA que fueron expresadas en una Carta al Editor de la Revista Pediatrics. 2000; 105 : 868 - 870 de la American Academy of Pediatrics, Committee on Sports Medicine and Fitness on Injury and Poison Prevention. Swimming programs for infants and toddlers. (Carta que a continuación se transcribe)

Al Editor:

La YMCA de USA es una organización nacional que promueve "programas que construyen saludablemente el espíritu, la mente y el cuerpo de todos".

Algunos de nuestros más populares programas promueven las experiencias acuáticas con seguridad para las personas durante toda su vida. Por lo tanto, nosotros nos sentimos compelidos a comentar sobre el sistema establecido por la AAP en la publicación de abril 2000 - Pediatrics (1)

La YMCA local a través de todo USA, ofrece el programa YMCA Lecciones de Natación Preescolar para Niños, comenzando desde los 3 años de edad. A esa edad aprenden en ese programa centrado en la buena disposición para desarrollar destreza de acuerdo a su edad y propia habilidad.

Trabajando en pequeños grupos, con la supervisión de bien entrenados instructores, así como la de sus padres, a los 3 años ellos pueden aprender:

Confianza y simple motricidad competitiva en el agua.

Cómo seguir las directivas del instructor, así como las fundamentales reglas de seguridad en el agua.

El control de la respiración y

Los movimientos básicos a brazos y piernas.

Por lo tanto, no podemos estar de acuerdo con la recomendación de la AAP que dice " los niños, en realidad, generalmente no están desarrollados para lecciones formales de natación hasta los 4 años de edad", la YMCA de USA sustancialmente está de acuerdo y cumple con la mayoría de los puntos establecidos en la política de la AAP. Además, sentimos que es importante hacer notar algunas inconsistentes conclusiones sostenidas por la AAP. En particular la YMCA quisiera comparar nuestras investigaciones contra las conclusiones claves de la AAP que están revelando la falta de una suficiente sustentación, comenzando por su recomendación de la mínima edad.

Razonamiento: Ninguno de los términos "desarrolladamente preparado" ni "formales lecciones de natación" está suficientemente bien definidas en las regulaciones establecidas para prevenir serias disconformidades e incomprensión a los profesionales médicos e instructores acuáticos y falsas interpretaciones por el público en general.

Por otra parte, según nuestro conocimiento, no existe datos de alguna investigación que sostenga el uso del "cuarto año de edad" (o de alguna de alguna otra edad) como un límite para iniciar las lecciones de natación. En cambio, una anterior regulación establecida por la AAP ha recomendado 3 años de edad y no 4.

La literatura acerca del desarrollo de los niños (2) (4) demuestra que la disposición motriz no tiene una edad determinada, sino una edad relativa. Aún más, la Asociación Nacional para la Educación de los Niños Menores, distingue entre "edad apropiada" y "individualmente apropiada" (5) para las prácticas de los niños para reforzar el amplio rango de las diferencias individuales que existen entre los niños menores. Por otra parte, lejanas corrientes regulaciones establecidas (Pediatrics -1939), Mc Graw (6) presentan evidencias que infantes entre 12 y 18 meses de edad demuestran rudimentarios predisposiciones a la natación tales como "nado perrito" con pequeñas o no tradicional instrucción.

Recomendación:

Niños pequeños de 6 meses a seis años, pueden recibir sucesivamente apropiadas experiencias de natación así como lo que individualmente sea determinado para cada individuo por los padres, encargados, pediatras y profesionales instructores de natación.

Segundo, nosotros tomamos como ejemplo la interpretación de las investigaciones australianas, antes citadas, como una razón para rechazar que el aprendizaje de la natación debe comenzar después de los 4 años de edad.

Razonamiento:

Es verdad que en los estudios (7) y (8) concluyen que los niños adquiere avanzada disposición para la natación en los estilos pecho y crawl a partir de los 5 años de edad, y que niños muy jóvenes tomaron mas tiempo para aprender otros estilos.

La YMCA de USA siente firmemente que la relación y óptima edad para la adquisición de destrezas no es, ni debiera ser, el concepto primario.

Otras investigaciones por Mc Graw (9 - 1935/1975) y más recientemente por Diem (10 - 1986) y (11 - 1982) demostraron, la profunda motricidad cualitativa, tanto cognitiva como social, de aquellos que comenzaron a temprana edad

Aunque casi todas las habilidades motrices se adquieren más rápidamente a edad más avanzada de la niñez, las experiencias tempranas parecen proveer una importante clave para mejorar la calidad fundamental de cómo mejorar la destreza de los movimientos.

Recomendación:

La ventaja potencial, así como los riesgos de iniciar a los niños menores de 3 ó 4 años en experiencias acuáticas, debe ser cuidadosamente compartida con padres, instructores, pediatras y profesores de natación.

Aunque los niños mayores de 4 años pueden aprender estilos en poco tiempo, las experiencias tempranas, introducidas durante largo tiempo, han demostrado que mejoran la calidad de las habilidades natatorias.

Finalmente, la política establecida por la AAP proclama que "los programas acuáticos para infantes y bebés no han demostrado que hayan hecho disminuir los riesgos de ahogamiento".

Mas tarde, en el contenido de los reglamentos, se ha observado que "no hay datos que determinen que los programas acuáticos para niños y bebés incrementen o disminuyan (enfáticamente) el ahogamiento en la niñez.

Raciocinio:

Nosotros, sinceramente, estamos de acuerdo en que los programas acuáticos no deben exigir "a prueba de ahogamiento" o hacer algún niño "salvavidas".

La YMCA de USA está interesada en que la AAP debe reforzar una apreciación similar en otra dirección.

Nosotros sostenemos fuertemente lesta recomendación aportando el registro de datos, investigación sobre prevención de ahogamiento y legislación de ahogamiento de los niños.

Nosotros sentimos que todo esto es una conclusión abstracta, con el fin de refutar el rol de los programas acuáticos que tratan de prevenir los ahogamientos, en cuanto no muestran que hayan tenido investigación u otro soporte o que refuten su relación.

Recomendación:

No es digno de confianza la información corrientemente obtenida para determinar si los programas acuáticos para niños incrementen o disminuyan el ahogamiento en la niñez.

Hasta que esa información, acopiada durante ese período, sea confiable, padres, instructores, pediatras y profesores de natación deben ejercitar extrema cautela cuando conduzcan programas de natación para niños.

Además, en la educación de padres y familia se debe enfatizar que los niños no deben ser dejados solos en o alrededor de cualquier continente de agua, tales como baldes, bañeras, piletas de natación plásticas o inflables.

El Comité Consultivo de Medicina de la YMCA de USA ha revisado las recomendaciones y justificaciones de esta carta.

Nosotros apreciamos la oportunidad de comentar, positiva y críticamente, acerca de la reciente política establecida por la AAP.

La YMCA de USA predice continuar el diálogo, la discusión y esforzada colaboración con la AAP.

Firma Ken Gladish, Ph. D, Director Ejecutivo Nacional de YMCA.

# **NATACIÓN INFANTIL Y EL SÍNDROME DE SATURACIÓN DEPORTIVA ESPECIALIZACIÓN TEMPRANA Y DESERCIÓN PRECOZ**

Por Dr. Juan Carlos MAZZA (Médico Deportólogo)

BIOSYSTEM Instituto de Evaluación de Deportes y Actividades Aeróbicas

## **CONFERENCIA**

Muchos años de experiencia como Médico Fisiólogo ligado a la investigación y a la evaluación de nadadores en 6 países sudamericanos, así como médico de Selecciones Nacionales de Argentina y de destacados clubes de Natación, me llevan a un análisis retrospectivo de la secuencia de formación y consolidación de nadadores en el megaciclo de su desarrollo deportivo en este deporte.

La observación más simple y directa marca que miles de niños comienzan con el aprendizaje de este deporte entre los 4 y 7 años, pero porcentualmente muy pocos de ellos se prolongan en la etapa de nadador/a competitivo a la edad de 14 -15 años.

Es evidente que existen una serie de factores que interfieren el proceso de formación del nadador, a punto tal de generar una devastadora deserción precoz de la mayoría de ellos, sin haberles dado la oportunidad de demostrar si podrían haber llegado a ser nadadores de alto nivel, o al menos permitirles seguir cultivando, en el resto de sus vidas, una disciplina deportiva que les ayudase a mantener un estado saludable y una mejor calidad de vida.

La Natación Infanto-Juvenil registra, desde hace muchos años, un dilema que se constituye como contradicción fundamental: se cimenta un plan equilibrado y armónico de construcción del deportista, en este sensible periodo de crecimiento y desarrollo, o se puede contribuir negativamente a la destrucción de potenciales talentos deportivos, sobre estimulando su proceso bio-psico-social y provocando el abandono precoz de todo tipo de actividad deportiva (no solo de la Natación).

Especialización temprana versus desarrollo armónico de las cualidades físicas generales

El aprendizaje precoz de la técnica en Natación es una constante permanente y característica de la mayoría de las escuelas de Natación de nuestro país y de Latinoamérica.

Por lo general, los niños comienzan a asistir a clases a edades que oscilan entre los 4 y los 7 años, y comienzan a recibir una formación técnica deficiente en relación a las técnicas más modernas de la enseñanza actual, profundamente revolucionadas por la investigación de áreas del desarrollo psicomotor, principios biomecánicos y físicos del desarrollo de movimientos en medio acuático, y de avances en la información sobre relación de todas estas variables con el proceso de crecimiento y desarrollo del niño, antes de la pubertad.

Las tendencias más modernas marcan que el conjunto de los factores físicos, hidrodinámicos, cinestésicos y biomecánicos interactúan en forma muy compleja, y hacen muy difícil de instrumentar un proceso pedagógico-técnico antes de los 7-8 años. Por lo cual en las primeras etapas, el niño debería recibir lecciones de ambientación acuática, juegos en el agua, ejercicios rudimentarios para el futuro proceso técnico, y una formación multilateral fuera del agua para el desarrollo global de todo su potencial sensomotriz.

A posteriori, habrá que aprovechar la llamada "fase sensible", entre los 8-12 años (considerando variables individuales), para el aprendizaje excelso de los 4 estilos competitivos.

A contramarcha de estas afirmaciones, en general, se denota que los jóvenes "infantoadadores" arriban a los 11-12 años con importantes déficit de formación física general, con desbalanceo en el aprendizaje de la técnica de los 4 estilos, y en muchos casos con una fuerte tendencia a la especialización en uno o dos estilos.

Además se revela una marcada orientación a la sistematización de cargas de entrenamiento organizado, con estímulos fisiológicos inadecuados en volumen,

intensidad, densidad y frecuencia, lo que hace que muchos estados de fatiga interfieran en la consolidación del aprendizaje técnico y de las técnicas de corrección. También se percibe una falta de formación física general que conspira contra el futuro desarrollo deportivo del joven en esta disciplina o en otras especialidades, ya que se encuentran notables déficit en la flexibilidad, en la coordinación fuera del agua, en la saltabilidad, en la fuerza, en la base aeróbica, lo que genera pérdidas de desarrollo deportivo a futuro.

La especialización temprana en un solo estilo es una "herida de muerte" al proceso del desarrollo del futuro nadador juvenil ya que luego carece de capacidad de nadar otros estilos de modo recuperador (considerando que la tendencia actual del entrenamiento dice que más del 70 % del volumen de trabajo se realiza con objetivos de recuperación activa y construcción de la base aeróbica y técnica); esto se agrava si se considera el caso de la especialización de "pechistas" y "mariposistas", a edades tempranas, lo que resulta en nadadores deficitarios en el estilo libre (estilo base del proceso de entrenamiento, ya que sobre este estilo descansa más de 65 % del volumen de nado). Estos déficit e incoherencias del proceso formativo, sumado a excesivas cargas de entrenamiento a edades tempranas, a una sobrecarga psico-física que lleva al aburrimiento y a la burocratización del proceso, y a una inadecuada estrategia de competencia (con distancias fisiológica y biomecánicamente burdamente anormales para jóvenes tan pequeños e inmaduros) son los factores que construyen la base del llamado "Síndrome de Saturación Deportiva".

### **Síndrome de Saturación Deportiva**

Este cuadro ha sido descrito como la sumatoria de varios factores biológicos, metodológicos y psico-sociales que generan un conjunto de síntomas y signos, los que expresan fatiga física y mental. La consecuencia mediata es el abandono precoz de todo tipo de actividad deportiva, tanto recreativa como competitiva.

Es muy importante destacar que la instalación del cuadro es de muy lento y subrepticio desarrollo, de una forma crónica inaparente, por lo cual sus efectos terminales con saturación y abandono se pueden llegar a producir varios años después de haberse comenzado con el plan sistemático de errores, por lo cual todos los actores de esta "obra" (entrenadores, técnicos, padres, dirigentes, médicos, etc.) no suelen reconocer el origen del problema, y tratan de encontrar múltiples excusas o razones para el abandono y el fracaso del nadador.

En realidad, este proceso es de incidencia altamente sistemática, lo que conlleva a que entre 7 a 9 años después del comienzo de la carrera del joven en este deporte, abandonen casi el 95 % de los nadadores, en una edad variable que oscila entre los 13 y los 16 años.

A continuación, y sin contar con el espacio suficiente para desarrollar cada uno de los ítem, se vuelca una apretada síntesis de los factores Fisiológico-Biomecánicos, Metodológicos y Psico-Sociales del proceso de entrenamiento deportivo en Natación que son la base causal del Síndrome de Saturación Deportiva.

### **Factores Fisiológico-Biomecánicos**

- 1 - Exceso de carga en volumen
- 2 - Exceso de carga en intensidad
- 3 - Exceso de frecuencia de estímulos
- 4 - Pausas inadecuadas entre cargas
- 5 - Inadecuados periodos y cargas de recuperación
- 6 - Exceso en la carga de fuerza/potencia en trabajos de gimnasio
- 7 - Sobrecarga en la mecánica del estilo (especialmente en pecho y mariposa)
- 8 - Nutrición inadecuada

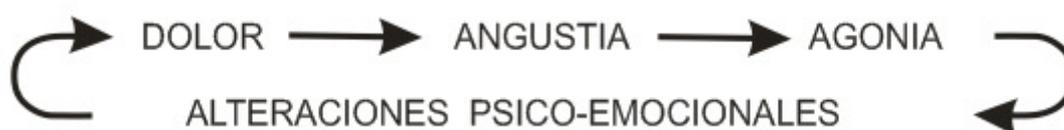
## Factores Metodológicos

- 1 - Especialización temprana
- 2 - Errores o ausencia de planificación
- 3 - Errores o ausencia de periodización
- 4 - Fijación incorrecta de las metas a alcanzar
- 5 - Competencia excesiva
- 6 - Competencia inadecuada

## Factores Psico-Sociales

- 1 - Presión psicológica impuesta o auto-impuesta
- 2 - Entorno familiar con problemas
- 3 - Dirigencia política incompetente
- 4 - Entorno competitivo perturbador (dirigentes, entrenadores, rivales, periodistas).
- 5 - Premiación inadecuada.
- 6 - Viajes competitivos desmesurados.
- 7 - Difusión periodística incorrecta.

La conjunción de muchos de estos factores en un niño pre adolescente (o en el comienzo de su pubertad), cursando la más importante etapa de su vida en el proceso de crecimiento, maduración y desarrollo, llevan a la instalación de un circuito de retroalimentación positiva, en la esfera bio-psico-emocional, que ha sido definida como el "anillo fatal" que causa el abandono precoz de la actividad:



Increíblemente, lo que debería dar placer (ésto es, la práctica deportiva, la integración social, el disfrutar de competir, ganar y perder saludablemente, etc.) se transforma en un "trabajo" stresante, saturador, fatigoso, con anulación de los tiempos de recreación y tiempo libre, y la "esclavización" de sujetos apenas niños, que toleran este sistema abusivo por varios años, pero que inexorablemente se "quiebran" internamente (rompiendo un fino cristal interior irreparable) y los lleva a abandonar lo que amaron desde pequeños.

## Conclusiones

La especialización temprana y la sobrecarga psico-física a edades tempranas son las causales principales del abandono precoz de los nadadores infanto-juveniles y la frustración deportiva de miles de talentos potenciales.

Y en última instancia, si los nadadores que abandonan no fuesen talentos, el mal mayor es que condenan a miles de niños y adolescentes a un abandono de todo tipo de actividad deportiva, generando la creación de potenciales futuros sedentarios. Esta cruda realidad estadística, integrada por miles de jóvenes anónimos que no fueron lo que pudieron ser, está basada en un proceso perverso de nuestra Natación Infanto-Juvenil, y se sustenta (y lo digo por propia experiencia) en la ignorancia científica y profesional de los actores responsables del proceso. Inmediatamente después que uno se educa y se capacita específicamente para ejercer el trabajo en esta esfera de la práctica deportiva, comienza a combatir este mal que troncha talentos deportivos y futuros individuos sanos y equilibrados física y psico-emocionalmente.

El cumplimiento de estos objetivos es una obligación ética y moral para todos quienes amamos este maravilloso deporte.

## **NADAR: UNA APROXIMACIÓN NATURAL**

Por **María Eliana ACEVEDO FAGALDE**

Escuela de Natación "EL PRINCIPITO" de Chile

### **BIOGRAFÍA**

María Eliana Acevedo Fagalde nació en Chile en 1938. Residiendo en Los Ángeles U.S.A. tomó un semestre en Psicología de la Educación en el San Fernando State College.

En 1968 regresó a Santiago con sus hijos y en 1969 creó con sus dos hermanas Ema y Cecilia (Q.E.P.D.) el Jardín Infantil El Principito. Actual "Sociedad Educacional El Principito Ltda."

En 1970 inició actividades de natación de verano para niños de 6 a 11 años, con Ambarina Domec, kinesióloga, especializada en enseñar a nadar a niños ciegos y amputados, formando la Escuela de Natación El Principito, con una metodología basada en el juego y el canto.

En 1972 se integró al curso de "Desarrollo de la Imaginación y de la Capacidad Creadora a través del Arte" entregado por Hilo Krugli, profesor argentino, vecindado en Brasil, basado en la filosofía educativa de Herbert Read. Invitó al profesor Krugli a trabajar en el Jardín, dando su curso a profesionales del hacer artístico - educativo

En 1973 empezó a desarrollar una metodología basada en Educación por el Arte de Read, sumando a ésta, la especialización en "Evaluación y Diagnóstico de niños a través de la Pintura", entregada por el Dr. Juan Carlos Carrasco, siquiatria uruguayo. Se empieza a gestar una metodología que permite la expresión libre del niño a través de talleres y técnicas; se forma a las educadoras para que puedan trabajarla hasta el día de hoy.

En 1976 inició, en piscina temperada, actividades con bebés desde 0.4 meses, se basó en la experiencia rusa y norteamericana del momento, creando una metodología propia.

Se especializó en trabajar con adultos temerosos, inspirada en el trabajo del Dr. Patricio López de Lérída, siquiatria especializado en fobias.

Llevó a cabo la Primera Campaña sobre la Epilepsia en Chile, a nivel de los medios de comunicación. Luego trabajó en los talleres de padres con niños epilépticos, en conjunto con neurólogos y siquiatrias.

Desde 1974 ha trabajado en talleres con niños, adolescentes y adultos, entregando experiencias de Desarrollo de la Imaginación y de la Capacidad. Creadora, en talleres en El Principito, también en perfeccionamiento a Educadoras de Párvulos del Colegio Manquehue y Universidad de Viña del Mar.

Ha especializado a profesoras de Educación Física, en natación de niños y bebés.

Ha creado canciones, cuentos, poesías para enriquecer la experiencia literaria, musical, corporal y plástica de los niños.

Para poder trabajar clasificábamos a los niños por colores:

- Blancos: aquellos iniciándose en el agua
- Amarillos: aquellos con capacidad para sumergirse y flotar
- Verdes: aquellos que ya pataleaban, braceaban pudiendo sacar la cabeza para respirar, y
- Rojos: aquellos que ya estaban cruzando la piscina a lo largo, aprendiendo estilo, salto de cabeza, etc.

La cinta de color que les entregábamos al clasificarlos era todo un trofeo, y el momento en que pasaban al nivel superior el de más grande orgullo. Tanto era sí que las madres se quejaban por que los niños no se la querían sacar ni para bañarse en la tina. Ambarina fue mi fiel compañera durante dos años. Un día llegó con la noticia de que su marido había sido trasladado, a Buenos Aires, Argentina.

Mi impresión fue grande, habíamos logrado crear un centro ya reconocido, donde los niños aprendían y el interés de los padres por esta actividad crecía. Qué iba a hacer

sin mi compañera. Ella me convenció que yo ya tenía suficiente experiencia, me animé y seguí sola.

Lentamente empezaron a llegar niños más pequeños y bajamos el nivel de edad a 4 años.

Yo contrataba a jóvenes estudiantes que me ayudaban a atender a los niños y a reforzar conductas fuera del agua.

Fue entonces que mi hija mayor, Verónica, de 11 años de edad empezó a trabajar todos los veranos conmigo y pasados los años, luego de egresar de universidad, pasó a ser mi mano derecha, primero en natación de niños y luego de bebés.

Habían pasado 8 años, era el año 1976. Un día una prima mía llegó con su hijo menor José Ramón, de dos años, con el argumento de que si yo no le enseñaba a nadar el chiquillo se iba a ahogar. Como gran cosa me dejaba a una de sus hermanas para que se hiciese cargo de él.

Esa fue mi primera experiencia con pequeños.

Por supuesto, todo lo que hacíamos con los mayores no servía para él. Era un niño muy regalón, estaba en una edad en que no quería que le hiciesen a nada. me decidí a tomarlo en forma particular. Fuimos adaptándolo al agua por medio de juegos, risas y mucha paciencia;.

Yo sabía que si no aprendía a sumergirse nunca iba a poder nadar. Así fue que con determinación férrea lo sumergíamos todas las clases y por esas cosas benditas el niño no se aterró.

Lentamente empezó a soportar las inmersiones de las que salía diciendo "¡Me ahogué!" y con los juegos, risas y muchos besos a soltarse en el agua y a bucear.

El tan inadecuado método que usamos con el niño sirvió de base para iniciar una seria búsqueda de antecedentes y experiencias en la natación de bebés.

En la biblioteca de la Universidad de Chile encontramos algunos datos sobre las primeras investigaciones rusas y europeas.

Deseando trabajar con los bebés y extender el período de natación a los meses fríos, cubrimos la piscina con una armazón de fibra de vidrio y calefaccionamos el agua.

Conversé mucho con psicólogos, entrevisté a médicos pediatras.

En esa esa época los médicos veían más los riesgos para la salud del niño, que los beneficios que esta experiencia acuática pudiera aportarles.

En eso estaba cuando llegó a clases una señora norteamericana cuyo hijo había sido bebé nadador en su país. Yo me interesé inmediatamente. Ella muy generosa, me transmitió mucho de su experiencia y me trajo el libro de Claire Timmermans, profesora australiana, en la que se basaba el método.

Leí cada capítulo con detención. Aprendí mucho de las condiciones físicas en que se debía trabajar, la temperatura del agua, el control calórico del cuerpo y lo más importante el sistema de inmersión. El libro "How to teach your baby to swim" de la Timmermans, fue mi libro de consulta durante todo el primer período de trabajo con los niños pequeños.

Luego por una siquiatra que se me acercó para que le ayudase a superar una fobia al agua, me metí en el tema y apoyada por especialistas empecé a trabajar con adultos temerosos, con mucho éxito.

Diez años después el año 1988, debido a la necesidad de rehabilitación que tenía después de dos meses de inmovilidad por una hernia a la columna, surgió la hidrogimnasia de adultos.

Descubrí que en el agua me podía mover con toda facilidad y hacer ejercicios que no podía realizar en tierra.

Poco a poco fui diseñando un plan de clases al que se incorporaron varias amigas mías, usando el mismo método con los niños y los bebés: los ejercicios acompañados de canciones que dan alegría y marcan su ritmo e intensidad.

En ese período viajé a Nueva York con mi hija Verónica, con el objeto de conocer el método de trabajo de ese país. Nos acercamos a la YMCA, nos acogieron muy bien,

asistimos a las clases para bebés y a las de hidrogimnasia de adultos entregándonos material sobre su experiencia en natación de embarazadas.

Fue muy importante esta experiencia, ya que pudimos observar una clase a bebés de la profesora estrella del lugar, corroborando que la alegría, sensibilidad y respeto en el trabajo de los padres con sus hijos es la herramienta clave para lograr el éxito con ellos.

El Dr. Augusto Tapia, profesor de Ginecología y Obstetricia de la Escuela de Medicina de la Universidad de Chile, me propuso que formase un curso de hidrogimnasia para embarazadas, en el que, junto con cuidar de su estado físico, se les diera apoyo frente a los mitos y miedos que las angustian dificultando el trabajo de parto.

Me guió sobre los cuidados que deben tener al ejercitarse en los diversos momentos del embarazo y me hizo entrega de un libro de puericultura "The Well Pregnancy Book" de Mike y Nancy Samuels, que describe de una manera integral el desarrollo de la vida, el cuidado de la madre, las relaciones de pareja, etc.

Con ayuda de un reportaje, en la Revista YA, inicié el primer curso de Sirenas Embarazadas.

Actualmente en la Escuela de Natación El Principito se entregan clases para: Bebés, niños, adultos temerosos, hidrogimnasia para embarazadas, hidrogimnasia para mujeres hasta 45 años, hidrogimnasia para tercera edad

Enseñar a nadar a niños y bebés como pionera en Chile, suscitó el interés de los medios de comunicación escrita y audiovisuales lo que hizo que pronto se reconociese mi labor.

Durante estos años he recibido a profesionales y alumnos universitarios con deseos de especializarse en esta área de la natación.

Hoy existe conciencia en los padres de que los niños deben aprender a nadar, por la gran cantidad de piscinas que se han instalado en casas y edificios de departamentos. También hay cierto conocimiento de lo importante de la estimulación temprana en el agua para el desarrollo motor y psicológico de los bebés.

Por último son muchos los niños con diversos problemas físicos para los que se recomienda el ejercicio en el agua como rehabilitación.

## **DESARROLLO DE LA METODOLOGÍA - ASPECTOS GENERALES**

Nos basamos en una aproximación natural del niño al agua.

En un comienzo se trata de permitir que el bebé no pierda, sino por el contrario que siga desarrollando sus condiciones acuáticas con las que se desarrolló en el útero de su madre.

Otro aspecto importante del método es la persona que va a manejar al bebé o el niño. Esta debe ser una relación establecida de uno a uno y las personas más indicadas suelen ser la madre o el padre.

Importante es guiar a éstos en el manejo de sus temores y ansiedades ayudándolos a sensibilizarse frente a su hijo, aceptándolo como es y permitiéndole avanzar de acuerdo a su propio ritmo.

El método está basado en aprovechar la necesidad de exploración y juego de los niños, ya que están en una etapa de un importante desarrollo cognitivo y motor; el juego y la imaginación son el vehículo que utilizan para conocer el mundo y sus posibilidades de acción sobre él.

## **CLASIFICACION POR EDADES Y NIVEL DE DESTREZA**

Nos referimos a niños desde 0,4 a 3,11 años.

1.- Natación dependiente HI: de 0,4 a 0,8 años.

El niño recibe la acción que la madre amorosamente efectúa sobre él, permitiéndole desarrollar habilidades y destrezas dentro del medio acuático: Flotación de espalda y abdomen, inmersión y deslizamiento, capacidad de colgarse de una barra o escalera.

2.- Natación dependiente II: de 0,9 a 2,6 años.

El niño está más consciente de los peligros del medio, descubrió el equilibrio en vertical y el descanso apoyado sobre algo, tiene temor a caerse de espalda en flotación.

El éxito se basa en la confianza y en el cariño que siente el niño y en la capacidad de crear un ambiente tranquilo y alegre, dándole gran seguridad.

Empieza a jugar con los elementos de la piscina y a expresar sus deseos y voluntades.

Magia y juego con el niño son fundamentales en este período.

3.- Autonomía dependiente: de 2,7 a 3,11.

El niño descubre que puede auto determinarse. "¡Yo solo!" es la frase que empieza a emitir cuando le proponen un ejercicio-juego. También comienza a interesarse por compartir sus juegos con los otros niños.

El adulto tiene que transformarse en su compañero de aventuras y usar mucha psicología para no contrariarlo. La imaginación y la camaradería son fundamentales en este período.

4.- Autonomía vigilada: desde 1,6 (excepcional):

El niño ya puede nadar bajo el agua y salir a la superficie a respirar, puede nadar de lado a lado de la piscina, saltar al agua salir a la superficie y llegar hasta el borde.

En esta etapa los niños no tienen la fuerza muscular ni la independencia emocional para salir en situaciones de emergencia, por lo que los padres deben estar siempre cerca de ellos.

## **REGLAS DE ORO DEL SISTEMA**

1. Ir en forma paulatina llevando al pequeño al reencuentro con el agua.
2. Nunca forzar, confiar en el niño.
3. Crear un ambiente de mucho afecto, simpatía y confianza.
4. Integrarse al grupo y gozar con los avances de cada niño.
5. Besos y caricias, risas y juegos son la clave para tener niños felices y activos.
6. Nunca avanzar en un ejercicio sin la supervisión de la profesora.
7. El número tres. Al realizar las primeras inmersiones, éstas deben ser hechas sólo tres veces. La primera el bebé se sorprende, la segunda la reconoce y la tercera la comprende. Lo mismo al empezar a desplazarlo debajo del agua.
8. Nunca comparar a un niño con otro.
9. Respetar los retrocesos, como propios de la maduración.
10. La meta debe estar en los logros del bebé, no en las pretensiones del adulto.
11. El adulto nunca debe realizar un ejercicio si no está convencido de poder entregar seguridad y confianza a su bebé.
12. El bebé debe mantenerse nadando para que haga del agua su medio natural.

La natación en esta primera etapa de la vida es de gran importancia ya que de una manera lúdica y de gran valor afectivo el niño va aprendiendo a desenvolverse en un ambiente físico peligroso, que le demanda disciplina, ritmo y desarrollo muscular. Tiene que aprender una nueva respiración, equilibrio y mecánica del movimiento. Mayor capacidad de enfrentar situaciones de riesgo, valor y creatividad además de un deporte acuático a futuro, son algunas de las bondades de este aprendizaje. Estos 30 años enseñando natación me han dejado muy buenos recuerdos, viendo niños y adultos que han atesorado la experiencia en sus corazones. Encontrarme con ellos y sentir el afecto y cariño que nos expresan me dice que hicimos bien nuestra labor y fuimos elementos positivos en sus vidas, lo que me llena de satisfacción y alegría.

# **NATACIÓN PARA BEBÉS**

## **EL RENACER PARA UNA MENTE SANA**

Por JOSÉ MARÍA FONTANELLI

### **RESUMEN DE LA CONFERENCIA**

La ontogénesis de la reacción al corte, que sucede sobre la reacción del corte y ruptura de los vínculos afectivos desde el nacimiento, permanecen en el niño tal como una clase de cicatriz emocional que perdurará durante toda su vida.

"La angustia en los niños es originalmente, nada más que la expresión del hecho de que ellos están perdiendo a la persona amada" Sigmund Freud (1905).

En la actualidad las relaciones con los niños no son de las mejores. Todavía prevalece la fuerza y hasta la imposición, siendo especialmente que lo mejor sea, que a través de la aproximación, el tono de voz, el tacto, la cordialidad, la sonrisa, lo que se relacione para volver al principio de los orígenes.

Con el miramiento frontal de la madre con el niño, se desarrolla una comunicación psicológica.

No hace mucho tiempo, se entendía que la responsabilidad psicológica de la preñez era exclusivamente de la madre. Sin embargo, está sobreentendido que el feto garantiza que la función endócrina sea en perfecto orden durante la preñez, y que también dispara algunos cambios físicos en el cuerpo de la madre, asegurando un buen desarrollo durante el crecimiento después del nacimiento.

Los movimientos del feto construyen un camino de comunicación que puede ir desde el temor, ritmo vibrante al oír ruidos que pueden incitar reacciones en los pies, manos y cuerpo del bebé, siendo éstos la manifestación del comportamiento.

Actualmente, los profesionales, pueden ser intelectuales, bien entrenados y que tengan experiencia, pero desafortunadamente nosotros sentimos que la sensibilidad se está perdiendo, dejando atrás importantes detalles tales como el "manejo afectivo".

Por otra parte, se ha observado que la atención se está dando más, a veces, a aquellos bebés nacidos por cesárea o prematuros.

En los Congresos en que he tenido participación, especialmente en el de Oaxaca en 1997, en los cuales he presentado un video llamado "Comunicación, un arte para la asimilación" yo estoy dando, efusivamente, énfasis a los efectos psicológicos del tocamiento y el ser tocado.

El simple toque da grandes ventajas, en términos de salud y atención de estados, el niño muestra incidencia de fiebre, resfrío, gripe, vómitos y diarrea.

También el tocamiento muestra significantes alteraciones en las estructuras de los sistemas inmunológicos y neurológicos, ayudando la resistencia física y proporcionando al niño más seguridad y fortaleza.

La piel produce una sustancia que no podemos diferenciar químicamente, desde la hormona de la glándula timo, la cual actúa en la diferenciación de linfocitos "T", siendo la responsable de inmunización de las células.

Los estímulos táctiles causan profundos efectos psicológicos y de conducta sobre el organismo dependiendo de la clase de tocamiento.

El bebé que llora, aún bien alimentado, seco e insensible, podría querer decir simplemente que necesita una estrecha aproximación física.

Nosotros también podemos notar que, aspectos educacionales y de maduración, no son totalmente respetados, por ejemplo, la regulación térmica.

Los dos aspectos están incluidos en el factor edad, (específica y precoz), afectando en un sentido negativo en la relación de la sensibilidad del comportamiento, en la búsqueda de placer.

Es interesante cómo cada educador y aún muchas veces los padres, anticipan los pasos de maduración forzando a los bebés a responder a algunas cosas a las que ellos todavía no están listos para responder, todo en nombre del exhibicionismo y de la moda. Eso lleva a una bárbara conducta, ilógica e irracional.

La mayor preocupación son las técnicas de aproximación en los movimientos, en las inmersiones y en los resultados que se logren, sea en largas distancias, piernas, ganancia de la masa muscular como resultado de la locomoción acuática. Lamentablemente hay un pobre énfasis en la armonía y en la manifestación del potencial de los bebés.

Es asombroso cómo el adulto humano proyecta su necesidad de "seudo perfección" en su descendencia, tornándolas en superbebés por medio de torturas sádicas, solamente pensando en su neurótico egoísmo.

En varios segmentos sabemos que el cuidado de la salud y educación de los niños es dañado por la velocidad de la información sin suficientes intervalos para la absorción nerviosa, frustrando los movimientos y asimilación en tiempo real, debido al particular crecimiento de cada individuo.

Es sorprendente la necesidad de competir en el mundo moderno. Hay un excesivo placer en cumplir objetivos a largo plazo.

Es cruel que muchas de las madres no están bien preparadas para la preñez ni para la educación de su propio feto o niños. Y además, adquieren madurez a través de sus propios hijos.

Los delicados momentos que suceden a la futura evolución, están detenidos por estúpidos ritmos y por la tentativa de conquistar y rechazar vínculos tales como el nacimiento de un bebé, que es llevado por un extraño y su sistema sensorial no reconoce la persona, haciéndolo realmente molesto.

De acuerdo con mi punto de vista, comprendo que lo mejor de nosotros es tratar de entender a los niños, nosotros nunca estaremos listos para ofrecerles la total seguridad que ellos necesitan.

¿Por qué tenemos que justificar tanta prisa si los bebés nos informan todo diagnóstico y la vía de aceptación?

La visión, los movimientos del cuerpo, los reflejos musculares los momentos de intolerancia, nos muestran rechazo, regresión, simpatía y empatía a través de su comunicación no verbal.

Los niños están en constante improvisación. Es enorme su capacidad de adaptación, desde el nacimiento es asombroso.

En el desarrollo de la adaptación física, la fase de crecimiento es justamente un proceso de maduración de los órganos que siempre marcan el comienzo más capaz para su función.

En el tiempo del nacimiento, el sistema nervioso no está todavía desarrollado, hasta que alcanza su madurez en la pubertad.

En los comienzos, la adaptación mental está completamente aislada, pero se descubre paso a paso el medio ambiente, sus recursos y su potencial intelectual.

Con respecto a la adaptación, las formas personales se afirman y toman autoridad y madurez debido a los descubrimientos y conquistas.

Los éxitos y propósitos que nosotros, los educadores, deseamos en la evolución de los niños, nunca serán realizados sin nuestro compromiso.

Nosotros respetaremos y consideraremos los esfuerzos, victorias, pérdidas, dificultades, felicidad, gozos y estudio de nuestros alumnos.

De otro modo, nosotros observamos que los niños que son separados de esas experiencias tienen mayores dificultades para ser adultos sanos durante su vida.

El aprendizaje es enorme, la conquista sucederá gradualmente en el sentido en que él sea estimulado. Sin embargo, eso no tendrá que ser sobrecargado por tensiones, preocupaciones y demasiados esfuerzos prematuramente instalados.

Un niño con una mente balanceada hoy, será un dirigente balanceado mañana.

## **PLANIFICACIÓN: ÉXITO DEL PROGRAMA DE BEBÉS**

Por Lic. María de Lourdes CISNEROS de HERNÁNDEZ

### **CONFERENCIA**

**OBJETIVO:** Compartir nuestro proceso de planificación y los beneficios que hemos obtenido con este sistema para lograr el éxito del Programa de Natación para Bebés.

**PRESENTACIÓN:** Monterrey, ciudad capital del Estado de Nuevo León, fundada hace 405 años en el valle junto a la Sierra Madre Oriental, enmarcada por el famoso Cerro de la Silla. Localizada al Noreste de México muy cerca de la frontera con Estados Unidos.

Es la tercera ciudad más grande de México, considerada polo industrial, se distingue también por su actividad comercial, cerca de 30 instituciones de educación superior, colocan a Monterrey como el más importante centro educativo del país. Por ser una ciudad de alto nivel socioeconómico, muy influenciada por la cultura norteamericana, con un alto nivel de vida y educación, hace que la sociedad sea muy exigente y competitiva, estas características socioculturales han contribuido a darle forma a nuestro programa de bebés.

Nuestra Escuela fue fundada en 1989, localizada en una zona residencial, cuenta con una alberca cubierta de 10 X 5 metros, en donde se ofrecen programas de educación acuática para bebés, niños y damas, en un ambiente de cariño y confianza.

**ANTECEDENTES:** Si en el mundo administrativo difícilmente la función de planificación se lleva a cabo de una manera sistemática, estructurada y formal, en el caso de la educación acuática, es escasa su aplicación.

La natación para bebés en México tiene aproximadamente unos diez años de practicarse de manera estructurada, aún en la actualidad la mayoría de los programas de bebés son con maestro individual.

Varios eventos y personas han sido trascendentes en el desarrollo de nuestros programas de bebés, el primero fue la Conferencia de la "National Swim School Association" en San Francisco en donde conocí a Roberto Strauss y a un grupo de personas que comparten nuestra pasión y gusto por la enseñanza de natación. Ahí también nació una amistad y un apoyo incalculable, ella es Beatriz Esesarte, quien con su profesionalismo y apoyo pedagógico le dio un giro a nuestra manera de ver la natación, juntas hemos recorrido un maravilloso camino, que inició con la participación en el II Congreso Mundial de Bebés (WABC), Los Ángeles, California, en donde expusimos el tema de la natación para bebés en México. Otra persona muy valiosa ha sido John Bainbridge, quien estuvo en Monterrey en 1994 para hacer la Primera Certificación de Maestros de Bebés en México, que con el apoyo de la Acuática Nelson Vargas se hizo extensiva a los maestros del país. A todos ellos que ahora están aquí mi más profundo agradecimiento.

Debido a la competitividad del mercado adquirimos la filosofía de Calidad Total, que nos llevó en 1996 a ganar el Premio Nuevo León a la Calidad, ésto nos obligo a llevar procesos de planificación claros, estructurados y documentados de manera sistemática.

El resultado este trabajo lo podemos apreciar en la gráfica donde se muestra el incremento que hemos tenido en el programa de bebés con papás, hasta llegar a este año donde casi se eliminan las clases individuales.

**PLANIFICACIÓN:** ¿Qué es planificar?

Empezamos a planificar en nuestra organización al tomar en cuenta las funciones del proceso administrativo, lo que nos obligó a establecer un proceso consciente y formal para definir metas y compromisos. Esto nos permitió definir objetivos claros en cada

una de las áreas de la escuela y llevar a cabo un esfuerzo coordinado para alcanzarlos, revisando periódicamente el desempeño para evaluar el nivel de avance. Este proceso de planificación nos ayudó prever el futuro y proponer estrategias para desarrollar el programa de bebés, de manera que pudiéramos crecer. Estas estrategias nos ayudaron a cambiar la mentalidad a través de educar a la sociedad sobre los beneficios de la natación para bebés, por medio de reportajes de periódico, entrevistas en radio y televisión, esto es lo que nos han permitido llegar a este momento en donde casi se elimina las clases individuales.

Para que un plan sea eficaz existen algunos requisitos: Para que los planes fueran efectivos aprendimos con la práctica a ser realistas al no tratar de establecer metas que no se pudieran cumplir, también fue necesario tomar en cuenta los recursos y limitaciones que teníamos, como las instalaciones y las condiciones del clima. Al planificar nos comprometimos con el programa y la institución. El hecho de tener un programa planificado y estructurado no significa que no pueda ser flexible y estar sujeto a cambios, tampoco significa que al tener un plan predefinido no se pueda usar la creatividad y la imaginación; planificar no elimina la libertad de crear. Lo más importante de la planificación es que se puedan evaluar los logros y resultados, (lo que no se mide no progresa).

### **¿Porqué planificar?**

La planificación nos ayudó a crear la filosofía de la institución, nuestra visión y misión, analizando de manera sistemática hacia donde queremos ir, el rumbo deseado y uno de los detalles más importantes fue lograr un óptimo uso de los recursos, a disminuir la incertidumbre de llegar a ver que se nos ocurre en el momento, al ser flexible el planeamiento nos permite adaptarnos a las condiciones cambiantes, ya que al momento de planear se visualizan diferentes escenarios, como ya la mencionamos anteriormente el planeamiento nos permite definir estrategias y estar listos para reaccionar ante los cambios que se presenten.

### **MANUAL DE PROGRAMA DE BEBES**

Uno de los resultados más palpables del proceso de planificación fue el desarrollo del manual de programas de bebés, en donde se definen los objetivos, las etapas de desarrollo, la metodología, las fichas de trabajo y las actividades.

### **Estimulación Temprana**

Nuestro programa de natación para bebés se basa en Estimulación Temprana, lo que nos permite brindar mejores herramientas para el fortalecimiento psicológico, intelectual, emocional, social y físico de los alumnos. Esto es estimular oportunamente a los bebés para garantizar un desarrollo óptimo de sus habilidades motrices y psicológicas.

La actividad acuática proporciona una rica gama de oportunidades para que el niño en cualquier circunstancia interactue con ésta, asimilando y avivando su interés por conocer y dominar el entorno.

### **Habilidades**

El bebé desarrolla las habilidades de natación cuando de forma sistemática las practica siguiendo una secuencia sencilla y natural de ejercicios. El orden con el que se trabaja durante las clases es: adaptación, patada, respiración, flotación, brazada, equilibrio, inmersiones, clavados y nado. Cada una se practica tomando en cuenta las etapas de desarrollo y el nivel de los alumnos.

### **Planificación de la temporada**

Las herramientas claves que nos permiten hacer la planificación específica del programa de bebés son, el calendario de la temporada, las fichas de trabajo, las hojas de planificación, el plan de clase, el seguimiento y evaluación de los alumnos.

### **Calendario**

Al inicio de la temporada se hace una planificación general para definir los cursos, en nuestro caso, tienen una duración de cuatro semanas, se establecen las fechas de inicio y cierre, los días festivos y las actividades especiales que se llevarán a cabo durante el año.

### **Actividades**

Al definir las actividades y las fechas se incluyen en el calendario procurando cumplir durante la temporada con los días establecidos. Algunas de las actividades que realizamos son las siguientes: exhibiciones, clase de papás, de seguridad, festejos, picnic, delfines, reportajes de televisión y periódico, etc.

El hecho de tener planificadas previamente las actividades no limita la posibilidad de incluir algunas no programadas, que puedan ser de beneficio para el programa, también se evalúa la necesidad de hacer cambios sobre lo previamente establecido.

### **Fichas de Trabajo**

Las fichas de trabajo son la herramienta principal de los maestros para la planeación de las clases lo que permite realizar actividades concretas, éstas se dividen por habilidades y comprenden las siguientes áreas: desarrollo de motricidad gruesa y fina, desarrollo cognitivo y lenguaje, desarrollo afectivo-social y de estimulación multisensorial.

Cada ficha contiene la información necesaria para realizar una actividad: número y nombre de la ficha, aspectos a favorecer, material necesario, coro o canción, formaciones y procedimiento. Aquí mostramos dos ejemplos de las fichas de trabajo la de adaptación y de patada.

### **Canciones**

La música con las que trabajamos son rondas o canciones tradicionales que son conocidas por los padres de familia, a veces se hacen adaptaciones para actividades específicas. Algo que nos ha servido mucho para las clases de bebés es la "Ola Musical" programa orgullosamente mexicano que esta compuesto de mas de 100 canciones que fueron desarrolladas específicamente para estimulación temprana en el agua, ésto ha sido un gran apoyo para el Programa de Bebés, seleccionamos las canciones que se usaran y hacemos un casete, tomando en cuenta los tiempos y las actividades a realizar, después lo ponemos durante las clases, lo que permite que la maestra no tenga que cantar todo el tiempo.

### **Material**

Para realizar las fichas fue necesario hacer un inventario detallado de todo el material con el que contamos, después se hizo una relación para usarlo por habilidades, con esto buscamos darle rotación al material con el que contamos, ya que muchas veces se queda guardado en la bodega. Dentro de la planificación se incluye el cuidado y mantenimiento que se le debe dar a cada uno de los materiales que se usan en las clases.

### **Hoja de Planificación por curso**

La hoja de planificación es la que nos permite definir el programa por curso que incluye las habilidades, las fichas, actividades y material, que se llevarán a cabo durante el curso de cuatro semanas, anteriormente se hacía una clase diferente para cada sesión, con la experiencia hemos notado que es necesario repetir el plan durante varias clases.

### **Plan de Clase Diario**

Una vez realizada la planificación por curso, se hace la hoja del plan diario, la cual puede estar cerca de la alberca o simplemente tenerla como referencia, esto nos apoya mucho para llevar una misma estructura de clase con los diferentes maestros involucrados, a los padres de familia les da mucha seguridad saber que la clase fue previamente pensada y planeada para ellos.

### **Seguimiento y Evaluación**

Para evaluar la eficiencia de la planificación, revisamos al final de cada curso que actividades fueron las que funcionaron mejor y las que no fue posible aplicar, qué material sirvió mejor y qué se puede cambiar. Se hacen anotaciones en la hoja de planificación y se usan los comentarios para los siguientes cursos, también se toman en cuenta las nuevas actividades que se incluyeron que no estaban programadas. A partir de esta temporada decidimos eliminar las hojas de evaluación de habilidades por nivel para pasar al diario acuático del bebé, en donde hacemos comentarios sobre su desempeño y nivel de avance y gusto por el agua.

### **CONCLUSIONES**

Para terminar esta presentación quisiera compartirles lo que hemos logrado al llevar a cabo la planificación de una manera estructurada y formal.

La planificación ha permitido que nuestro programa de bebés sea congruente con la filosofía de la institución, nos apoya en el logro de los objetivos, se aprovechan mejor cada una de las clases, así como todo el material y le damos variedad al incluir diferentes canciones.

Los padres de familia se sienten muy seguros y tranquilos cuando conocen el programa, saben que puede haber cambios dependiendo de situaciones específicas, se ha dado un mejor seguimiento a los grupos y alumnos, hacemos las clases más variadas y ofrecemos diferentes opciones según las necesidades.

Uno de los puntos clave de la planificación es reconocer las fuerzas y debilidades del programa y capitalizar el conocimiento de los alumnos y papás al estar pensando en ellos durante todo el proceso, esto nos ayuda a mejorar el programa y además a establecer más y mayores retos.

## **AGUA, RITMO Y NIÑOS**

Por Niko SAITO

Saito Aquatic Academy – Japón

### **BIOGRAFÍA**

Niko Saito nació y se crió en Nagoya, Japón. Siendo joven, fue nadadora de competición alcanzando un registro record nacional en Japón.

Fue la primera persona que en Japón introdujo la natación para bebés como parte de la crianza infantil. Comenzó, hace 30 años, el estudio de la natación para bebés, con Christal Scarborough y Ester Williams en Los Ángeles.

Fundó en Nagoya la Saito Aquatic Academy estableciendo la natación para bebés, enseñando también natación maternal y rítmica. Acuñó la palabra Aquamics, que ampara la significación de sus técnicas especializadas en la natación para bebés. Inventó interesantes juguetes para que los bebés aprendan y jueguen en el agua con seguridad.

Niko ha viajado extensamente, Afganistán, Alemania, Canadá, EE.UU. Unidos de Norteamérica, Dinamarca, Francia, Hong Kong, México, Noruega, Singapur, Suecia y Rusia, para estudiar y disertar acerca de la natación para bebés en las diversas culturas.

Dos de sus libros, "Baby Swimming" (1976) y "Baby Swimming and Maternity Swimming" (1987) describen esas materias con gran detalle el abordaje a su filosofía. El primero de ellos fue seleccionado como Libro del Año por la Asociación de Bibliotecas del Japón. Ha publicado otros 9 títulos y ha sido coautora de numerosos otros.

Niko Saito ha producido videos que describen la técnica Aquamics y sus propósitos.

### **CONFERENCIA**

#### **Introducción**

El concepto "Natación para Bebés" se está extendiendo actualmente en todo el mundo.

Muchas personas imaginarán a los bebés haciendo brazadas en los estilos crol o mariposa fuera o dentro del agua. Pero eso es una fantasía que dista de la realidad. La natación que la investigadora persigue es "La natación sin nadar".

Cambiando de concepción, la investigadora piensa que "nadar" que cuando el bebé puede moverse en el agua por su propia voluntad. Vale decir, los bebés también pueden nadar.

Es profundo el vínculo del hombre con el agua. Especialmente, el agradable estímulo que recibe la piel, en el período de la lactancia y de la infancia, constituirá una gran fuerza para el desarrollo humano. La investigadora agregó a esto el ritmo y la música a la natación e ideó el AQUAMICS.

#### **Desde la natación al Aquamics**

Cuando se empezó la natación para bebés como parte de la crianza en el Japón, muchas personas tomaron una actitud crítica. Ello se debía a que no comprendían la idea de la investigadora referente a la natación de los bebés. Se imaginaban una natación competitiva de los niños.

Esta investigadora no se refiere a una educación especial para desarrollar las aptitudes de los niños superdotados en la edad temprana, sino en dar estímulos agradables mediante los movimientos en el agua a las partes vinculadas con los cinco sentidos, que son los niveles básicos del hombre.

Mediante ello, se amplía la esfera de la vida de los bebés y apremia el desarrollo físico y espiritual.

A. Portmann, un destacado biólogo, sostiene que el hombre nace un año más temprano. Es cierto que el bebé no puede pararse inmediatamente después de nacer ni puede hacer nada.

No puede vivir sin los padres o sus pares que se encarguen de amamantarlo, de que haga sus necesidades básicas para vivir o de que duerma como corresponda.

Precisamente por ser Homo Sapiens

Inmediatamente después de nacer, recibe estímulos del medio ambiente y aprende a estudiar ya adaptarse. Va desarrollándose como hombre que ha adquirido diversas habilidades. El punto importante de dicho ambiente es el estímulo a la piel en el período de la lactancia y de la infancia.

Cuando el hombre se encuentra en el período embrionario, el cerebro y la piel son del mismo tejido ectodermo. Vale decir, el cerebro y la piel son del mismo origen.

Como se observa en la curva de crecimiento de R. E. Scammon, el sistema de nervios cerebrales se desarrolla inmediatamente después de nacer. Significa cuán importante es el estímulo a la piel en el recién nacido.

El estímulo que recibe la piel del agua a temperatura adecuada y controlada, transmite al bebé las informaciones, hace vibrar los cinco sentidos y es provechoso para el desarrollo emocional.

AQUAMICS es la combinación sinérgica del contacto físico del cuerpo con el agua acoplado con el uso del ritmo y de la música para crear un confortable estímulo que se desarrolla en el entorno del bebé.

## **Conclusiones**

Tales movimientos y ritmos en el medio acuático dan paz al espíritu y crea la vitalidad. AQUAMICS es la única herramienta desarrollada que combina la aplicación del estímulo de la piel, con el movimiento y el ritmo en el período de la lactancia y de la infancia.

Según la teoría de la investigadora, el hombre tiene tres cerebros. El cerebro propiamente dicho, la piel que es el cerebro abierto, y los dedos que son el cerebro de los extremos.

Dándolos agradables estímulos a esos tres cerebros nace la activa vitalidad propia de los niños.

Deseo firmemente que el mayor número de niños experimente el AQUAMICS, pasen una vida infantil sana y vigorosa y lleguen ser adultos ricos espiritual y físicamente.

## **Bibliografía**

*Yada, Junichi; Profesor, Tokyo Medical & Dental University*

*Nakayama, Kentaro; Honorable Profesor de Pediatría, Toho University, Pediatrics Science Bunkou Dou, p. 2000- 2004.*

*"Terminology in Pediatrics", editado por Japan Pediatric Society, Kanahara & Co., LTD Tokyo, Pediatrics, vol 38, p. 1109 - 1119, 1994.*

*Saito, Noriko; "Baby Swimming" Taka Shobo, Tokyo, 1976.*

*Saito, Noriko, "Baby Swimming and Maternity Swimming", Jitsugyono Nihon, Tokyo, 1987.*

*Saito, Noriko, "Baby Swimming and AQUAMICS", presentado en el O.M.E.P. Aquamics Congresses, 1992, 1995, 1998.*

*Comunicación Personal en el YMCA Aquatic Journal.*

# **INFORME SOBRE NATACIÓN DE BEBÉS EN FINLANDIA**

**Por Leena PENTTINEN**

Fisioterapeuta /Instructora de Natación de Bebés – Finlandia

## **BIOGRAFIA**

Leena Penttinen nació en Finlandia en 1960. En el año 1992 se recibió instructora de natación de bebés. En 1995 se graduó como fisioterapeuta en el Instituto de Salud de la Escuela Superior Stadia, y actualmente esta terminando la licenciatura en Ciencias de Salud con orientación en ergometría en la Universidad de Kuopio.

Fisioterapeuta laboral 1996,1997, 1998, Instructora de natación para grupos de niños de 6 a 9 años 1996-1997. Helsinki, Instructora de natación de bebés 1993-1995, Helsinki.

Fundó la Escuela de Natación de Bebés y Niños "Centro de Natación Madre-Hijo" y "La Natación de Bebés y Familia" 1995 y 1996.

Instructora y coordinadora de actividades acuáticas para personas discapacitadas 1995-1996.

Coordinación y asesoramiento fisioterapéutico 1997 a 1999.

Coordinadora y organizadora de cursos sobre "Técnicas natatorias para niños" 1999, (KISA).

Expositora sobre el tema "Matronatación en la Argentina" en años los 1995 y 1998 (SUH).

Co-coordinadora fisioterapeuta de grupos de capacitación y desarrollo de salud (DIACOR).

Miembro de la Dirección General de la Asociación de Fisioterapeutas Ocupacionales desde 2000.

Entre los años 1992 y 2001 realizó varios cursos de capacitación entre otros: Curso de capacitación para instructores de natación e instructores de natación de bebés 1992-1993, Curso de capacitación para los instructores de las escuelas de natación para niños 1994, Curso sobre "Matronatación" en la Primera Escuela Argentina de Natación de Bebés (ISEFI)1995, Curso de capacitación para entrenadores de natación 1996, Curso de capacitación y actualización sobre "Educación física para la salud, el bienestar, la prevención y el asesoramiento en el mercado laboral" 1997-2000 y curso sobre "Dirección general de investigaciones de salud y trabajo" 2001

## **CONFERENCIA**

### **RECIENTES INVESTIGACIONES SOBRE NATACIÓN DE BEBÉS EN FINLANDIA**

La Asociación Finlandesa de Natación y Salvataje (SHU) fue fundada en el año 1956. Es una federación nacional que agrupa 13 organizaciones diferentes que se dedican a la divulgación y a la enseñanza de la natación y el salvataje, siendo la máxima responsable de este tipo de actividades en el país.

En Finlandia la natación de bebés comenzó en los años 1980-1981 con Ilona Autti y Kenneth Karlsson con metodologías traídas de Alemania y Suecia.

La actividad natatoria para bebés se desarrolla bajo las directivas de fundaciones y clubes deportivos oficiales (asociados a SUH) o profesionales del sector privado.

Dichos profesionales se capacitan en los cursos ofrecidos por los clubes o la federación nacional (SUH).

En el sector privado los instructores son personalmente responsables de los métodos utilizados y de los controles efectuados sobre diferentes temas de seguridad y otros.

Las prácticas natatorias para bebés se desarrollan una vez por semana. Cuando los niños llegan al año y medio de edad la actividad natatoria para bebés llega a su fin.

En Finlandia existen pocos estudios específicos sobre la actividad acuática para bebés. A modo informativo presento una resumida referencia a algunos estudios

realizados por los estudiantes y graduados de la Universidad de Jyväskylä en la Facultad de Ciencias de Deportes y de Gimnasia, quienes han tratado esta temática desde un ángulo convencional.

Debe notarse que los investigadores no son instructores de natación. Minna Jämsä (2000) investigó el desarrollo de la motricidad perceptual de los bebés y niños nadadores entre uno y siete años mediante una técnica de seguimiento prolongado de 7 años para visualizar la existencia de supuestas diferencias en la motricidad perceptual entre los bebés nadadores y los no nadadores.

En los resultados observaron que la actividad natatoria de bebés incentiva el desarrollo motriz del bebé, sin ser un condicionamiento único ni mucho menos para un desarrollo considerado normal.

Otra investigación con propósitos similares fue desarrollada por Seija Tanhunnä (2000) quien proponía investigar 8 casos piloto para ver si en el desarrollo de la motricidad perceptual entre los niños nadadores y niños no nadadores de uno a siete años aparecían diferencias significativas. Al testear distintos movimientos no se pudo observar diferencias significativas en las capacidades básicas de motricidad. Anttinen & Tarkio (1994) examinaron las motivaciones de los padres y los factores sociales y sus causas para la práctica de natación de bebés.

Simultáneamente se examinó de que manera la actividad natatoria influye en las relaciones sociales entre el bebé, los padres y el conjunto familiar. Los resultados de la investigación demostraron que para las madres la motivación central fue el deseo de acostumbrar el bebé al medio acuático y de esta manera incentivar su desarrollo físico. Los padres valoraron más el carácter social del acontecimiento y las relaciones que se establecían entre el bebé y la familia.

Como conclusión Anttinen y Tarkio observan que las motivaciones iniciales crecieron a la medida que continuaban las actividades.

Paula Eliala (1994) estudió el tema de las relaciones existentes entre el desarrollo del bebé durante el primer año de vida y la actividad acuática vinculados a la socialización y aprendizaje mutuo entre niños y sus padres.

Eliala recomienda realizar observaciones y registros de las reacciones del bebé para continuar satisfactoriamente con el programa educativo. Su informe concluye diciendo que la actividad natatoria de bebés mejora la relación intra-familiar de sus miembros.

## **ANTECEDENTES DE MI PROPIA ACTIVIDAD EN LA NATACIÓN DE BEBÉS**

Desde el año 1992 dirijo grupos de bebés nadadores en ámbitos oficiales y privados, y en éste último tengo una escuela de natación de bebés. En mis grupos hay bebés desde los tres meses a un año de edad además de los grupos de ex-bebes nadadores y otros.

Desarrollo mis actividades en las piletas de natación cubiertas pertenecientes a las municipalidades de Hämeenlinna y de Helsinki donde la higiene, la temperatura del agua y otros son controladas por las autoridades competentes y por mí.

Mi trabajo con los bebés y niños es una vez a la semana con turnos de media hora por grupo. Imagínense un día cualquiera de febrero en Finlandia: oscuridad a las 8 de la mañana y el termómetro marcando 25 grados bajo cero. El bebé se despierta en una cama calentita y confortable, toma su desayuno y luego es vestido para salir.

En invierno es necesario vestirse con muchísima ropa para protegerse del frío. Al salir todavía está oscuro y hace frío cuando el bebé es llevado al coche. Después, ya en el vestuario de la pileta, se siente un poco el de correr del aire.

Del vestuario el bebé es llevado a la pileta pasando primero por la ducha. Ya en la pileta el bebé puede movilizarse en el agua caliente participando en los juegos y las canciones durante media hora aproximadamente. Después el bebé es llevado a sauna con una temperatura de +70 a +90 grados. Los cambios de temperatura son considerables además de otros factores ambientales que intervienen.

## ESTUDIO DE CASOS

En este breve informe señalo algunos resultados positivos observados durante las prácticas de natación de bebés que desarrollé.

Con algunos aciertos y otros no tanto, intenté aplicar el método de Matronatación a las actividades, ya que ésta destaca la filosofía de "enseñar jugando" y la importancia del clima de respeto al bebé y a sus individualidades y, que no es posible ejercer esta actividad sin una adecuada preparación profesional. Mi unidad de observación fue un grupo de bebés y niños con los cuales trabajé entre los años 1995-2001. En el estudio participaron 30 bebés con un total de 25 familias.

Con los cuestionarios quise saber los motivos que impulsaron a los padres a iniciar esta actividad, y posteriormente a continuar las mismas, ya que los considero importantes para planificar y ejercitar la profesión.

Además de las motivaciones de los padres, presté una atención especial a las manifestaciones psico-emocionales de los bebés y niños y el papel de los padres en la actividad. Los bebés observados comenzaron las actividades acuáticas entre los tres a cuatro meses de edad, y más tarde, las continuaron hasta la edad de cuatro a cinco años.

Mediante este método se pudo fortalecer también otras metas consideradas importantes en Finlandia, las "metas de los adultos" en cuando éstas tienden a establecer objetivos vinculados predominantemente al desarrollo físico-motriz del niño. Después del período inicial y una vez familiarizados con los juegos de aprendizaje en el agua, aumentaron las motivaciones: el interés de los niños motivo a los padres, y mejoró la interacción intrae inter- familiar.

En los grupos de bebés que "aprendieron" la natación jugando durante un tiempo regular de actividades, pude registrar avances significativos respecto a la motricidad perceptual entre los tres y cinco años de edad.

En comparación con algunos estudios estadísticos de desarrollo estándar de los niños finlandeses, en los bebés nadadores se destacaba la adquisición de un mejor crecimiento de motricidad perceptual y fina referida a diferentes tipos de movimientos. Las respuestas demostraron que los padres consideran importante su rol para motivar a los bebés, aunque hubo otros que sintieron que estaban sobremotivando a sus bebés.

Respecto al aspecto psico-emocional de los niños cómo ya se dijo más arriba, las actividades acuáticas se desarrollaron principalmente mediante juegos con canciones y con algunos elementos recreativos considerando que ésta es la mejor forma de familiarizar el niño al medio acuático y el de interactuar con naturalidad con los instructores, los propios padres y los hermanos.

Los padres destacaron que los bebés y los niños adquirieron auto-confianza tanto para manejarse en el medio acuático como fuera de él. Esto incentivó el desarrollo de un mejor conocimiento de sus propias posibilidades y límites.

El medio acuático es experimentado como una sensación agradable y positiva. Los niños nadadores parecen haber afianzados los caracteres personales de equilibrio emocional, y se presentan "ante el mundo" como personas estimuladas, abiertas, con capacidades de resolver situaciones y con un autoestima saludable lo que es en Finlandia, a mi juicio, un logro extraordinario.

La mayoría, si no todas las escuelas de natación, parecen todavía inclinarse a enfatizar los resultados de los aspectos físicos de la actividad o a tener a los niños sólo como objetos de investigación

La natación de bebés y de niños debe encararse desde un ángulo integral en varios sentidos: además de las ventajas que se obtienen para un mejor desenvolvimiento físico, es sumamente importante y necesario prestar atención al aspecto psico-emocional de los niños y a sus individualidades. Igualmente importantes deben ser las

investigaciones respecto a las actividades acuáticas, pero siempre vinculadas y comprometidas con los sectores que las practican.

### **BIBLIOGRAFÍA Y MATERIAL CONSULTADOS:**

1. Anttinen, Ursula & Tarkio, Ina (1994): *Vauvauinnin motiiveista, sosiaalisista yhteyksistä ja vaikutuksista*. Jyväskylän Yliopisto, Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma.
2. Autti, Ilona & Karlsson, Kenneth (1985): *Vauvauinti tutuksi ja turvalliseksi*. Gummerus OY, Jyväskylä.
3. Autio, Tuire (1995): *Liiku ja leiki. Motorisia perusohjeita lapsille*. Jyväskylä.
4. Cirigliano, Patricia (1991): *Iniciación acuática para bebés. Fundamentos y metodología*. Impreso Argentina.
5. Eliala, Paula-Maria (1994): *Lapsen kehittyminen ja vauvauinti*. Kasvatustieteen pro gradu-tutkielma. Jyväskylä.
6. Jämsen, Minna (2000): *Vauvauinti ja 1-7-vuotiaiden lasten havaintomotorinen kehitys*. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma, Jyväskylän Yliopisto.
7. Koskinen, Pentti (1990): *Uinnin opetuksen perusteet*. Suomen Uimaopetus - ja Hengenpelastusliitto, Jyväskylä.
8. Suomen Uimaopetus ja Hengenpelastusliitto (1994). *Vauva -ja perheuinnin ohjaajakurssi. Oheismateriaali, 1*.
9. Tanhuanpää, Seija (2000): *motoristen perustaitojen kehitysvauvauintia harrastaneilla ja ei-harrastaneilla lapsilla*. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma, Jyväskylän Yliopisto.
10. Saarinen, P. y otros (1989): *Kasvatuspsykologian kysymyksiä*. Lahti, Salpausselän kirjapaino.
11. Sääkslahti, Arja (1994): *Lapsen motorinen kehitys. Säännöllisen ohjatun vauvauinnin vaikutus lapsen varhaismotoriseen kehitykseen*. Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma, Jyväskylän Yliopisto (video).

## **BACKGROUND, SUPERVIVENCIA Y AUTONOMÍA INFANTIL**

Por Patricia CIRIGLIANO

Primera Escuela Argentina de Natación para Bebés

### **BIOGRAFÍA**

La Dra. Patricia Cirigliano, es pionera y autoridad internacional en la iniciación acuática de los bebés. Asumió, por más de 40 años, el desafío de llenar un vacío, debido a la falta de serios estudios e investigaciones sobre ese tópico.

Es Profesora Nacional de Educación Física y Licenciada en Educación Física y Deportes. Se ha doctorado en Psicología Clínica y asimismo en Sociología. En 1960 fundó la Primera Escuela Argentina de Natación para Bebés, exclusivamente para niños de 0 a 5 años. Se dedicó desde entonces al estudio e investigación de la primera infancia. Creó Matronatación®, método original en su versión pre y post-natal.

Participó desde 1989 en las experiencias iniciales de los nacimientos acuáticos en Argentina y desarrolló una intensa tarea de formación de docentes en la especialidad a través del Instituto oficial privado ISEFI "Hugo Quinn", que fundara con su esposo en 1976.

Los libros, los videos didácticos y los documentos presentados por ella en los numerosos Congresos y Seminarios de América y Europa, desde donde es convocada, registran el avance científico de la Matronatación®.

El intercambio internacional creciente se alterna con la investigación y actualización permanente, y aportes como periodista, desde 1959, en medios gráficos de Argentina y el extranjero y en espacios en TV con los que colabora en los temas vinculados a la educación general, los programas de prevención, la educación acuática y calidad de la experiencia.

Sus libros y videos didácticos difunden su pensamiento y el método Matronatación® para bebés y niños normales y también con "handicap" que participan del Programa de Matronatación Terapéutica. Como miembro activo de la Sociedad Argentina de Pediatría ha contribuido a valorizar científicamente los beneficios de la iniciación acuática temprana.

Patricia Cirigliano ha logrado hacer lazos de amistad e intercambio profesional con especialistas de los 5 continentes a través del particular interés que une a los profesionales del mundo del agua.

Su interés principal desde hace dos décadas es difundir mundialmente los Derechos del Bebé Nadador y su Familia a fin de promover las modalidades de enseñanza fieles a los Derechos de la Infancia para ampliar así la aprobación popular y de las sociedades pediátricas del mundo para la iniciación acuática.

### **CONFERENCIA**

El auge mundial de las actividades de iniciación Acuática para la Primera Infancia desde su aparición en 1960 hasta nuestros días reclama un marco teórico internacional, ético y científico. Su objetivo será potenciar los efectos beneficiosos de la actividad y alejar a las familias de las prácticas autoritarias que, por el abuso adulto, descalifican el status-rol infantil, vulnerando los derechos de los niños a ser socialmente protegidos, a expresarse y ser escuchados y por encima de todo, a ser libres.

En la PRIMERA ESCUELA ARGENTINA DE NATACION PARA BEBES realizamos una investigación referida al análisis crítico sobre las metodologías comparadas de 49 exponentes de 23 países.

Hasta el año 2000, a lo largo de 40 años de iniciación acuática en la infancia temprana, descubrimos que el concepto de la "autonomía del infante" es un área de discusión y un punto de fractura entre aquellas corrientes de contenido humanista y

base pedagógica como la nuestra y otras, cuyos objetivos primarios están dirigidos a la precocidad de los logros, la automatización de conductas y el entrenamiento a ultranza de la flotación como respuesta de supervivencia por condicionamiento reflejo. Estos últimos sistemas avanzan avasallando la personalidad del niño, descalificando sus pedidos de auxilio y las claras expresiones de displacer, angustia y dolor, que se hacen evidentes en las reacciones psicósomáticas negativas, como son: la tensión corporal, los gritos, los vómitos, y el llanto. Lo que resulta más alarmante es que todo se realiza con la anuencia social y el consentimiento de padres e instructores que justifican su accionar bajo la pretensión de que el niño logre un nivel de supervivencia precoz que lo asegure contra el accidente. El inspirar y tragar agua durante estos falsos aprendizajes es de enorme peligrosidad.

A partir de la concepción de "autonomía" como un objetivo deseable en referencia a los niños pequeños comienzan a separarse en forma directa y concreta sobre la persona toda del niño, con acciones que comprometen su psiquis como su cuerpo y que las responsabilidades de estas acciones de los adultos se asumen también en formas bien distintas según afecte, respeten o vulneren los derechos personalísimos del infante.

Más allá de las adquisiciones que hacen a las habilidades acuáticas y la natación como parte de las mismas, el análisis de los objetivos y su instrumentación empírica demostró una clara consistencia interna entre aquellos métodos coherentes en la relación entre la teoría que otorga el marco conceptual y la práctica misma a la hora de llevar al agua al infante, a solas con su instructor o en familia.

Así también se puso de manifiesto, en algunos sistemas, las contradicciones entre teoría y práctica.

En la iniciación acuática temprana comprobé la alta correlación entre los sistemas autoritarios, la preparación profesional de quienes lo ejercen y las reacciones psicósomáticas negativas del infante. Sugiero como solución posible del problema, la atenta observación de los derechos del infante y formulo los derechos del infante nadador y su familia.

Solicito su atenta observación, ya que se desprenden de la Declaración Universal de los Derechos de la Infancia.

No siendo el factor supervivencia objetivo primario de nuestro método MATRONATACION®, cuyo lema es "a nadar se aprende jugando", es un logro y una ventaja el progresivo aumento de la capacidad del infante para realizar conductas de supervivencia acuática, estas conductas inteligentes se logran paralelamente con el total respeto de los derechos personalísimos del niño y sin vulnerarlos. El score alcanzado en el test que más adelante detallaremos, S.S.A.T. (Score de Supervivencia Acuática Temprana) es producto de la verdadera autonomía que se consigue a través del juego, con placer y utilización de las facultades de la inteligencia.

En el presente trabajo se destacan los resultados de una investigación realizada sobre los protocolos de aprendizaje de 5000 niños entre los 15 días y los 5 años de vida.

En la observación y registro de estos seguimientos se estableció que la repetición de adquisiciones de una habilidad determinada en el mismo periodo de vida era indicativo de la naturalidad infantil para realizar esa habilidad y la concordancia con su "competencia", tomado este término en el uso que da J. Piaget como "la capacidad evolutiva para incorporar un aprendizaje". Las habilidades conforman el background y su riqueza demostró estar en relación directa con la autonomía y la capacidad de supervivir.

Por ello se determinó que los bebés y niños en general, en situación de aprendizaje con el método Matronatación® son capaces de alcanzar tales habilidades entre las que sobresale el control respiratorio aire/agua logrado por los pequeños en forma natural sin necesidad alguna de pasos previos o intermedios antes de las inmersiones totales. La utilización del saber docente en Matronatación® hace seguras las inmersiones desde la primera, sin importar la edad del niño y sin apoyarse en

cualidades reflejas. Se sabe que el reflejo de "glotis", no tiene fecha fija de extinción y por otra parte Matronatación® no se basa en condicionamiento reflejos de la conducta. La forma de acompañar al niño en la inmersión asegura la imposibilidad de apertura del émbolo respiratorio por lo cual el niño se acostumbra además a tener y expulsar agua y aire sin inconvenientes. La función respiratoria se realiza según sus propias leyes sin necesidad de intervenir con indicaciones aún cuando los pequeños realizan roles, vueltas, zambullen o bucean.

Recordamos que toda división teórica y toda síntesis adolece de un cierto grado de imperfección.

La aproximación que se presenta, ayudará a sistematizar y evaluar los logros a través del programa total de Matronatación®.

El mejor puntaje a alcanzar es uno más de los macro-objetivos del Método. Pero debe recordarse que la capacidad de Supervivencia Acuática se configura como resultado de las cualidades individuales del niño (edad, crecimiento y maduración), de las cualidades de intercambio familiar (características de las interacciones padres-hijos) y de la práctica en las clases de Matronatación.

El lema de la Primera Escuela Argentina de Natación para Bebés es "a nadar se aprende jugando" y coherente a las premisas metodológicas debe mantenerse el carácter lúdico de las ejercitaciones y no proceder, sino en acuerdo con el niño.

La evolución psicomotriz acuática nos indica la necesidad de apoyar, auxiliar y controlar a los pequeños mientras crecen y se desarrollan adquiriendo las posturas típicas de la especie humana. Desde la primera clase ya pueden implementarse las prácticas más sencillas. El grado de ayuda o control, será marcado por el mismo niño en su pedido de sostén o el reclamo por su accionar, de más en más, autónomo y sobre todo según su posesión o carencia del control respiratorio aire -agua.

Existe una importante cantidad de acciones que requieren de la experiencia previa de adultos y niños para que las reacciones, ante una supuesta emergencia sean eficaces.

Es necesario proveer a los padres y a sus hijos de una buena cantidad de ejercitaciones que incluyan maniobras, sostenimientos, transportes, encuentros, cambios de posición del cuerpo y cambios en la dirección y sentido en el espacio acuático, para mejorar la dinámica conjunta en el

Agua. No se trata de prohibiciones que le impidan jugar y divertirse sino de modos que le permiten hacerlo sin correr inútiles riesgos.

Las normas de Seguridad son incorporadas a través de la experiencia repetida. Los bebés adquieren muchas de estas normas al observar a sus padres, quienes las practican y les explican que la integridad física y la salud dependen de su crecimiento.

Dos tipos básicos de ejercitaciones se practican a fin de completar el "background" acuático, evaluable a través del score de supervivencia acuática temprana "S.S.A.T."

El Tipo A está constituido por actividades combinadas entre los padres y los hijos.

Estas realizaciones aumentarán en cantidad de variantes y calidad de ejercicio, a medida que el niño crece, se desarrolla y se acumulan las prácticas durante las clases.

Sin embargo, la modalidad será siempre compartida y la capacidad de supervivencia mejorará con el mayor entendimiento mutuo, al actuar más rápido y más fácilmente.

Se incluyen en las ejercitaciones de tipo A los Transportes, Encuentros y Zambullidas conjuntas.

El Tipo B de las ejercitaciones está conformado por aquellas actividades cuya realización en el "S.S.A.T." está determinada por la ejecución sin ayuda por parte del pequeño, mientras que, las formas auxiliadas o apoyadas por el padre, la madre o ambos son solo un paso intermedio.

El valor de estas ejercitaciones con ayuda radica en la gran cantidad de experiencias positivas de aprendizaje que los niños pueden recibir siendo aún extremadamente pequeños y aunque está alejada, en meses o años, la posibilidad de ejecutar estas prácticas en forma autónoma.

Llegada la etapa de ejecución autónoma por parte del hijo los padres, no obstante, continúan siendo responsables de la vigilancia, habitualmente recomendada, tal como formulamos en los Derechos del bebé nadador y su familia, presentados en 1989. Es necesario un equipo elemental para las prácticas compuesto por: aros pequeños sumergibles y flotantes, sogas, tapices flotantes, salvavidas, botes, cilindros flexibles flotantes, grandes flotantes, burbujas gigantes, muñeco-bebé, elementos para bucear, chaleco salvavidas.

### **De los patrones simples a los patrones complejos**

Las habilidades aprendidas se integran a estructuras superiores a medida que progresen las aptitudes evolutivas del infante y la destreza acuática de la familia.

La integración se producirá naturalmente, con solo proveer a los padres y a los niños de las oportunidades suficientes en base a propuestas didácticas adecuadas.

Los puntajes más altos en el score de supervivencia acuática temprana corresponden a patrones más complejos en los que intervienen varias de estas habilidades aprendidas que son en sí mismas patrones simples tales como orientarse en el espacio acuático o poseer el control respiratorio aire-agua.

Las ejercitaciones en pro del "Background" acuático tienen sentido como elementos integrados a una estructura que los organiza y contiene.

Una estructura psicomotriz dinámica que así entendida da sentido a las ejercitaciones que, con la mira puesta en las conductas de supervivencia, son seleccionadas.

La progresión está pautada por los jalones de desarrollo caracterizados a su vez, por una notable cantidad de conductas esperables para cada jalón.

Para resolver exitosamente una situación de emergencia acuática, el niño deberá integrar en la conducta de supervivencia patrones perceptivo-motores que intervienen en la orientación del espacio acuático, con los que regulan el control respiratorio aire-agua, los que hacen las técnicas de nado en sí y además, los que ponen en ejercicio al control del equilibrio y la relajación y muy probablemente los que organizan el sostenimiento y la trepa.

La calidad de la integración en un patrón cinético complejo, como el que se señala, es visible en el resultado satisfactorio, o no satisfactorio, de la conducta del niño la situación de riesgo.

La menor o mayor ayuda que el niño requiera indicará el grado de autonomía y es una variable decisiva en cuanto a la posibilidad de solucionar la emergencia por sí mismo hasta ponerse a salvo o resistir, con la conducta adecuada, hasta recibir auxilio adulto. En estas prácticas el niño jamás debe ser llevado al límite de su capacidad. Esto es, además de innecesario en lo didáctico, ajeno a nuestra línea pedagógica.

Las ejercitaciones deben ser respetuosas de los niveles de habilidad adquiridos por los infantes sin vivir situaciones angustiosas o alarmantes. El ejercicio de la serenidad es tan importante como las destrezas físicas que los juegos proponen, y la confianza de los niños en el cuidado que sus

padres pueden brindarles tiene directa incidencia en la calidad del vínculo padres-hijos, que intentamos reforzar y armonizar en Matronatación®.

El progreso de las asociaciones inteligentes culminará en la adquisición del pensamiento anticipatorio. O sea, en la capacidad mental que incluye las nociones de tiempo y espacio y

su relación, permite que sea aproximadamente previsible las consecuencias concretas de las acciones propias y ajenas en interacción con el medio ambiente.

Mientras no se complete la construcción del pensamiento lógico no puede hablarse de un índice elevado de capacidad para la supervivencia acuática. Esto ocurre, aún cuando los bebés y preescolares nadadores sorprendan con su extraordinaria plasticidad y dominio acuático.

Es de enorme importancia comprender que es necesario, prudente y además sencillo enseñar a un niño pequeño a nadar porque de este modo se siguen los pasos evolutivos naturales.

También en sus juegos acuáticos, el niño oye, escucha, observa, imita y crea mucho antes de establecer un control lógico-simbólico sobre sus acciones intencionales.

En el agua, los aprendizajes son rápidos, pero lo que hay que aprender es enorme en su diversidad por el constante cambio de experiencias. Varían los sentidos y las direcciones a recorrer, como las distancias y las profundidades, y las posiciones corporales. Resolver en décimas de segundos, la conducta conveniente es un ejercicio inacabable aún para un adulto experimentado.

La mente pre-lógica de los niños hace inseguras a las conductas presuntamente exitosas.

Omnipotencia infantil y fantasías, conjugan las posibilidades de sufrir un accidente aún para niños capaces de nadar buenas distancias sin ayuda y bajo un eficaz control respiratorio.

Cuando la necesidad de sostenimiento físico haya cesado, los niños continuarán necesitando del sostenimiento intelectual y afectivo por parte de sus padres y educadores.

Muchas experiencias de carácter íntimo (en apariencia) deberán sumarse hasta llegar al nivel de "autonomía" por el dominio de las técnicas de nado. Si se comenzara a la inversa (y, de hecho muchas familias lo hacen) al llegar al dominio del pensamiento simbólico, recién se iniciaría el aprendizaje acuático.

La armonía surge de un entendimiento natural en la familia cuando los adultos están atentos a las demandas del niño. Sin embargo, muchas veces, un hecho inesperado obliga a los adultos y a los niños a adaptarse velozmente en el medio acuático. Esta adaptación repentina, solo puede ser exitosa si en el "background" acuático del infante se hallan impresas las conductas iniciales de supervivencia como lo son el control respiratorio aire-agua, la tendencia a buscar la superficie, a avanzar orientadamente y a sostenerse. Esto no es todo, pues han de acompañarse las acciones con la ausencia de miedo. El temor genera inevitablemente "distress" respiratorio y tensiones incontrolables. Este es un hecho que dificulta ser auxiliado y puede suponerse, que aún cuando el niño se afortunadamente socorrido, queden huellas traumáticas en su personalidad.

Por el contrario un niño dúctil a la ayuda adulta no sólo implica colaboración inmediata en su rescate sino un aumento de confianza en los adultos como protectores y un refuerzo del propio "yo" por haber salido bien de una situación crítica, que con su corta edad, no deja de advertir.

Aun antes de ser auxiliado, el niño puede por sí mismo, reaccionar adaptadamente ante las circunstancias inmediatas, al conservar el control de su emoción y de su función respiratoria.

También podrá buscar la superficie y mantenerse a flote o sostenido. El niño que posee los recursos aprendidos, podrá aproximarse al adulto que lo busca, trepar a su espalda y dejarle los brazos libres para nadar, sosteniéndose adecuadamente, o buscar un apoyo cercano. Contrariamente, un niño asustado tratará de gritar o llorar y tragará e inspirará agua, volviéndose pesado y hundiéndose.

Los adultos también pueden asustarse y al buscar al niño, tomarlo y remolcarlo, sin habilidad suficiente, pueden complicar infortunadamente el auxilio.

Acerca de la utilización del Score de Supervivencia Acuática Temprana - Niveles del S.S.A.T.

El "score" permite evaluar la cantidad de experiencia específica presente en el "background".

Acerca de la utilización del Score de Supervivencia Acuática Temprana - Niveles del S.S.A.T.

El "score" permite evaluar la cantidad de experiencia específica presente en el "background".

Al tratar el "background" acuático, establecimos algunas diferencias teóricas, para enriquecer, a través de variantes, nuestro repertorio de juegos hasta completar los macro objetivos del método. En camino a lograrlos, los bebés y niños pequeños arriban a soluciones psicomotrices que conforman unidades de reacción, ante situaciones espontáneas o pedagógicamente propuestas.

Las soluciones personales, son en sí, las respuestas posibles para ese momento y esa situación. Esas conductas son, generalmente, realizadas con la máxima habilidad con que nuestro pequeño alumno es capaz de responder al estímulo o problema que le solicita.

Los niveles deberán adecuarse al considerar individualmente las posibilidades psicomotrices, en los infantes en desventaja.

Nivel I Recién nacido hasta adquirir la posición "sentado"

Nivel II Infante que domina la posición "sentado" hasta adquirir la "marcha"

Nivel III Infante que domina la "marcha" hasta adquirir la "carrera"

Nivel IV Infante que domina la carrera hasta completar la "psicomotricidad de base" (caminar, correr, saltar, rodar, trepar, suspenderse)

La obtención de puntajes elevados en el SSAT no excluye la responsabilidad de la vigilancia de los padres.

En cuanto a los grados del score se consideran:

NULO (cualquiera sea el nivel) En situación normal, se evidencia que no existe ningún control autónomo. Y sí, una facilidad extrema para accidentarse y ausencia de prevención.

Ocurrido el percance o accidente se muestra la imposibilidad de colaborar con el propio rescate, las conductas de pánico con desorganización psicomotriz lo que llevaría a una veloz ingestión e inspiración del agua y muy probablemente el trauma psicofísico en el caso de sobre vivencia.

BAJO Se muestra que el control respiratorio agua-aire es lábil, el sostenimiento es precario (por parte de los padres) y hay inicios de equilibración y flotación asistida.

MEDIO El sostenimiento es más seguro (por parte de los padres). Hay conductas más seguras o sea más prevención.

Por parte del niño: búsqueda de superficie; dominio de flotación de algún decúbito; mayor dominio del equilibrio y flotaciones libres con auxilio.

ALTO Se muestra mayor atención a las normas de seguridad; conductas adaptativas espontáneas y el logro de habilidades y destrezas acuáticas.

El inicio de las técnicas de nado; control respiratorio autónomo; la resistencia respiratoria y en flotación en ambos decúbitos. Capacidad de traslación y deslizamiento, el sostenimiento, la equilibración y el recupero de base.

El bebé nadador es cuidadoso. A medida que aprende acerca de su propio cuerpo y del agua, se le enseña a respetar las Normas de Seguridad. Desde muy pequeño, se le explican las razones que existen para observar tales Normas.

Mucho tiempo será requerido para que el cuerpo del infante y sus funciones reaccionen adaptativamente respondiendo a las intenciones, bien pensadas, que el niño desea cumplimentar. Preferimos el camino natural. Permitir el aprendizaje acuático temprano, del mismo modo en que se permite al niño aprender a caminar y correr antes de llegar a conocer los riesgos y consecuencias de cruzar, por ejemplo, una avenida con el semáforo indicando "Stop" para los peatones.

El niño es capaz de correr como es capaz de nadar pero eso no significa que domina ya, por sí mismo, los recursos de la supervivencia. Sin embargo, la adquisición de la psicomotricidad de base acuática y terrestre preceden a los logros intelectuales.

Nadie impide a un niño aprender a caminar porque desconoce hacia donde se dirige.

El aprovechamiento de las aptitudes evolutivas, sin embargo debe complementarse con la vigilancia adulta responsable. Cuando los factores psíquicos y físicos se

encuentren en el cruce madurativo, se resignificarán los logros anteriores y se arribará así, a la verdadera autonomía o dependencia madura.  
Es a la luz de estos conceptos, que ha de interpretarse el S.S.A.T.

### **Bibliografía**

Los bebés nadadores - Dra. Patricia Cirigliano - Editorial Paidós, 1980

Matronatación terapéutica - Dra. Patricia Cirigliano - Editorial Médica Panamericana - 1997

La construcción de la inteligencia - Jean Piaget - 1947

## **PROPUESTA DEL 6º CONGRESO MUNDIAL DE EDUCACIÓN ACUÁTICA PARA BEBÉS Y NIÑOS**

El objetivo de esta propuesta es la aprobación por esta Asamblea de un documento básico en procura de la construcción de un CÓDIGO DE ÉTICA para los profesionales y docentes que trabajan con bebés y niños en la educación acuática.

Este documento de base podrá ser enriquecido cuando resulte de la síntesis de otros códigos de ética que muchos profesionales o entidades sustentan en distintos países del mundo.

Esta es una oportunidad especial para establecer un primer consenso y dejar abierto el trabajo futuro a fin de presentar sus resultados en el próximo Congreso de WABC.

Se propone:

Que el accionar de profesionales y docentes se articule en el amor y respeto a los niños y su familia.

Que en el niño se respete por lo tanto:

Su libertad

Su salud física y psíquica

Su derecho a jugar y aprender

Su derecho a decidir

Sus expresiones preverbales de aceptación o rechazo

Su nivel evolutivo

Que en los padres se respete por lo tanto:

Sus derechos familiares

Su derecho a la información

Su libertad de interacción con el hijo

Son responsabilidad de los educadores:

La vigilancia de las indicaciones médico- pediátricas.

La capacitación continua

La información y estudio científico

La elección del método a aplicar

El control de las instalaciones elegidas.

**Palabras pronunciadas en el cierre del 6º Congreso Mundial de Educación Acuática para Bebés y Niños por su Presidenta la Dra. Patricia Cirigliano en los salones del Marriot Plaza Hotel de Buenos Aires el día 26 de octubre de 2001**

Gracias por las cálidas y elogiosas palabras que nos ha destinado Mr. Steve Graves, presidente del WABC.

Gracias por el espléndido trabajo de todos los especialistas del Programa y de los Talleres Acuáticos que han brindado a pleno su alegría junto con su saber y amistad. A los participantes los saludamos esperándolos en el próximo encuentro que será la 7a. Edición de este Congreso Mundial y debo transmitir el elogio que ha sido común entre los especialistas por la atención constante que han recibido a sala llena todas las disertaciones y también por la inteligencia y profundidad de las preguntas y aportes en los debates.

Nuestro agradecimiento se extiende también a todas las entidades que han emitido sus avales a este Congreso, todas de máximo nivel y a los sponsors que nos han apoyado en la realización y muy en especial a 'TSU Siempre con la gente' y a los medios periodísticos que nos han favorecido con su interés por la difusión de este encuentro.

Debemos agradecer, a los anfitriones del Marriot Plaza Hotel la confortable estadía en el ámbito más hermoso y tradicional de Buenos Aires, a la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA) que generosamente nos ha cedido sus instalaciones para la realización de los talleres acuáticos, al Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires por la ornamentación de marquesinas y a los equipos técnicos y de apoyo logístico, para que nuestro Programa haya sido desarrollado en su totalidad como estaba planeado.

Nos despedimos con el compromiso de trabajar continuamente en pro del bienestar de los bebés y sus familias en el maravilloso mundo del agua y esperando ya el aporte de todos al Código de Ética

Hemos lanzado esta propuesta para unir a todos en un lineamiento mundial que eleve nuestra acción profesional y gane, cada vez más, el respeto de las comunidades médicas y científicas sumando nuestros objetivos a la defensa de los Derechos de los Niños.

Los intercambios culturales y sociales de la espléndida Cena de Gala demostraron los lazos de amistad que el encuentro ha promovido.

El alto sentido artístico del conjunto de Danzas Folclóricas Argentinas y el buen humor y la alegría de todos hizo que la fiesta se extendiera con un baile con ritmos de todo el mundo. Nos queda imborrables recuerdos y la simpática imagen de Steve Graves inaugurando sus primeros pasos de tango.

A nuestro equipo invito a subir al escenario para recibir el amoroso agradecimiento mío y de todos ustedes por el infatigable trabajo y su calidez profesional.

**Palabras pronunciadas en el cierre del 6º Congreso Mundial de Educación Acuática para Bebés y Niños por su Presidenta la Dra. Patricia Cirigliano en los salones del Marriot Plaza Hotel de Buenos Aires el día 26 de octubre de 2001**

Gracias por las cálidas y elogiosas palabras que nos ha destinado Mr. Steve Graves, presidente del WABC.

Gracias por el espléndido trabajo de todos los especialistas del Programa y de los Talleres Acuáticos que han brindado a pleno su alegría junto con su saber y amistad. A los participantes los saludamos esperándolos en el próximo encuentro que será la 7a. Edición de este Congreso Mundial y debo transmitir el elogio que ha sido común entre los especialistas por la atención constante que han recibido a sala llena todas las disertaciones y también por la inteligencia y profundidad de las preguntas y aportes en los debates.

Nuestro agradecimiento se extiende también a todas las entidades que han emitido sus avales a este Congreso, todas de máximo nivel y a los sponsors que nos han apoyado en la realización y muy en especial a 'TSU Siempre con la gente' y a los medios periodísticos que nos han favorecido con su interés por la difusión de este encuentro.

Debemos agradecer, a los anfitriones del Marriot Plaza Hotel la confortable estadía en el ámbito más hermoso y tradicional de Buenos Aires, a la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA) que generosamente nos ha cedido sus instalaciones para la realización de los talleres acuáticos, al Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires por la ornamentación de marquesinas y a los equipos técnicos y de apoyo logístico, para que nuestro Programa haya sido desarrollado en su totalidad como estaba planeado.

Nos despedimos con el compromiso de trabajar continuamente en pro del bienestar de los bebés y sus familias en el maravilloso mundo del agua y esperando ya el aporte de todos al Código de Ética

Hemos lanzado esta propuesta para unir a todos en un lineamiento mundial que eleve nuestra acción profesional y gane, cada vez más, el respeto de las comunidades médicas y científicas sumando nuestros objetivos a la defensa de los Derechos de los Niños.

Los intercambios culturales y sociales de la espléndida Cena de Gala demostraron los lazos de amistad que el encuentro ha promovido.

El alto sentido artístico del conjunto de Danzas Folclóricas Argentinas y el buen humor y la alegría de todos hizo que la fiesta se extendiera con un baile con ritmos de todo el mundo. Nos queda imborrables recuerdos y la simpática imagen de Steve Graves inaugurando sus primeros pasos de tango.

A nuestro equipo invito a subir al escenario para recibir el amoroso agradecimiento mío y de todos ustedes por el infatigable trabajo y su calidez profesional".

## **GUAGUATEAR: CONTACTO Y COMUNICACIÓN CON LOS QUE VIENEN NACIENDO**

Por Laura LERNER EMMER

Institución GAIA: Nacimiento - Desarrollo – Creatividad

"Guagua" viene del idioma quechua y significa niño pequeño. "Guagatear" quiere decir cargar en brazos a los niños pequeños y cuidar de ellos.

Profundizando en el significado de este término, guagatear es mecer a la guagua con el cuerpo, exponiendo la piel, la mirada y las emociones en el encuentro.

Este trabajo tiene como objetivo explorar nuestra disposición adulta para recibir con amor a las guaguas.

Hay muchas maneras de vivir la gestación y el nacimiento y estas modalidades dependen de la mujer, del hombre, sus historias y circunstancias, de las condiciones que se fueron creando en el interior del cuerpo de la madre, de la cercanía del padre, de las personas que asisten a un nacimiento en diferentes ámbitos, de los saberes y técnicas, de las costumbres y los hábitos...

Los adultos que vivimos un nacimiento jugamos con los recursos que vamos imitando y aprendiendo de nuestro grupo y nuestra cultura. Adoptamos actitudes, procedimientos y rutinas que dejan su impronta en los modos de nacer contemporáneos.

Con nuestras actitudes, hombres y mujeres influimos en los que vienen, creando un cierto nido humano y lazos afectivos iniciales que dejan huellas profundas.

El modo como hombres y mujeres hacemos contacto con nuestros aspectos femeninos y masculinos internos nos permiten construirnos como madres y padres en una creación cultural.

Para hombres y mujeres, hacer contacto con un bebé comienza por el contacto con el sí mismo en un movimiento de individuación y maduración que involucra el cuerpo-alma en el intercambio social. Quienes llegan a este mundo y nacen, irrumpen en el tiempo espacio adulto con sus propios tiempos y necesidades de espacio.

Una escucha atenta le permite a los adultos sincronizar con los tiempos de un bebé y acompañarlo en la tarea de reorganizar sus propios ritmos biológicos y fisiológicos en acuerdos cotidianos con los cuerpos que lo reciben y compartiendo un campo energético emocional.

Instinto, intuición, emociones y conocimientos crean una trama para recibir a quien nace desde el cuerpo a cuerpo que signa la concepción, la gestación y el nacimiento y luego la posibilidad del encuentro en las miradas, la escucha, la disposición adulta de ahuecarse para hacerse nido entre los avatares cotidianos.

Considero que podemos ampliar y profundizar la conciencia, hacer contacto y comunicarnos con el bebé que nada en las aguas amnióticas y volvernos más receptivos para encontrarnos con la mirada antigua de los recién nacidos que reflejan una humanidad posible desde su desprejuicio y su necesidad de amor.

Cuando un bebé es recibido con profundo respeto por su existencia y es escuchado con amor, devuelve tempranamente su individualidad y nos asombra con su capacidad de aprendizaje, sus preguntas y su mirada nueva sobre la realidad que habitamos. En este encuentro vamos a compartir actividades de autoconocimiento, contacto y comunicación en la trama grupal para recibir a las guaguas.

A través del movimiento de todo el SER, cuerpo, emociones, pensamientos, a través de la voz como canal de emociones, de la gráfica y la pintura la propuesta es involucrarse en la gestación y en la crianza animándose a percibir y compartir las vivencias profundamente transformadoras del nacimiento.

En un encuentro íntimo con el bebé, mediante visualizaciones y explorando la calma y la quietud se van ampliando las posibilidades de contacto y comunicación, por parte de ambos padres o de la mujer y esto produce movimientos importantes en las relaciones iniciales.

Los grupos de emoción y reflexión para el nacimiento van permitiendo compartir estas vivencias y un darse cuenta individual y grupal acerca de la maternidad, la paternidad y la crianza.

El taller de nanas y canciones para recibir a las guaguas es un espacio de recopilación de antiguas (muchas ya anónimas) y nuevas producciones que hombres y mujeres de diferentes regiones de la tierra. Animamos también a crear canciones.

Desde el nacimiento vamos explorando el contacto y la comunicación con los bebés en 21 momentos para guaguatear. Este trabajo se inició alrededor de 1983.

Material bibliográfico y audiovisual que fundamentan este trabajo:

Puerto Piel Poemario - Laura Lerner Ed. Vinciguerra 1994

Guaguatear o como recibimos a los recién nacidos - Ensayo L. Lerner Ed. Errepar-Longseller 1996

CD Nanas...para los que vienen naciendo - Marita Londra, Loli Lucero, Laura Lerner Cuarta Edición 2000

Agua de Nacer Poemario - Laura Lerner Ed. Marcos Lerner 2001

Video: Nacimiento y creatividad en la crianza - Laura Lerner y colaboradores 2001

## **LA IMPORTANCIA DE LA MATRONACIÓN EN LOS INICIOS DE LA VIDA**

**Por::Prof. Nora Liliana AGUILAR**

Institución: Tiempo de vida - LANÚS

"...Había una vez un hombre y una mujer que concibieron un hijo, estaban entonces frente al milagro de la vida. Ese bebé daba muestras constantes de su crecimiento y lo acreditaba ocupando cada día más espacio, estos padres SIENTEN la maternidad y la paternidad en cada uno de sus poros; mientras el niño registra sensaciones de fusión.

Inmerso en el líquido amniótico, que está a la misma temperatura que él, que envuelve sin discontinuidad el total de su cuerpo; atravesado permanentemente por el flujo sanguíneo y hormonal de la madre, el niño vive en un estado de indiferenciación total; parte NO SEPARADA del cuerpo de la madre.

Aquí es improbable que el yo corporal pueda existir como espacio separado; no hay límites entre el interior y el exterior; entre el Yo y el no Yo.

Además el bebé no experimenta deseos ni frustraciones, no espera nada del exterior, sus necesidades fisiológicas están satisfechas. No es nada y lo es todo.

Sin embargo tanto él como sus padres tienen constante información de su recíproca existencia a través de lo percibido intracéptica y sensorialmente a través del órgano que nos acompaña desde el momento fundante, que es la PIEL.

Llegadas las 9 lunas, el niño nace y recién aquí TODOS se VEN, se TOCAN, se HUELEN, esto produce en cada uno de ellos emociones diferentes; el niño es sacado bruscamente de su estado; para ser sumergido en un mundo de estimulaciones, y sensaciones de la que él nada sabe.

Experimenta una sensación de vacío, de pérdida y de carencia. Podríamos decir que el comienzo de la vida está emparentado con el polo del displacer. ¿Es esta la separación de Yo del no Yo?

Pues .....el camino de separación recién comienza, es el inicio de la conversión a individuo.

La fusionalidad intrauterina se pierde, el bebé necesita que exista una madre que quiera fusionarse, satisfacerlo en todas sus necesidades y brindarle progresivamente cada vez más espacio; para sobrevivir. El niño necesita del Otro para devenir autónomo.

Es fundamental para él reeditar esa sensación de completud.

Para eso necesitará un tipo de contacto especial. Se necesita un cuerpo que desee ser fusionado, y que le permita al bebé sentirlo como propio.

De cómo se resuelve esta fusión/des-fusión dependerá que las futuras elecciones del hijo se basen en el SER o intente reparar desde el TENER.

La Matronación con su iniciar temprano posibilita se concrete ese dialogo tónico necesario para la reedición, ya que los cuerpos están semidesnudos, el contacto es directo sin filtros ni barreras, favorecido por la contención que la actividad misma despliega.

Las tomas, amorosos contactos que ayudan al niño a "amigarse" con el mundo extrauterino, le ayudan a ir valorando los progresivos logros de su propio cuerpo.

Acompañado por sus padres que lo contienen, tranquilizan a través del abrazo, del gesto y de la voz.

La Dra. F Doltó sostenía: ..."si el padre participa del maternaje,( fusión plenamente humana) el niño crece sabiendo que tiene una madre de dos voces..."

Las actividades propuestas por la Matronación le permiten al niño comenzar su vida desde el polo de placer, esto favorece el comienzo del camino hacia el conocimiento y manejo del cuerpo desde un lugar mucho más abierto y experiencial.

Por todo lo tanto es la Matronación la actividad ideal para ayudar al recién nacido y a sus padres a iniciar el camino extrauterino corporalmente comprometidos.

### **Bibliografía utilizada:**

- + INICIACIÓN ACUÁTICA PARA BEBÉS. Dra. M. P. Cirigliano
- + EL CUERPO Y EL INCONSCIENTE. Lapierre a. /Aucouturier B.
- + EL HOGAR COMOPUNTO DE PARTIDA Winnicott D.
- + EL LENGUAJE DEL CUERPO Lowen

# **EL YO CORPORAL: SU ENRIQUECIMIENTO EN EL MEDIO ACUÁTICO**

Por Lic. Sara Adriana DODERO y Lic. Graciela Inés CARIDE MASSINI

Asociación Cristiana de Jóvenes de la República Argentina / YMCA - Buenos Aires

## **PRESENTACIÓN**

Nuestro trabajo es el resultado de quince años de experiencia en la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA-Argentina) con niños de 3, 4 y 5 años. Intentamos definir el espíritu de la actividad acuática en la primera infancia.

En esencia se basa en el descubrimiento y la exploración activa del medio acuático. Partimos de la capacidad de adaptación e intereses del niño que son tanto más grandes cuando más pequeño es.

El objetivo es la ambientación y conocimiento del medio como favorecedor de la estructuración del yo corporal del niño. Esto nos lleva a plantearnos: ¿qué clase de personas ayudamos a crecer?

Si sabemos que la identidad se construye a partir de la seguridad interna y de la autoestima, que va de la dependencia a la autonomía, ¿de qué manera le brindamos un área de seguridad física y afectiva? ¿De qué manera respetamos lo que es y no el otro que quisiéramos que fuera?

Esto, más allá de formulaciones generales, se expresa en cada hecho, en cada situación de su vida cotidiana.

Responder a estas preguntas, plantea un cuestionamiento y un profundo análisis de nuestras propias matrices de aprendizaje. Sólo a partir de esa conciencia podremos elaborar una actitud coherente de apertura y de cambio.

La imagen del cuerpo es el resultado de una estructuración, evolución y enriquecimiento permanente del "ser" global, motor, intelectual y afectivo, con el mundo exterior.

El concepto "imagen del cuerpo" expresa la intuición que se tiene del propio cuerpo en relación con el espacio de los objetos y de las personas.

El ejercicio de la disponibilidad corporal exige que esta "imagen del cuerpo" sea verdaderamente operativa y no permanezca sólo como un concepto meramente descriptivo.

A partir de la suma de experiencias vividas se han constituido los hábitos motores que permitirán concluir en una acción eficaz.

En la medida en que el aprendizaje se aleja de la mecanización y se apoya en la riqueza de las experiencias vividas asociadas a la internalización de un modelo, representa un factor esencial de enriquecimiento del esquema corporal.

Esta concepción de un aprendizaje con representación mental del modelo concilia el carácter expresivo del movimiento con su aspecto transitivo.

Un hecho predominante en la observación de la evolución de la primera infancia es que la motricidad está presente en la base de todos los conocimientos, tales como el "yo corporal", "el mundo de los objetos" y "el mundo de los demás".

Existe un estrecho paralelismo entre éstos y el mismo paralelismo lo encontramos en ese aspecto fundamental del comportamiento del niño que es el juego.

A través del juego se facilitará posteriormente la adquisición de elementos técnicos necesarios para una práctica de la natación más elaborada.

Los aportes de la actividad acuática en el plano afectivo, motriz y cognitivo, tienen en cuenta la especificidad de este medio inhabitual (el agua) constituyéndola como una actividad privilegiada para relacionarla con las otras disciplinas que el niño recibe de la educación formal, en donde ella no debe estar disociada.

Las conductas y actitudes determinantes para su desarrollo se concretan en el encuentro con un "otro" que lo sostenga proporcionando en cada situación las respuestas específicas.

La estabilidad relativa del "otro" es fundamental para el desarrollo.

La actividad en el agua facilita la relación con el adulto, crea entre los niños un contacto social diferente, permite multiplicar sus experiencias motrices, probar nuevas sensaciones, inventar soluciones a problemas y a medida que arriesga va consiguiendo progresivamente su autonomía.

Las relaciones con los demás están estrechamente ligadas a la actividad motriz y sensoriomotriz del niño. Esta actividad permite reconocer el mundo de las cosas así como el mundo de los demás, diferenciarse y progresivamente adaptarse e integrarse.

### **Bibliografía**

*Jean Le Boulch. Hacia una ciencia del movimiento humano. Biblioteca de técnicas y lenguajes corporales, Editorial Paidós. Bs. As. 1982.*

*Patrick Schimit. Nadar del descubrimiento al alto nivel. Ed. Hispano Europea, Barcelona, España. 1996. Pierre Vayer. El diálogo Corporal, Editorial Científico - Médica - Barcelona, 1977*

## EL "SOS-TENER" EN EL AGUA

Por: Lic. y Prof. Sandra Sara KRAWCZYK

El bebé proviene de un medio acuático, donde transcurren los meses de su gestación, trayendo su herencia filogenética acuática. Esta herencia empezará a desplegarse en los primeros baños de aseo y en la iniciación temprana acuática. Los movimientos primitivos de nado en el útero materno son prototipos de los movimientos que el bebé hará en la vida postnatal.

La iniciación temprana servirá para el despliegue de experiencias y vivencias únicas, entrelazadas con la salud psicofísica y con la estimulación afectiva, en una interrelación muy especial con su familia, siendo la "Matronatación" soporte del devenir de la construcción subjetiva del bebé y de muchas adquisiciones ulteriores.

Tomando dos conceptos de Winnicott: el "holding" y el "handling" (el sostén y la manipulación corporal), reflexionamos acerca de como ambos desencadenan una energía afectiva capaz de dejar las huellas más vívidas y resonantes para el resto de la vida. Dentro del océano uterino el bebé está contenido y envuelto, posee una piel continente. Al nacer, este se encuentra indefenso y queda a merced del cuidado materno. El cuidado y el sostén es sentido por el bebé como la piel que lo protegía y envolvía.

El holding y el handling abarcan las manos, el pecho, la mirada, la voz, el cuerpo todo, es la disponibilidad emocional de la madre, es la incondicionalidad psicofísica de ella. La función del holding materno hace al bebé de integrador de los aspectos físicos y emocionales; si hubiese fallas en este sostén, es posible que el bebé experimente una ansiedad, que es como la vivencia de caer y caer, o derramarse como si fuera un líquido, "falling"; M. Klein utilizaba el "falling into pieces", romperse en pedazos para caracterizar esa situación.

En la observación de bebés esta ansiedad parece manifestarse por las sacudidas, los temblores, una frecuente mucosidad, etc. Si el holding fracasa el bebé se ve amenazado en su integración y desarrollo, recurriendo entonces a defensas tempranas como autosostenerse precozmente o a sobreadaptarse a diferentes situaciones. Esto dejaría una marca traumática en el psiquismo sin posibilidad de ligazón y elaboración en el inconsciente no reprimido, no habiendo a posteriori acceso al recuerdo ni a la palabra, pero si puede actualizarse en vivencias angustiosas, como el temor a "ser dejado caer".

Winnicott destaca la enorme importancia del entorno y de la interacción individuo ambiente. Holding, handling y entorno se interjuegan en la "Matronatación", siendo el agua un ambiente facilitador, preventivo y terapéutico. El psiquismo del bebé se estructura en la intersubjetividad con el otro y con un ambiente contenedor, el método de iniciación temprana acuática da un encuadre sostenedor, estable y confiable. El agua se configura como un espacio transicional y de juego, a la vez que garantiza la continuidad existencial, posibilitando los fenómenos transicionales en relación al adentro y al afuera, al despliegue simbólico y al de la fantasía, siendo una incomparable experiencia táctil, visual y sonora por excelencia, puntal de la construcción del yo-piel del bebé.

Para jugar en el agua es necesaria una base de confianza bien establecida, a partir del ambiente facilitador, donde el docente, en su rol continente y seguro, construye un "sos-tener" en el agua, acompañado por canciones, juegos, diferentes maniobras y un profundo y sincero amor; así va sosteniendo desde su mirada, su voz, sus gestos, su cuerpo y sus palabras a las distintas díadas y/o tríadas; conformando lo que para Bruner es el "scaffolding", es decir, el andamiaje. El rol del docente es el de "sostener" y "andamiar" los esfuerzos y los logros del bebé con sus padres. El bebé esta sostenido por la disponibilidad incondicional de la mamá y el papá, y va a ser nuevamente recuperado, sin amenazas, por las manos y brazos incondicionales del docente, asegurándole a él, el holding y el handling necesario de lo continuo.

"Matronatación" provee la vivencia de continuidad, favorece a la elaboración transicional, impidiendo el riesgo de derrumbe psicológico. "Matronatación" es sostener: sos-tener: ser y tener. A partir del "otro", tener la posibilidad de ser cuidado, ser amado, ser independiente, ser jugado, ser integrado, ser valorado, ser respetado, ser libre, ser capaz, ser sostenido... Y así tener amor, capacidad de amar y de compartir, tener posibilidades, tener aptitudes, tener voluntad, tener valor, tener libertad. Estas herramientas son las que permiten al bebé nadador y a los papás el despliegue expresivo-creativo, para sus presentes y para los años venideros. Podemos considerar a "Matronatación" como la síntesis holística de la integración amorosa del ser y el tener, de sostener y ser sostenido, es la combinación ideal del holding, del handling y del scaffolding, estableciéndose lazos afectivos profundos muy tempranamente que perdurarán por siempre. El sumergirnos en el agua es hacer emerger el "sos-tener" amoroso, el cuál triunfa y hace huella de su carácter esencial en el camino de la vida.

### **Bibliografía:**

*Cirigliano Patricia M. Iniciación Acuática para Bebés. Ed. Paidós. Bs. As. 1991*  
*Winnicott Donald W. Realidad y Juego. Ed. Gedisa. Barcelona. 1971*

## **AGUA Y PLACER**

**Por:** Felicitas MIRA

Institución: Hawaiian Prenatal Cultural Center, Molokai, Hawaii.

**Objetivo:** Contacto temprano del recién nacido con el agua.

**Material:** Océano Pacífico, mamá, papá, bebé, facilitador, observadores/as.

**Método:** Entrenamiento subacuático para recién nacidos propuesto por Igor Tcharkowsky

**Introducción:** La importancia del placer durante la inmersión y la importancia de la percepción del/la facilitador/a.

El tema que nos convoca, AGUA Y PLACER, forma parte de una de las actividades practicadas en el Hawaiian Prenatal Cultural Center que eran: 1) Preparación para la concepción, 2) Concepción consciente, 3) Gestación consciente, 4) Parto natural, 5) Contacto Temprano y Frecuente del Recién Nacido con el Agua.

Primera experiencia realizada con el 1er. nacimiento en el Centro mencionado, en el año 1985. Varias parejas se preparaban allí para la concepción y gestación conscientes y parto subacuático en presencia de delfines en libertad.

Caso 1) El 1er bebé nació a medio metro de la orilla: había decidido nacer en la playa, a pesar del deseo de sus papás de que fuera en el agua. Nació asistida por una partera registrada, y a la luz de una lámpara de kerosene.

Luego de la caída del cordón, fue sumergida en las cálidas aguas del Pacífico por su madre en presencia del padre, el director del proyecto (facilitador) y yo (observadora). El director se había formado en Rusia con Igor Tcharkowsky. También la madre lo había visito dos veces durante su embarazo.

En la primera inmersión, la madre estaba con el pecho descubierto ofreciendo mayor cantidad de superficie sensorial a la niña. La sostenía sumergiéndose lentamente, hasta la inmersión total, pudiendo mamar durante ese proceso.

Luego, la separaba y la sumergía un poco más lejos de sí, incluyendo la cabeza, siguiendo las indicaciones del facilitador.

El padre desde cierta distancia recibía la bebé de la madre y la volvía a enviar hacia la madre, quien la recibía y la ponía al pecho.

La primera vez, este movimiento se efectuó unas cuatro veces. La bebé lloraba todo el tiempo y la circulación de la sangre estaba muy estimulada.

Esta primera experiencia duró de 7 a 8 minutos en total. Luego fue envuelta en una toalla y amamantada por la madre, cayendo en un sueño profundo.

No me sentí cómoda durante esta primera experiencia (ni durante las siguientes), ya que a pesar de las aseveraciones del facilitador y de la aceptación de los padres, el llanto intermitente del bebé (se calmaba cuando la madre la tenía) me perturbaba.

Esta práctica se repetía cada día, a la mañana y a la tarde. Pero cada vez que la iban a sumergir, durante los preparativos, la niña ya empezaba a llorar, aunque luego se calmaba e incluso disfrutaba de las inmersiones; pero no recuerdo ninguna durante la cual no haya llorado nunca.

Caso 2) Otra madre, ingresó al Centro ya con seis meses de embarazo, pero absolutamente segura de que quería tener a su hijo dentro de nuestro ámbito. Jamás había abierto un libro sobre embarazos o partos.

La simbiosis era total. La madre sabía exactamente cuáles eran las necesidades de su bebé.

Practicaba sus propios ejercicios, en el mar y fuera del agua, y cuando llegó el momento del parto, fue ella quien dio las directivas, que fueron respetadas.

Llegado el momento, eligió un lugar cercano al agua, pero en tierra firme.

El parto fue feliz, sin ninguna complicación, atendido por su propio marido, mientras la partera permanecía a su lado.

Nuestra actitud fue en todo momento de contención, respeto y asistencia.

Después del parto, estuvieron los tres (mamá, papá y bebé) en una especie de retiro, hasta que el cordón umbilical se cayó y se efectuó la primera inmersión.

Yo no estuve presente, ya que estaba acompañando un parto subacuático en otra isla.

Cuando regresé, la beba ya había sido sumergida en varias oportunidades.

Supe que las inmersiones habían seguido la misma línea que el parto: los padres sabían exactamente qué hacer, y los facilitadores simplemente acompañaban y estaban disponibles.

Cuando observé el modo en que los padres sintonizaban con su hija y viceversa, pude constatar lo importante que es descifrar las reacciones del bebé con el agua...

Era un momento de placer increíble, verlos jugar, la bebé sumergirse prácticamente SOLA, y volver hacia la madre, casi por sus propios medios, salir a la superficie, como un perrito... y ella NUNCA lloró.

Los objetivos: fueron cumplidos en ambos casos, pues hubo, en efecto, un contacto temprano frecuente del recién nacido con el agua. Los resultados, fueron diferentes.

En el primer caso, fisiológicamente la niña fue beneficiada por las ventajas que resultan de la posibilidad de movimiento que tienen los bebés en el agua; son importantes las ventajas de la inmersión temprana en el sistema muscular, óseo, visual y respiratorio del recién nacido.

Sin embargo, yo hubiera buscado la manera de aprovechar estas ventajas sin necesidad de que el bebé llorara tanto (respetando ritmo, lugar, método, etc.).

En el segundo caso, la aceptación fue total y era evidente el placer y la excitación de la segunda bebé cada vez que se acercaba el momento de la inmersión.

Conclusión: habiendo trabajado con mamás, papás y bebés también en piletas climatizadas, creo que cada grupo debe ser tratado de manera diferente e individual, ya que los tiempos y las reacciones de cada díada o tríada son diferentes.

Lo más importante es que la sensación de PLACER, TRANQUILIDAD y SOLAZ prevalezca por sobre cualquier otra.

Considero que en una facilitadora, la sensibilidad, la percepción y el respeto por las necesidades de la mamá y del bebé, merecen el mismo grado de importancia que el conocimiento de una técnica y el profesionalismo.

## **JUGAR EN EL AGUA CON BEBÉS, UN EMOCIONANTE Y COMPROMETIDO DESAFÍO**

Por **Élida Silvia PÉREZ**

Institución : ARUM-CO AQUATICA: Bariloche

### **FUNCION DE APEGO.**

El agua, se nos presenta con la majestuosidad de lo verdaderamente natural, más o menos profunda, dulce o salada, fría o cálida, este elemento produce una atracción indescriptible, porque a cada cual le provoca sensaciones diferentes. Estar en el agua, sentir en el propio cuerpo la propuesta del lenguaje específico, que ella nos exige con su manera de abrazarnos, es una dicha simple y digna de ser experimentada, cuanto más si es posible compartirla, con nuestros bebés y niños pequeños.

El aprendizaje en el agua, proporciona al bebé una oportunidad única, el agua lo acaricia, lo envuelve y lo contiene permanentemente, sostenido por esos brazos que dan seguridad, los de sus padres, fortaleciendo cada vez más los vínculos afectivos familiares.

Pero... ¿Qué pasa, cuando la relación entre la madre y el hijo no es buena, aún sin llegar a la patología grave, pero que no le permite al niño la adaptación activa al medio?

El nacimiento es para el bebé, el inicio de una nueva vida, abandonando un lugar de privilegio, el vientre materno, donde todas sus necesidades estaban satisfechas, ahora dependerá de sus padres en particular de su madre para su supervivencia.

El pequeño cuenta con un equipo tónico postural que le permitirá realizar conductas tendientes a acercarlo a la madre, sonrisas, llantos, gritos, etc., para que esta le dé la respuesta adecuada a su demanda, a la vez las maneras de sostenerlo y manipularlo son captada por el niño por sus receptores cutáneos y propioceptivos, provocándole sentimientos de seguridad y confianza. Bowlby denominó función de apego a esta primera relación social que cumple un papel especial en la conformación de su matriz afectiva, para sus futuras relaciones.

Si este primer vínculo no es bueno, el bebé no evoluciona normalmente, le costará constituir un objeto amado y por lo tanto la construcción del mundo con objetos significativos.

El niño puede conectarse y explorar el mundo, siempre y cuando este presente la función de apego. Nosotros recibimos en nuestra escuela a bebés a partir de los tres meses, tres meses, en que los padres entablarán con su hijo algún tipo de relación, a veces, afortunadamente las menos, nos encontramos frente a vínculos no del todo sanos donde le anulan la posibilidad de exploración del medio por un exagerado apego, o a la inversa padres desapegados que no pueden descifrar las demandas de su hijo correctamente o directamente no las perciben.

Las consecuencias en la vida futura de estos niños, van de personas relegadas a un rol pasivo y dependiente (origen del apego exagerado) a cierta frialdad y superficialidad en los vínculos afectivos (origen del desapego).

Esto nos exigió, reflexionar acerca de nuestro rol como docentes, enfrentándonos a un emocionante y comprometido desafío, ya que consideramos que no intervenir es no respetar a esas familias porque sabemos y estamos seguros que de la calidad del vínculo madre-hijo dependerá el sentimiento de confianza y seguridad, conque el niño podrá abordar el medio acuático y por supuesto adquirir toda posibilidad de comunicación con el mundo que lo rodea y el dominio de sí mismo, finalidad entre otras, de nuestra tarea educativa.

Nuestro primer objetivo fue definir los tipos de relaciones de apego (exagerado o desapegado), para luego elaborar estrategias para la construcción de un nuevo vínculo y así hacer que el bebé se sienta seguro no solo en el medio acuático sino en su vida cotidiana. La ayuda de terapeutas nos enriqueció muchísimo para la elaboración de estrategias.

Mediante la observación comenzamos a decodificar las reacciones tónicas y emocionales, no solo del bebé sino de la madre y en algunos casos de los padres que también participaban.

Llegando a la siguiente conclusión, cuando no se satisface la demanda porque la señal no fue bien decodificada, el bebé se pone cada vez más tenso al igual que quien lo está sosteniendo en ese momento, de ahí que comenzamos a elaborar técnicas de sostenimiento seguras y contenedoras, variadas y diferentes según los casos.

Nuestra propuesta está basada en juegos de alto contenido afectivo, proponiendo estímulos adecuados a cada caso en particular. Juegos que ayuden a neutralizar ansiedades. Juegos de exploración con sostenimientos alejados pero seguros. Juegos donde prima los gestos de alegría, y risa. Juegos de abrazos y alejamientos. Juegos para alcanzar pequeños pero grandes logros. Juegos de acunamientos y caricias con un alto contenido de estímulos de sensopercepción aprovechando la caricia permanente del agua.

La mirada está puesta no solo en el bebé sino sobre la familia por entero, porque nuestro objetivo y compromiso con la comunidad de Bariloche apunta más allá de la formación de un ser acuático, queremos ayudar a educar futuros protagonistas del cambio social.

### **Bibliografía:**

Iniciación acuática para bebés de Patricia M. Cirigliano - Las percepciones del lactante de Eliane Vurpillot

Los organizadores del desarrollo psicomotor de Mirtha Chokler -

# **NATACIÓN PARA BEBES Y NIÑOS PEQUEÑOS CON SÍNDROME DE DOWN**

## **PARA CRECER Y APRENDER NADANDO POR UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA**

Por Prof. Esteban PINTO

Los niños con Síndrome de Down poseen alteraciones en la división celular, lo que da origen al término trisomía 21. Oscilan entre un retraso mental ligero y uno moderado.

Las neuronas se van ramificando, por ello es fundamental que el niño sea estimulado, de esta manera irán formando engranajes necesarios para la toda la vida.

Desarrollo neuronal: poseen escasa capacidad de concentración, dificultad de controlar la mirada, limitación en la capacidad de organizar actos cognitivos, poca perspectiva del tiempo, dificultad para la programación (perturbación en el desarrollo de la corteza pre-frontal); además, se encuentra alterado: lóbulo temporal, corteza de las aurículas de asociación, cerebelo y mesencéfalo.

Funciones psicomotoras: hipocinesia, poca iniciativa o espontaneidad ante situaciones nuevas, escaso impulso interior o tendencia a actuar.

Comunicación: muchos padres tienen cierta dificultad para acercarse al niño, algunos tienen miedo de mirarlos porque temen que tengan un aspecto extraño o poco corriente, otros no se atreven a tener un contacto físico con él porque sienten que deben asumir responsabilidades.

Las conductas de alejamiento o rechazo alimentan sentimientos desvalorizantes tales como la pérdida de autoconfianza y el temor al abandono, sumado a las características del agua, aumentan el sentimiento de indefensión y soledad.

El contacto corporal facilita el sentimiento de normalidad, como con cualquier recién nacido. Por tal motivo, no es aconsejable la separación con sus padres ya que la práctica, la interacción y la carga afectiva son fundamentales.

Limitaciones del orden médico: reflujos (mucosidad, por posibles infecciones), problemas bronco pulmonares, broncolitis mal curadas y anidación de patogenias.

Sumado a otros problemas como ser: cataratas congénitas (3%), cardiopatías congénitas (40%), alteraciones de carácter convulsivo, alteraciones respiratorias (neumonías, rinitis crónicas, secreciones bucales y nasales, y sinusitis) por tal motivo los enfriamientos y las inmersiones deben ser evitados hasta que automatice su control respiratorio, el reflejo de glotis suele estar disminuido.

Se deberá tener en cuenta: problemas de la vista (50% miopes, 20% hipermetropía, entre el 30% y 50% estrabismo) y deficiencia auditiva (entre el 60% y 80% entre débil y moderada).

El juego es el medio natural de aprendizaje y desarrollo, con él se motiva, estimula y enseña. El niño descubre, explora y aprende del medio que lo rodea.

La clase será una búsqueda activa de estrategias para solucionar los problemas que se les plantea. Se deberá tener en cuenta que retienen mejor la información recibida visualmente que por medio de los receptores acústicos.

Se debe estimular los aspectos sensoriales, motores y sociales, para alcanzar niveles más altos de competencia.

El docente contribuirá con los padres para darles un mayor número de herramientas y favorecer de esta manera su desarrollo. Su función será la de dar imágenes positivas para que los padres comiencen a valorar a su hijo por sus capacidades. Es muy importante que se encuentren contenidos por el grupo de trabajo.

Objetivos: enriquecer sus experiencias motrices y sensoriales, lograr mejoras posturales y orgánicas, colaborar en la aceptación y el conocimiento de los padres con su hijo y favorecer un principio de socialización e integración.

El bebé progresará y adquirirá autonomía en el agua, en un ambiente cálido y placentero.

Condiciones de seguridad e higiene: el natatorio será utilizado por bebés hasta los 3 años, con un estricto control médico.

El agua será sana, clara (incolora, inodora e insípida), atrayente y tendrá doble filtración antes de cada sesión. La temperatura será de 32 grados, tendrá controles químicos y bacteriológicos. Es obligatorio la utilización de bañadores.

El médico deberá realizar un examen previo, aconsejar a los padres y emitir un certificado de aptitud.

El equipo de trabajo será multidisciplinario, incluirá: especialistas en natación, médico pediatra, psicólogos, estimuladores precoces, fonoaudiólogos y especialistas en pedagogía infantil. Es fundamental el trabajo interdisciplinario para una correcta contención.

Debemos educar para la vida, utilizando estrategias válidas para cada niño.

Los materiales: serán juguetes de todo tipo, color, peso y texturas. Deben ser llamativos y atrayentes, y estar autorizados para ser utilizados sin peligro.

Los estímulos sensoriales como la voz, el tacto y el color deben ser más intensos para impactar como es debido.

Conclusión: el bebé experimentará el placer de deslizarse escapando de la sensación de pesadez, demostrando que es capaz de perseverar y de triunfar.

Los beneficios son innumerables, en el plano afectivo, restablecerá el diálogo corporal con la madre y favorecerá su participación en la comunidad.

Además las acciones estimuladoras que provocan las actividades acuáticas posibilitan la conciencia del propio cuerpo, beneficios en el sistema respiratorio y desarrollo del tono muscular (niños hipotónicos).

En conclusión, los niños conseguirán la autonomía en el medio acuático siendo fundamental la acción educativa.

Deben ser valorados por lo que son, y de esta manera conseguiremos una mejor calidad de vida para ellos.

"Hay cien formas de abordar la misma noción: andando, jugando, cantando, tocando, viendo, oyendo, sintiendo o nadando. Pero lo que da la riqueza a este abordaje pedagógico, es que se puede salir de cualquier sitio para llegar a todas partes " (A. Lapierre y B. Aucouturier).

## **Bibliografía**

*J. Florez, M. V. Troncoso y M. Dierssen: "SÍNDROME DE DOWN: BIOLOGÍA, DESARROLLO Y EDUCACIÓN", España, Masson, S.A, 1997*

*J. Le Camus: "LAS PRÁCTICAS ACUÁTICAS DEL BEBÉ", España, Paidotribo, 2da. Edición*

*S. M. Pueschel: "SÍNDROME DE DOWN: HACIA UN FUTURO MEJOR", España, Masson, 1997, 3ra. Edición.*

*P. M. Cirigliano: "MATRONATACIÓN TERAPÉUTICA PARA BEBÉS", Argentina, Panamericana*

*Editorial Médica, 1998.*

## **PELIGRO, DIVERSIÓN, SALUD**

Por FOO CHEE HAN

### **BIOGRAFÍA**

Foo Chee Han comenzó a nadar a la edad de 5 años y a los 8 años ganó la primera medalla de plata en una competición local.

A partir de este pequeño éxito abrazó una larga, pasión por el deporte y un gran interés por las competencias acuáticas, obteniendo una colección de trofeos y menciones.

El punto culminante de su carrera competitiva entre 1957y 1959 cuando fue campeón en Singapur en los 1.500 m libres y triple campeón en la Merdeka Cup. Durante 4 años consecutivos obtuvo honores en el campeonato SASA.

En 1960, a la edad de 20 años, en la cumbre de su carrera, sufrió un accidente automovilístico que tronchó sus sueños. Médicos y entrenadores le dijeron que nunca podría volver a nadar. Pero él secretamente se entrenó y más tarde participó y ganó en eventos en competencias de natación en clubes, lo que se considera una victoria personal.

Más tarde fue titular del equipo nacional. Un cambio en su carrera fue el hecho de dedicarse a ser entrenador de natación competitiva.

No contento con enseñar lo que él sabía, se tomó algunos años en obtener conocimientos académicos, teoría y práctica para cursos nacionales e internacionales de entrenador y certificaciones para lograr una verdadera profesionalidad en este campo.

En 1965 comienza el Primer Programa para Niños y Bebés.

Por casi 40 años él ha visto y ha enseñado a nadar a tres generaciones de niños.

En 1980, fue miembro fundador de la Asociación de Instructores de Natación de Singapur (SSTA), ahora afiliada a la Federación Internacional de Instructores de Natación (IFSTA), institución conducente a certificar a los instructores de natación.

En 1997 puso en marcha su propia escuela de natación (Centro Educativo de Ecuación Acuática para Bebés y Niños), y ha sido invitado a exhibiciones y presentaciones públicas y compañías interesadas en la salud.

La filosofía de Chee Foo Han es que "la natación debe ser divertida, disfrutada y segura. Es la mejor forma de ejercitar la salud general y la gente debería aprender a nadar desde la juventud"

### **CONFERENCIA**

#### **PELIGRO**

La natación en Singapur es uno de los más populares deportes, especialmente por su clima cálido durante todo el año y su fácil acceso a los natatorios.

Sobre esta pequeña isla hay un total de 29 complejos públicos de natación, cada uno dispone de una pileta olímpica, una pileta para instructores y pileta separada para bebés. Adicionalmente, hay muchas piletas ya sea en residencias privadas o en complejos y condominios privados.

Como se puede apreciar, hay en Singapur amplias oportunidades para disfrutar del agua.

Sin embargo, una gran cantidad de natatorios tienen ocultos peligros. El peligro es real y siempre esperando una víctima incauta.

Una adecuada supervisión y cuidado, por lo tanto el adecuado mantenimiento en todo momento.

Muchos años de sacrificio, esfuerzos, paciencia, cuidado y amor han sido gastado (sin mencionar lo monetario) en nutrir y conducir a un niño. Repentinamente, en materia de

segundos, un niño puede ahogarse debido a un momento de descuido de parte de los padres o de sus cuidadores.

Agonía, padecimientos y remordimientos continuarán a lo largo de sus vidas.

¿Es realmente necesario para los padres que pierdan lo más amado de esa manera?

Por supuesto que no.

Las causas comunes de ahogamiento son las siguientes"

Supervisión incorrecta

No supervisar todo

Padres muy ocupados en conversar

Dejar desatendidos a los niños

Dejar a los niños bajo el cuidado de no nadadores que también desconocen las técnicas de salvavidas.

Nadar en aguas superpobladas de bañistas

Nadar solos en aguas abiertas (mar, lagos, ríos o lagunas)

Nadar bajo la influencia de alcohol o drogas

Usar inadecuados salvavidas, por ejemplo toroides de caucho para los niños

Niños que van a nadar sin permiso de los padres o cuidadores

## **SEGURIDAD**

Los accidentes ocurren cuando la seguridad no es la principal preocupación de los padres y cuidadores cuando ellos llevan a sus seres queridos a nadar o simplemente acercarlos al agua.

Esto puede ser en una salida a una pileta o playa, al mar, a un lago o río o un viaje en bote.

La seguridad debe estar obligatoriamente en la mente de cada padre o cuidador ya sea cuando están en lugares cercanos al agua, sea o no que el natatorio sea el destinado a los niños

La experiencia me ha mostrado que los niños inseparablemente son los mismos cuando van al agua, sin importar su formación ancestral, nacionalidad o cultura.

Ellos son curiosos, especialmente los más jóvenes. A menos que ellos mismos hayan tenido una mala experiencia, generalmente no tiene temor al agua.

Esto significa que casi todos los niños no conocen el peligro.

Por lo tanto, es responsabilidad y deber de cada uno y de todos los padres ser conscientes de las reglas de seguridad en el agua, aplicarlas y enseñar a los niños cómo gozar seguramente del agua.

Esto es importante en todo tiempo cuando ellos están cerca del agua con sus niños, incluso cuando sea por rápidos o cortos tiempos o simplemente un corto paseo por la orilla de un lago.

Se deben recordar las siguientes **REGLAS DE SEGURIDAD**:

Acompañar siempre a sus niños en la pileta de natación

Nunca sacar sus ojos de los niños ni por un segundo

Usar adecuados salvavidas

Nunca dejar que los niños naden solos

## **SALUD Y DIVERSIÓN**

La natación es el único deporte que se puede gozar por toda la familia al mismo tiempo.

Un sin fin de alegres diversiones pueden disfrutarse con la natación.

No requiere planificación para entrar o salir del natatorio.

No es demasiado costoso, así como obtenible para casi todos los que desean practicarlo.

La natación es magnífica para mejorar la salud de toda la familia.

Específicamente, es muy buena para los sistemas respiratorio y circulatorio del organismo.

La ejercitación del corazón y extremidades ayudan a la tonicidad de los músculos.

Es un deporte de potencia, fácil de realizarlo por todos.

Una vez que una persona ha aprendido a nadar y las técnicas básicas de salvavidas, le es relativamente seguro salvarse del peligro (mantener en la mente que debe grabarse que nunca se debe nadar solo).

Mi misión es impartir mis conocimientos, técnicas, pericias y experiencias para todos aquellos que los necesitan.

# **DESDE EL TIEMPO DEL BAÑO AL TIEMPO ALEGRE UNA VISIÓN PRÁCTICA PARA LA ESTRUCTURA DE UN PROGRAMA PARA ADULTOS Y NIÑOS INCLUYENDO LA IDENTIFICACIÓN DE CLAVES DE INSTRUCCIÓN**

Por John LAWTON

Director de la Asociación de Natación Amateur de Inglaterra

## **CONFERENCIA**

La filosofía relativa a la introducción de bebés al agua ha estado tratada muchas veces en todo el mundo y hay varias diferencias fundamentales y son rechazadas por áreas comunes entre ellos.

El uso de técnicas de inmersión, por ejemplo, puede ser una decisión discutible, peor esto es una pequeña parte de un proceso que comienza poco después del nacimiento del niño y será un esperanzado aliento para involucrarlo en una larga vida en la actividad acuática

Esta presentación es una muy práctica visión sobre lo que constituye un efectivo programa acuático.

¿Cuáles son las etapas claves del desarrollo y cómo ellas influyen las actividades y destrezas que deben ser desarrolladas?

¿Cuál ha sido la educación de los acompañantes adultos que se relacionan con la educación de los niños?

¿Cómo hacemos que las actuales actividades sean divertidas, desafiantes y a propósito para el desarrollo físico del conocimiento(cognoscitivo) y social del niño?

Es fundamental que el programa presentado sea el establecimiento de un medio ambiente el cual sea de bienvenida, no amenazante y calmo, donde el énfasis sea dado por la alegría en el cual el niño sienta el desafío para extender los límites de sus experiencias.

Las claves del conocimiento necesitan estar identificadas para cada evolución en el sentido de que sean las apropiadas al desarrollo cognitivo, físico y social, del niño. Dado que en diferentes etapas hay similitudes en el desarrollo del niño, lo cual habilita programas basados sobre lo que podría estar referido al camino de una normal evolución , con el compromiso de que las necesidades individuales serán consideradas y acomodadas.

El ASA, Amateur Swimming Association of England (Asociación de Natación Amateur de Inglaterra) tiene identificadas las siguientes etapas claves:

- Desde el nacimiento hasta 4/6
- Desde 4/6 meses hasta 18 meses
- Desde 13 meses a 18 meses
- Desde 19 meses hasta 3 años
- Desde 3 años a 5 años

Con este esquema es posible identificar la relación habilidad / actividad, las cuales permiten al niño progresar a partir de la confianza inicial con el soporte de un adulto, ya sea física y emocional desde un punto de independencia.

Es en este punto, donde el niño será ocupado con las claves de habilidades y comprensión, lo cual le permitirá una efectiva participación a lecciones más formalmente estructuradas.

Es difícil un programa para adultos con niños. El programa es la educación del acompañante adulto en la que éste comienza como un operador entre el profesor y el niño y progresa como un educador del niño, guiado e instruido por el profesor.

Por lo tanto, el rol del adulto es clave para éxitos a corto o largo plazo y la educación del adulto debe ser de alta prioridad en las etapas iniciales.

Los adultos necesitan ser requeridos intelectualmente a comprender el proceso por el cual sus niños irán desde ellos al profesor lo que necesita manejar los extremos.

El adulto con desusada alta expectativa y sobreprotección, debe ver que el agua es un medio extraño que debe ser tolerado y más bien disfrutado.

La instrucción considerará la estructura y contenido de un efectivo programa para adultos y niños teniendo en cuenta el desenvolvimiento de etapas que guiarán las actividades que se ofrecerán a los niños.

Esto será también foco de un importante rol en el que el adulto acompañante tiene en este proceso y cómo el profesor conduce este complejo triángulo de aprendizaje.

## **BIBLIOGRAFÍA**

*Amateur Swimming Association of England- ADULT AND CHILD WATER ACTIVITIES  
- Publisher: ASA Merchandising*

*Amateur Swimming Association of England-NATIONAL PLAN FOR TEACHING  
SWIMMING - Publisher: ASA Merchandising*

*Australian Council for Teaching of Swimming and Water Safety - TEACHING OF  
INFANTS AND PRE SCHOOL AQUATICS - Publisher: Human Kinetics*

*Francoise Barbira Freedman - WATER BABIES - Publisher: Joanna Lodenz*

## **INDICE CONFERENCIAS**

- 58 - ACEVEDO FAJARDE María Eliana - Nadar, una aproximación natural - CHILE  
24 - BAUER ARRILLAGA Elena - La canción, beneficios en el aprendizaje acuático - URUGUAY  
72 - CIRIGLIANO Patricia - Background, supervivencia y autonomía infantil - ARGENTINA  
64 - CISNEROS María de Lourdes - Planificación, éxito del programa de bebés - MÉXICO  
33 - CZORNYJ Liliana - Desarrollo del primer año de vida - ARGENTINA  
27 - DU BOIS Dave - Influencias culturales que afectan las metas de programas acuático infantiles - USA  
48 - FAERCH Ulrika - Desarrollo de la motricidad sensorial en la destreza de niños - DINAMARCA  
64 - FONTANELLI José María - Natación infantil: El renacer a una mente sana - BRASIL  
84 - FOO CHEE HAN (in absense) - Peligro, diversión y salud - SINGAPUR  
45 - FREEDMAN Françoise - Natación exitosa desde el aprendizaje con juegos - INGLATERRA  
47 - GELPI  
43 - KETTUNEN Niina - 20 años de natación para bebés en Finlandia - FINLANDIA  
96 - LAWTON John (in absense) - Cambiar el baño por una diversión - INGLATERRA  
36 - LEGHAM Uwe - El valor de la continuidad en la enseñanza acuática de niños - ALEMANIA  
55 - MAZZA Juan Carlos - Natación infantil y síndrome de la saturación deportiva - ARGENTINA  
42 - PENA PARIS Lidya- Desarrollo motor y competencia acuática - ESPAÑA  
69 - PENTTINEN Leena - Informe sobre natación de bebés en Finlandia - FINLANDIA  
18 - RODRÍGUEZ Mónica - Sostén: Juego y placer - ARGENTINA  
67 - SAITO Niko - Agua, ritmo y niños - JAPÓN  
40 - SANZ Martha - La organización de la función respiratoria y el agua - ARGENTINA  
22 - SECRETARÍA  
52 - STOLIAR Osvaldo - Pediatría y prevención - ARGENTINA  
20 - WATTS Judy - La sumersión: Preparación y coraje – AUSTRALIA

## **TALLERES**

**83 - RODRÍGUEZ Mónica**

**SELVAGGI Mariana**

**MORENO María Laura**

Placer y experiencia de sostén en la constructividad corporal

## **TRABAJOS LIBRES**

**82 - LERNER EMMER Laura**

Guagatear

**87 - DODERO Sara Adriana**

CARIDE MASSINI Graciela Inés - El yo corporal: su enriquecimiento en el medio acuático

**91 - PÉREZ Élida Silvia**

Jugar en el agua con bebés, un emocionante y comprometido desafío.

**86 - AGUILAR Nora Liliana**

La importancia de la natación en los inicios de la vida

**92 - PINTO Esteban**

Natación para bebés y niños pequeños con síndrome de Down

**KRAWCZYK Sandra**

El “sostener” en el agua

**JOHN LAWTON (in absense)**

Cambiar el baño por una diversión - INGLATERRA

From bath time to fun time - ENGLAND

**FOO CHEE HAN (in absense)**

Peligro, diversión y salud - SINGAPUR

Danger, fun and health - SINGAPUR

**TRABAJOS LIBRES - FREE JOBS**

**LAURA LERNER EMMER**

Guagatear

Hold the baby in arms

**SARA ADRIANA DODERO y GRACIELA INÉS CARIDE MASSINI**

El yo corporal: su enriquecimiento en el medio acuático

The phisical I: Its enhancement in the aquatic media

**ÉLIDA SILVIA PÉREZ**

Jugar en el agua con bebés, un emocionante y comprometido desafío.

Play in the water with babies, an contest touching and responsible

**NORA LILIANA AGUILAR**

La importancia de la natación en los inicios de la vida

The swimming importance at beginning of the life

**ESTEBAN PINTO**

Natación para bebés y niños pequeños con síndrome de Down

Swimming for babies and childs with Down Syndrome

**SANDRA KRAWCZYK**

El “sostener” en el agua

The “holding” in the water

**TALLERES - WORKSHOPS**

**MÓNICA RODRÍGUEZ, MARIANA SELVAGGI y MARÍA LAURA MORENO**

Placer y experiencia de sostén en la constructividad corporal

Pleasure and experience of holding in the construction of the body