



Nutriología al día[®]

Órgano del Instituto Lala

Boletín No.

2

PUBLICACIÓN COLECCIONABLE

Alimentación complementaria del niño de 4 a 12 meses de edad y su relación con el crecimiento en estatura

Proceso de separación e individuación

Parte II/IV



Presentación



Nos complace presentar el segundo número de la serie de cuatro boletines Nutriología al Día ® dedicada a la alimentación complementaria del niño de 4 a 12 meses de edad. En esta ocasión el número versa sobre el proceso de separación individuación que tiene lugar principalmente en los primeros ocho meses de la vida.

Nutriología al Día ® es un Órgano del Instituto Lala que tiene como propósito informar y mantener un enlace de comunicación con todos los profesionales de la salud; médicos, nutriólogos, enfermeras, psicólogos y otros profesionales de la salud interesados en el campo de la nutriología.

Una de las acciones del Instituto Lala se centra en impulsar un México más saludable mediante el desarrollo de estrategias e intervenciones oportunas que contribuyan a que cada niño alcance su máximo potencial genético de crecimiento en estatura del que dispone.

Congruente con este quehacer, en conjunto con instancias académicas, ha llevado a cabo diversos talleres para profesionales de la salud, con el propósito de discutir la alimentación complementaria y su relación con el crecimiento en estatura. El primero se realizó en coordinación con el Centenario Hospital Miguel Hidalgo y la Universidad Autónoma de Aguascalientes, en el cual participó un grupo importante de pediatras con diversas especialidades.

El segundo taller contó con la colaboración de la Licenciatura en Nutrición Humana de la Facultad de Ciencias Médicas y Biológicas “Dr. Ignacio Chávez” de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Como producto de este esfuerzo, en este segundo número revisaremos el proceso de **separación individuación**; fenómeno psicodinámico que tiene lugar en los primeros meses de la vida y que alude al espacio que el lactante comienza a negociar y conquistar con sus padres, por medio de la alimentación, para afirmar su autonomía. Se trata de un proceso por el que todo individuo transita para hacer valer su capacidad de ser independiente, distinto a los demás y con autonomía para ejercer decisiones propias, en otras palabras, es la vía por la cual se construye la **identidad**.

Estamos seguros de que cada uno de estos números que conforman la primera serie de Nutriología al Día ®, apoyarán la ardua tarea que está en manos del profesional de la salud que consiste en orientar a los padres a practicar una alimentación más sana y con ello propiciar un crecimiento en estatura correcto.

Mtra. Selene Tenorio Ramos

Coordinadora

*Licenciatura en Nutrición Humana de la Facultad de
Ciencias Médicas y Biológicas “Dr. Ignacio Chávez”
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*

Mtra. Jeanette Pardío López

Consultora Científica

Lic. Laura Martha Concha Cantú

Gerente Instituto Lala



El Problema

De acuerdo con Margaret Mahler, el fenómeno de **separación individuación** implica el nacimiento psicológico del individuo y resulta decisivo para la estructuración de la personalidad del ser humano.¹ Este fenómeno se refiere al hecho de que el niño logra funcionar de manera separada de su madre, pero con la disponibilidad emocional de ésta;¹ específicamente se refiere al sentimiento de identidad que adquiere el niño y que tiene lugar alrededor de los cuatro o cinco meses de vida y dura hasta los 30 a 36 meses de edad.

El campo del psicoanálisis ha demostrado que el niño empieza a separarse del mundo materno y se transforma en un individuo en un sinnúmero de campos; al dormir, al jugar, al pensar, al actuar, es decir, en las múltiples experiencias de la vida diaria en las cuales la alimentación no es la excepción, por el contrario el niño encuentra en

la dinámica de la alimentación una **oportunidad muy propicia** para manifestar una serie de conductas características del proceso de separación individuación.^{2,3}

En este sentido es posible decir que la alimentación es una especie de “**ventana**” que permite observar cómo el infante se vuelve un individuo: una persona. En la medida en la que la madre reconozca este fenómeno podrá manejarlo de mejor manera propiciando así un niño independiente y seguro, con posibilidades de valerse por sí mismo en el curso de la vida.

Pese a la importancia de este proceso y su estrecha relación con la alimentación, es poco común que el campo de la salud pediátrica se encuentre relacionado con él, lo cual limita las posibilidades de orientar a la madre sobre su buen manejo.

Proceso de Separación individuación

Margaret Mahler, psicoanalista de niños y adolescentes nacida en Hungría, se dedicó a estudiar en Estados Unidos el desarrollo normal de la díada madre-infante. Se empeñó en comprender cómo los niños llegan a adquirir su sentido de entidad individual y de identidad; de ahí que se planteó las siguientes interrogantes: ¿cuál es la “manera común” en que los niños llegan a constituirse como individuos separados?, ¿cómo es el proceso de “ruptura del cascarón”?, ¿cómo contribuye la madre a que este proceso se desarrolle exitosamente?.¹ En 1955 dio a conocer una propuesta que respondía a las preguntas que se había planteado; le llamó **fase normal de separación individuación**.^{2,3}

En la visión de Mahler, este proceso representa el nacimiento psicológico del niño ya que propicia la estructuración de la personalidad del ser humano y representa el medio por el cual el pequeño logra desarrollar el sentido de la individualidad, es decir, de la **conciencia de ser una persona diferente a la madre**.



Mahler identificó cuatro subfases por las que el niño debe transitar para consolidar este fenómeno:

1. Diferenciación

2. Ejercitación

3. Reacercamiento

4. Consolidación de la individualidad y comienzo de la constancia objetal emocional.

Desde el contexto psicológico, de manera muy resumida se puede afirmar que, durante estas subfases, el lactante muestra un creciente deseo de inspeccionar el mundo **no materno**, para que más adelante de manera muy decidida se separe de la madre.

Como su nombre lo indica, la fase normal de separación individuación se constituye por dos procesos: el de separación y el de individuación. El primero lleva a la conciencia intrapsíquica al logro de la separación, es decir, al sentimiento que se desarrolla en el niño al reconocerse **como un individuo separado de la madre**. El segundo proceso, de individuación, que no puede lograrse sin el primero, consiste en que el niño adquiera una individualidad distinta y única. En otras palabras, la individuación lleva a la constitución **de una personalidad única en el niño**.^{4,5}

En este sentido, a partir del quinto mes de vida y como parte de este proceso, el lactante manifiesta una serie de iniciativas en relación con los alimentos, que van desde explorarlos, interactuar y jugar con ellos, hasta rechazarlos. Estas iniciativas oscilan entre seis y 16 veces cada cinco minutos y son tan importantes para el niño que a pesar de que entra en conflicto con sus padres, continúa haciéndolas.

Para el niño estas experiencias son informativas y formativas de las futuras interacciones que tendrá con su madre. Con ellas registrará un conocimiento sobre el grado de autoafirmación tolerado por el medio ambiente que lo rodea y, en especial, por su madre o cualquier otra persona que funja como su cuidador primario. A este fenómeno se le llama **permeabilidad social a la intrusión del individuo emergente**,^{1,2} término que alude al **espacio** que se le concede al lactante para llevar a cabo sus propias experiencias y alcanzar su propia autonomía e independencia de la madre. Al respecto, se espera que en la medida en la que este fenómeno se desarrolle de manera exitosa, en la edad adulta las conquistas que se emprendan serán en su mayoría también exitosas. Es en este sentido que radica la relevancia de este fenómeno, es decir, la alimentación no solo es un espacio para definir **qué** se come sino también **cómo** se lleva a cabo; de ello dependerá formar hijos seguros de sí mismos y con posibilidades de emprender conquistas frente al mundo.

Es de esperarse que una madre bien asesorada pueda desarrollar la complicada capacidad de equilibrar sus reacciones, es decir, algunas batallas tendrá que ganarlas en tanto que otras deberá permitir que las gane el niño, y así en un equilibrio más o menos continuo logrará la construcción de personalidades capaces de autoafirmarse. Por el contrario, si la madre la mayor parte del tiempo siente el deseo de ganar todas las batallas, construirá personalidades sumisas y poco decisivas a la exploración. Esta capacidad de equilibrio por parte de la madre es conocida como **el yo auxiliar**, de esta manera en el primer caso se tratará de una madre que funciona como un yo auxiliar eficiente, en tanto que en el segundo caso como un yo auxiliar deficiente.



Aprender a decir “NO” como una vía para definir la identidad del ser humano:

Una de las vías por las cuales el niño emprende el fenómeno de separación individuación es por medio de la manifestación de negativas, es decir, por medio de aprender a decir **NO**. Lo anterior significa que cuando el niño se niega al consumo de ciertos alimentos, no necesariamente debe interpretarse como trastornos alimentarios, o bien, como un capricho del niño, por el contrario, puede representar el deseo del niño de lograr su autonomía. Por ello, es importante que la madre no tome de manera personal las negativas del niño, y por el contrario se le oriente para que las interprete de mejor manera, siendo que estas son propias del proceso de separación individuación. Así, la aceptación de las negativas del niño por parte de su madre implica el reconocimiento de que existe una persona independiente, con voluntad propia y con capacidad de enfrentar al otro.^{6,7}

A la luz de lo anterior, bien vale la pena citar a Sigmund Freud, quien sostiene que la fuente de la negación yace en los instintos más primitivos, es decir, en los orales, en la decisión de comer o no comer algo, lo cual implica el uso del **juicio**.⁸

Otro significado que puede tener el gesto semántico **NO** se basa en el proceso de **identificación** por el que transitan los niños con los objetos amados (padres y cuidadores, principalmente). En este proceso los pequeños se apropian de todo lo que está disponible en el objeto amado (gestos, acciones, actitudes, entonaciones, etcétera). Gracias a esta identificación el infante consigue una mayor objetivación de la madre, para luego, entonces, lograr una mayor objetivación de sí mismo. Spitz lo explica de la siguiente manera: “el comienzo de la conciencia de sí mismo es señalado por el comienzo de la conciencia de otro”.⁷ Es común, por lo tanto, observar a los niños utilizando el **NO** consigo mismo mientras juegan a hacer algo prohibido. En cuanto a la alimentación, no resultaría extraño que el niño diga **NO** al consumo de ciertos alimentos por el simple hecho de imitar a sus padres o cuidadores.

Mtra. Jeanette Pardío
Consultora Científica



Referencias

1. Mahler M, Pine F, Bergman A. El nacimiento psicológico del infante humano: simbiosis e individuación. Buenos Aires: Marymar; 1975.
2. Hoffman J. ¿De quién es la cuchara? La relación de alimentación padres-bebé (permeabilidad a la emergencia del sujeto incipiente). In: Lartigue T, Maldonado-Durán J, Ávila H, eds. La alimentación en la primera infancia y sus efectos en el desarrollo. México: Plaza y Valdés/Asociación Psicoanalítica Mexicana; 1998:101-120.
3. Pardío J, Lartigue T, Maldonado-Durán J, Plazas M, Pérez-Lizaur A. Postura del Colegio Mexicano de Nutriólogos sobre dinámica de la alimentación y su relación con el fenómeno de separación-individuación del ser humano: una visión nutricional y psicodinámica. México, D.F.: CMN; 2006.
4. Pardío J. Alimentación complementaria del niño de 4 a 24 meses de edad. En: Kaufer-Horwitz, Pérez-Lizaur, Arroyo (ed.). Nutriología Médica. México, D.F.: Editorial Médica Panamericana; 2015. p. 294-310.
5. Pardío J. Alimentación complementaria del niño de 4 a 24 meses de edad. En: Kaufer-Horwitz, Pérez-Lizaur, Ramos-Barragán, Gutiérrez-Robledo (ed.). Nutriología Médica. 5a. Ed. México, D.F.: Editorial Médica Panamericana; 2022. En prensa.
6. Barajas M, Villarreal J. La identidad: decir no, ayuda a definirla. Cuadernos de Psicoanálisis. 1995;XXVIII:129-132.
7. Spitz R. No y sí: sobre la génesis de la comunicación humana. Buenos Aires: Paidós; 1957.
8. Freud S. La negociación In: Freud S, ed. Obras Completas Buenos Aires: Amorrortu; 1923:249-257.