

13 Φεβρουαρίου 2015

Πόσο σημαντικό είναι το μπουσούλημα για την ανάπτυξη του μωρού σας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Συμβουλές Για Γονείς

Αν και σήμερα τα μωρά είναι πιο εξελιγμένα από παλιά, οι επιστήμονες διαπιστώνουν ότι μπουσουλάνε αρκετά αργότερα απ' ό τι στο παρελθόν. Που οφείλεται αυτή η περίεργη καθυστέρηση; Και είναι άραγε το μπουσούλημα ενδεικτικό της σωστής ανάπτυξης του παιδιού; Γιατί άραγε ενώ τα παιδιά του 21ου αιώνα, μιλούν πιο γρήγορα, μαθαίνουν να διαβάζουν πολύ νωρίς και χειρίζονται τους υπολογιστές από τα τρία καθυστερούν να μπουσουλήσουν;



Εξετάζοντας αυτό το περίεργο φαινόμενο, οι επιστήμονες διαπίστωσαν πως οι λόγοι βρίσκονται στην ιατρική οδηγία να τοποθετούνται τα μωρά για ύπνο ανάσκελα, **ώστε να ελαχιστοποιηθεί ο κίνδυνος του Συνδρόμου Αιφνίδιου Βρεφικού Θανάτου**. Αποτέλεσμα, τα μωρά που δε συνηθίζουν στο μπρούμυτα, δεν δυναμώνουν αρκετά γρήγορα τους μύες της πλάτης και έτσι προσπερνάνε το στάδιο του μπουσούληματος. Οι γιατροί και οι «ειδικοί» συνιστούν «Back to sleep - Tummy to play» («Πλάτη για τον ύπνο, κοιλιά για το παιχνίδι») και προτρέπουν τους γονείς να βάζουν τα παιδιά τους με την κοιλιά στο πάτωμα για να παίξουν. Ωστόσο, αυτό που εντόπισαν επίσης οι επιστήμονες είναι, πως παρά το αργοπορημένο μπουσούλημα, τα παιδιά του σήμερα δεν αργούν να περπατήσουν!

Σε ποια ηλικία ξεκινούν το μπουσούλημα; Για να ξεκινήσει το μικρό σας να

μετακινείται μόνο του θα πρέπει να μάθει να συντονίζει χέρια και πόδια και να νικήσει την «μάχη» με τη βαρύτητα. Και αυτήν την δεξιότητα κάθε μωρό την αποκτά σε διαφορετικό. Σε κάποια μπορεί να πάρει μόλις 5 μήνες ενώ σε άλλα ακόμα και 12! Το σύνηθες, ωστόσο, είναι να ξεκινούν το μπουσούλημα κάπου ανάμεσα στους 7 και τους 10 μήνες!

Υπάρχουν μωρά που δε μπουσουλάνε ποτέ; Υπάρχει ένα 7-10% των παιδιών που παρακάμπτον τελείως το μπουσούλημα και ξεκινούν με το περπάτημα. Και αυτό σύμφωνα με τους ειδικούς είναι απόλυτα φυσιολογικό!

Το «μπουσούλημα» μπορεί να είναι θέμα... κουλτούρας. Σύμφωνα με τον καθηγητή ανθρωπολογίας David Tracer που μελέτησε το μπουσούλημα σε πληθυσμό της Νέας Γουινέας, τα μωρά εκεί δεν μπουσουλάνε στα τέσσερα, μια που οι μαμάδες τους τα κουβαλούν πάνω τους συνεχώς επί 12 μήνες. Όταν τα αφήνουν τα τοποθετούν στο έδαφος καθιστά και όχι ξαπλωτά. Έτσι τα μωρά αυτά περνούν από το στάδιο του καθιστού μπουσουλήματος πριν περπατήσουν. Αντίστοιχα σύμφωνα με τον καθηγητή Tracer, σε ένα μέσο σπίτι της Δύσης, που το μωρό έχει τον χώρο του, όπου μπορεί να ξαπλώσει και να παίξει, έχει περισσότερες πιθανότητες να μπουσουλήσει.

Να ανησυχήσω αν δεν μπουσουλάει; Αν ένα μωρό όχι μόνο δεν μπουσουλάει, αλλά δεν κάνει και άλλα πράγματα που θα έπρεπε να κάνει για την ηλικία του -π.χ. να στέκεται ή να βάζει βάρος στα πόδια του- τότε ίσως οι γονείς θα έπρεπε να συμβουλευτούν τον παιδίατρό τους. Αλλά κατά τα άλλα οι ειδικοί δε θεωρούν το μπουσούλημα απαραίτητο αναπτυξιακό σταθμό

Τελικά πόσο σημαντικό είναι το μπουσούλημα για την ανάπτυξη του μωρού μου; Οι αναπτυξιολόγοι επισημαίνουν πληθώρα πλεονεκτημάτων, στο μπουσούλημα, συμπεριλαμβανομένης της αισθητηριακής ολοκλήρωσης των παιδιών. Επιπλέον, υπάρχουν γνωστικά οφέλη που δεν μπορούν να αγνοηθούν. Όταν τα μωρά μπουσουλάνε έχουν την ευκαιρία να εξερευνήσουν το περιβάλλον στο οποίο κινούνται και να διαχειριστούν τα αντικείμενα μέσα σε αυτό. **Αυτό το είδος της ελεγχόμενης ανακάλυψης είναι η ουσία της ανάπτυξης του εγκεφάλου.** Σύμφωνα με παλαιότερες έρευνες, τα μωρά που έχουν μεγαλύτερη εμπειρία στο μπουσούλημα είναι πιο ικανά να συλλέξουν πληροφορίες από τα αντικείμενα γύρω τους και επομένως, είναι πιο προχωρημένα σε μεγαλύτερη ηλικία από την άποψη της γνωστικής ανάπτυξης. Τα μωρά εκείνη τη στιγμή χρησιμοποιούν όλες τις αισθήσεις τους -η αφή είναι ιδιαίτερα σημαντική- προκειμένου να λάβουν όλες τις απαραίτητες πληροφορίες που θα τα βοηθήσουν

να ερμηνεύσουν οποιαδήποτε αφηρημένη έννοια. Για παράδειγμα, τα μωρά που έχουν εμπειρία στο χειρισμό τρισδιάστατων αντικειμένων θα είναι πιο πιθανό να γνωρίζουν αργότερα στη ζωή τους ότι ορισμένα αντικείμενα έχουν τρεις διαστάσεις. Έτσι, με τις κινήσεις των ματιών τους θα συνεχίσουν να αναζητούν τις κρυφές διαστάσεις, τις οποίες άλλα μωρά δεν θα είναι σε θέση να αναγνωρίσουν.

Συμπέρασμα; Δεν χρειάζεται να πιέζετε το μωρό σας να περπατήσει, ενώ εκείνο προτιμά να συνεχίσει να μπουσουλάει. Τα μωρά περπατούν όταν είναι έτοιμα. Άλλα πιο νωρίς, άλλα πιο αργά. Αυτό που έχει σημασία είναι να αφήσετε το μωρό να εξερευνήσει, εξασφαλίζοντας ότι τα αντικείμενα γύρω του είναι ασφαλή.



Τι να προσέξω όταν αρχίσει το μπουσούλημα; Αν το μωρό σας δεν είναι έτοιμο δεν υπάρχει τίποτα που μπορείτε να κάνετε ώστε να το πείσετε να μπουσουλήσει. Εκείνο, όμως, που μπορείτε να κάνετε είναι να του δώσετε από νωρίς τον τρόπο να προετοιμαστεί. Ήδη από τον 3ο μήνα, δώστε του αρκετό χρόνο με την κοιλιά στο πάτωμα, ώστε να δυναμώσει τους μύες της πλάτης και του λαιμού του και προσφέρετέ του κίνητρα, ώστε να θέλει να μετακινηθεί! Εάν όλα τα παιχνίδια βρίσκονται σε απόσταση που μπορεί εύκολα να τα πιάσει γιατί να θελήσει να μεταφερθεί;

Οδηγίες S.O.S για ασφαλές μπουσούλημα

Μόλις το μικρούλι σας αρχίσει το μπουσούλημα και την εξερεύνηση, έχει έρθει η ώρα να ασφαλίσετε το σπίτι. Πολλοί γονείς υποτιμούν την ταχύτητα και την δύναμη των μωρών, με αποτέλεσμα να έχουν κατά το παρελθόν συμβεί ατυχήματα με τη μαμά και τον μπαμπά μόλις λίγα μέτρα μακριά.

Κατεβείτε στο ύψος του μωρού και ανακαλύψτε τους πιθανούς κινδύνους.

Βάλτε πόρτες ασφαλείας στις σκάλες, μεγάλα Χ από ταινίες στα παράθυρα, ταπώστε τις πρίζες, μαζέψτε από το πάτωμα οτιδήποτε μπορεί να καταπιεί το καμάρι σας κτλ.

Ακόμα, επειδή τα μωρά που μπουσουλάνε συνήθως κοιτούν τον «στόχο» τους και όχι τα εμπόδια που υπάρχουν ανάμεσα, προσφέρετε στο μωρό σας άπλετο χώρο!

Με τη συνεργασία της Λορέτας Θωμαΐδου, Καθηγήτρια Αναπτυξιακής Παιδιατρικής

Πηγές: imommy.gr- offsite.com.cy