



# Personalidades y Regularidad

Cuidar a niños con personalidades completamente diferentes puede ser verdaderamente difícil. La *regularidad* es una de las características que define la personalidad. Los niños con una rutina diaria *regular* y predecible, suelen comer, dormir y evacuar los intestinos aproximadamente a la misma hora del día. Si los niños son extremadamente regulares, prácticamente se puede predecir su horario.

Es más difícil predecir cuando un niño *irregular* querrá comer, dormir o evacuar los intestinos. El horario biológico del niño puede ser diferente cada día. Se le puede ayudar a regularse manteniendo una rutina consistente entre el centro de cuidados infantiles y el hogar (incluso durante los fines de semana), pero no se puede esperar que el niño sea tan predecible como el niño más regular.

## Cómo cuidar a niños regulares e irregulares

Tanto las personalidades regulares como las irregulares tienen sus propios problemas, pero se hacen especialmente difíciles cuando el niño irregular tiene un padre o proveedor de cuidados infantiles regular o viceversa. Es muy frustrante para los proveedores de cuidados infantiles o los padres regulares intentar predecir las necesidades de un niño irregular en lo que se refiere a comidas, siestas o evacuaciones intestinales.

Con los niños regulares es fácil planear las salidas, un calendario de comidas y los cambios de pañales porque sus costumbres son predecibles. Sin embargo, los niños muy regulares también se pueden descontrolar seriamente, aunque sólo sea durante

poco tiempo, con cambios como puede ser el cambio al horario de verano. Su desorientación muestra los mismos síntomas que cuando se cruzan varios husos horarios (jet lag).

Aunque menos predecibles, los niños irregulares no se trastornan tanto por un cambio de rutina y se adaptan bien a los cambios. Un niño tiene una personalidad *muy irregular* si consistentemente se niega a comer durante la hora del almuerzo, si nunca sigue el mismo horario para dormir o si evacua los intestinos tres veces hoy y ninguna al día siguiente. Pregunte a los padres cuáles son las rutinas del niño en el hogar y si hay alguna forma de fomentar más consistencia cuando esté en el centro de cuidados infantiles. Algunos padres no se dan cuenta de que el cuerpo de su hijo no está tan regulado como el de otros niños o el de sus hermanos y piensan que la irregularidad no es más que una señal de manipulación o rebeldía.

## Trabajando con los padres

Algunas veces los niños que son irregulares en el hogar, son regulares en el centro debido a la consistencia del horario. Esta es una buena oportunidad para que los proveedores de cuidados infantiles compartan su conocimiento con los padres y para que trabajen juntos con el fin de poder satisfacer las necesidades del niño. Cuando comparta información con padres que estén frustrados por la irregularidad del niño, hágalo con delicadeza para que no sientan que sus cualidades paternas y maternas son deficientes.

por Susan Jensen, RN, MSN, PNP (rev. 03/03)