En la práctica clínica los psicólogos vemos muy frecuentemente los trastornos que generó el dormir con los padres y las dificultades que tienen que enfrentar como adultos inseguros, enojados y en ocasiones con prácticas perversas.

**Cuidemos a los hijos permitiendo que tengan su propio espacio para dormir y descansar, a pesar de que la vivienda sea reducida. Siempre se puede ser creativo para solucionar la situación del colecho.**

**Acércate a nosotros!**

Si tienes problemas:
- Con tu pareja
- Con tus padres, hermanos, algún familiar o amigo
- Con el alcohol o las drogas

Comunícate a:

"Somos tu Familia"

Un programa de Cenyeliztli, A. C.
Unidos por la Familia
Tel. 5536 1676

Para descargar nuestros números anteriores ó para mayor información:
www.somostufamilia.com


**Claudia Amador Escudero**

- Psicóloga
- Postulante al doctorado en Psicoanálisis
- Psicoterapeuta del Centro de Apoyo Familiar
- Coordinadora del Área Técnica del programa "Somos tu Familia"


**Nos puedes consultar por correo:**

consulta@cenyeliztli.org

@Cenyeliztliac

Cenyeliztli A.C.

SOMOS TU FAMILIA
ES UN PROGRAMA DE CENYELIZTLI


Arquidiócesis Primada de México

Comisión Arquidiocesana de Pastoral Familiar


# ¿Durmiendo en la misma cama?


## Claudia Amador Escudero

Colaboración para Cenyeliztli, A.C.


**¿A qué nos referimos cuando hablamos de "dormir en la misma cama"?**

Al colecho, la costumbre de que los hijos duerman con los padres. Este es un hábito común en todos los medios sociales y en muchas culturas. Hay quienes consideran que es una práctica positiva e intrascendente, y hay quienes consideran que no; pero como en todo, hay que encontrar un justo medio.

Publicación gratuita

Año 7 Colección "De Familia a Familia"

1

Los niños pequeños mientras son amamantados pueden compartir la habitación con los padres, incluso hay cunas especiales que facilitan esta práctica; pero una vez que termina la lactancia materna, por lo general en los primeros meses de vida, lo recomendable es que el bebé tenga su cuna y su propio espacio.

**¿Pero qué pasa cuando los niños comparten la cama con los padres por periodos mucho más allá de la etapa de lactancia?**

Generalmente hay justificaciones por parte de los padres, principalmente de la madre, de que no quiere que llore, que hace frio, que el niño tiene miedo, que ha estado enfermo y la mamá está pendiente de su salud. En realidad todos estos son pretextos más que razones válidas para mantener a un hijo en la cama de los padres. Ésta práctica puede tener graves consecuencias en el desarrollo emocional del niño al no darle su propio espacio, compartiendo una intimidad con los padres que no es capaz de codificar y comprender correctamente.

Los niños que duermen con los padres suelen tener problemas en su proceso de separación e individuación, lo cual traducido a conductas observables se manifiesta con angustia ante la separación de la madre; suelen mostrarse inseguros, tienden a ser dependientes y tiranos con los padres. Estos niños tienen dificultad para entender los límites y suelen ser intrusivos con los padres y después con su entorno en general. Tienden a manifestar conductas agresivas, demandantes y con poca tolerancia ante la demora y la frustración.

Para su adecuado desarrollo, los niños requieren poder diferenciarse de los padres, y tener su propio espacio que les permita construir una personalidad saludable. Para los padres será más difícil disciplinar a los niños que comparten la cama con ellos.

Por otro lado, los padres ven interrumpida su intimidad y su vida conyugal (sexual), que a la larga puede tener consecuencias negativas para la relación de pareja. Algunos padres o madres manipulan la relación íntima con la pareja so pretexto de que el niño está ahí. Otros más, consideran que pueden tener intimidad y que “no pasa nada”, “el niño está dormido”, “no se da cuenta”.

Nada más incierto que eso: el niño aún medio dormido percibe que algo pasa con los padres y si a esto le agregamos que despierta o medio entre sueños presencia la escena de los padres teniendo intimidad, la situación para el niño es muy violenta porque los pequeños perciben las relaciones sexuales como un acto de agresión y no un acto de amor. El niño verá distorsionada la relación de los padres y el concepto de sexualidad será para él un acto de violencia sádica. Generalmente los padres evitamos que nuestros niños vean escenas eróticas, pero se las mostramos nosotros en vivo y a todo color cuando permitimos que éstos duerman con nosotros.

Algunas madres meten a los hijos a su cama cuando papá se ausenta por trabajo o por cualquier razón, exponiendo al hijo a sentir que está usurpando el lugar del padre, situación que lo llena de sentimientos de culpa y de enojo, que no sabe cómo manejar e identificar.

Aun cuando los niños no duerman con los padres y no estén expuestos a presenciar el acto sexual, saben que algo sucede entre los padres. Tienen curiosidad y sentimientos de rivalidad frente a estas ideas. Esto es natural, y como parte del desarrollo psicológico tendrán que asimilar que los padres son pareja, y no son “suyos”, como pertenencia; que habrá que parecerse a ellos para tener en la vida adulta una pareja como ellos la tienen. **Saber que los padres se quieren es para los hijos una garantía de certeza y esperanza.**

En otros casos, son las madres las que tienen problema para separarse y les cuesta trabajo desprenderse de los hijos. No les permiten crecer con la excusa de “me gusta abrazarlo en la noche”, “huele rico”, “no puedo dormir si no está a mi lado y lo cuido de cerca”, sin darse cuenta de que están frenando la adquisición de autonomía de su hijo y distorsionando el desarrollo emocional del mismo.