

Dos o tres de golpe

“La felicito, señora, son tres”... Los embarazos múltiples plantean un gran desafío a la familia. La organización y la paciencia se llevan al límite, y dejan lugar a un disfrute inesperado.



El camino de la crianza de los mellizos, trillizos (o más) es muy intenso en emociones y actividades, especialmente durante todo el primer año de vida. Se duerme poco, la casa es un caos, los números no cierran y uno se olvida de su vida personal, pero la experiencia es tan linda, como aseguran los que la vivieron, que en la memoria quedan sólo los buenos momentos. Los contratiempos se convierten en anécdotas teñidas más con humor que con pesar.

La noticia

Quienes han tenido mellizos o trillizos coinciden en que se trata de una experiencia única, en la que se mezclan la sorpresa, los miedos, la alegría y la incertidumbre. Es, en fin, un verdadero desafío.

“El día en que nos enteramos de que eran tres, lo recuerdo bien, caminábamos cuadradas y cuadradas con mi esposa tratando de organizar lo que se venía. Nuestra vida comenzaba a cambiar”.

Durante el embarazo, entre cuidados, controles y mimos, hay que ir preparándose para lo que será una verdadera modificación de la vida de los padres y los hermanos (si los tuvieran); algunas veces, su llegada impone una mudanza, cambios en los hábitos sociales, replanteos en el trabajo de la madre y un nuevo rumbo en los proyectos personales y familiares.

Una revolución en la casa

Suele suceder que los bebés de embarazos múltiples nacen prematuros y con bajo peso, y por ello necesitan permanecer internados con cuidados especiales. Una vez en casa, comienza la revolución: maderas por todos lados, chupetes, pañales, cunas... es necesario organizar

Mellizos y trillizos, los datos:

- Es frecuente que tengan personalidades complementarias: uno más activo y otro reflexivo, uno tímido y otro más sociable, que habla por los dos, un líder y otro que lo sigue.
- Entre ellos, suelen tener una comunicación especial, un lenguaje propio que los lleva a entenderse sin palabras.
- Los gemelos tardan más que los otros niños en reconocer su imagen en el espejo.
- Suelen confundirse al utilizar los pronombres “vos” y “yo”.
- Siempre quieren lo mismo... pero cada uno a su manera.

el espacio físico, el orden de cada elemento útil y, sobre todo, los tiempos.

Además, la mamá está más expuesta a sufrir una depresión posparto por las mayores exigencias del embarazo y la constante demanda de atención de los bebés, por eso es recomendable tomarse las cosas con calma, organizar las compras, anticiparse a las necesidades, todo con una fuerte presencia del marido.

Hasta para hacerles mimos necesitás más tiempo, pero las alegrías que te dan los mellizos compensan cada contratiempo.

Para evitar problemas, es conveniente ir anotando cuándo ha comido cada bebé, cómo y cuánto durmió, los baños y hasta las mudas de pañales. Con el paso de los meses, todo se acomoda, cada bebé va estableciendo su ritmo, se tienen uno a otro, se acompañan y se disfruta el doble o el triple cada logro, cada aprendizaje. También se multiplican los juegos, las risas y los mimos.

Pedir ayuda

Al principio, todo parece una locura, cuando no hay que darle la maderita a uno hay que cambiarle los pañales a otro o llora el tercero. En ningún momento están todos dormidos, con lo cual siem-

pre tiene que haber alguien dispuesto para atenderlos. Es la hora de pedir ayuda: abuelas, abuelos, tías, amigas... todos pueden dar una mano con los cuidados de estas personitas que llegaron juntas, a las que hay que atender y entender. 🧠

Ma. Inés C. de Bayá Casal

Docente

Fuente: Javier Arconada

Agradecemos a Ani y Luis Hernández, padres de Ma. Del Pilar, Ma. Luján y Martín.



Para pensar...

► Uno de los mayores desafíos que encuentran los “padres múltiples” consiste en favorecer que sus hijos desarrollen personalidades distintas, singulares e independientes.

... y actuar



► Para intentar que cada uno encuentre su identidad, su forma de ser, es bueno que tengan algunos juguetes propios, peinarlos o vestirlos de manera diferente y procurar, unos momentos cada día, estar por separado con cada uno de ellos.