

## Los bebés se relajan más en brazos de su madre o su padre que con desconocidos

Para los bebés de cuatro a doce meses no hay mejores abrazos que los sus progenitores, según los datos de su ritmo cardiaco medidos por investigadores japoneses. Sin embargo, si ya están llorando, parece que el abrazo no tiene ningún efecto calmante.

María Marín

7/4/2020 17:00 CEST



Los bebés de más de cuatro meses diferencian el abrazo de sus progenitores que los de un desconocido. / Unsplash

Un equipo de investigadores de diversas universidades japonesas se preguntó si los **abrazos maternos y paternos** tenían un efecto relajante en los hijos. Para comprobarlo, midieron cómo variaba el **ritmo cardiaco** de bebés menores de un año.

Los resultados del estudio, publicados en la revista *iScience*, muestran que los bebés de más de cuatro meses se relajan más cuando sienten el abrazo de su madre o su padre que cuando los abraza una **persona desconocida**.

---

“Los bebés se acostumbran a la forma en que sus madres los abrazan, y se sienten incómodos con la forma

en la que lo hace una persona extraña”, confirman los investigadores

“Supongo que cada uno tiene su propia manera de abrazar, debido a la fuerza y longitud de los brazos, el peso del bebé, etc. Los bebés se acostumbran a la forma en que sus madres los abrazan, y se sienten incómodos con la forma en la que lo hace una persona extraña. En ambos casos, los mayores de cuatro meses mostraron respuestas de ritmo cardíaco distintas”, cuentan a **SINC Sachine Yoshida e Hiromasa Funato**, investigadores de la [Universidad de Toho](#) en Tokio (Japón).

Asimismo, el equipo descubrió que a los bebés de entre cuatro y doce meses les relaja más sentir un **abrazo que sentirse simplemente sujetos**. Querían saber si los abrazos eran realmente relajantes o si cualquier aumento de presión en el niño o la niña, como por ejemplo, sujetarlo mientras se hace la compra, podía ser tranquilizador.

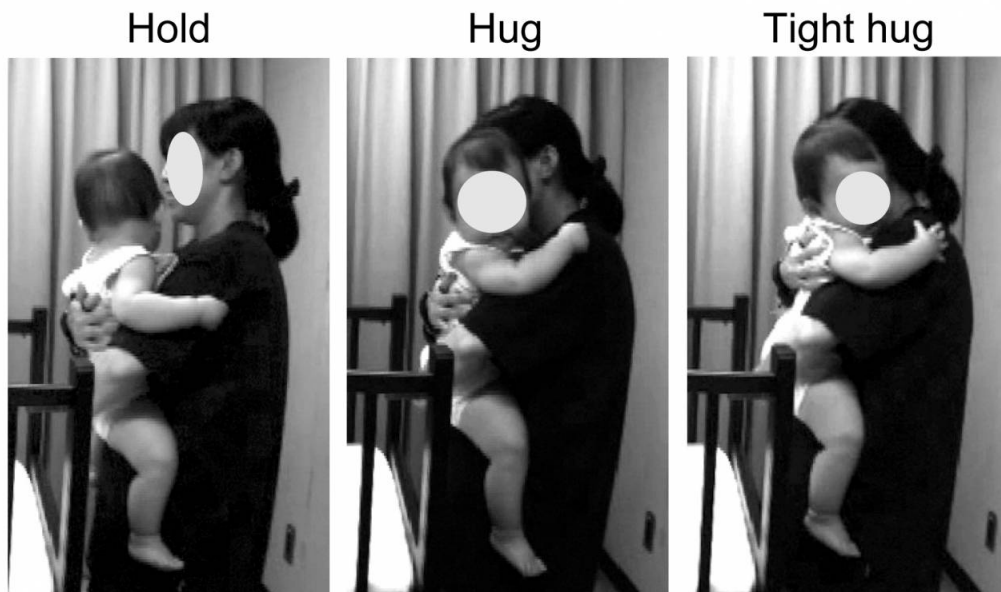
“No hay diferencia entre sostener y abrazar en términos de información visual, olfativa y auditiva. La gran diferencia entre sujetarlos y abrazarlos está en la presión y la posición. Diríamos que al bebé le gusta que lo abracen y le encanta la forma en que se le abraza”, explican los autores.

---

Los efectos calmantes de un abrazo solo se observaban en los bebés que no estaban llorando

Por último, los investigadores esperaban que un abrazo produjera cambios obvios en el **comportamiento** de un bebé, consiguiendo que pasara de estar **irritado** o llorando a estar de buen humor. Sin embargo, les sorprendió que los efectos calmantes de un abrazo solo se observaban en los bebés que no estaban llorando, es decir, en los que estaban ya relajados.

“Nuestros estudios preliminares mostraron que los que estaban llorando no pararon de hacerlo ni siquiera después de un abrazo materno y no mostraron ningún cambio en la respuesta del ritmo cardíaco”, dicen los investigadores.



Diferencias entre sujetar al bebé (izquierda), abrazarlo (centro) y abrazarlo fuerte (derecha). / Yoshida et al.

## Cambios en el ritmo cardiaco

“Así como a la mayoría de los padres y madres nos encanta abrazar a nuestros hijos, también sabemos que a los niños les encanta ser abrazados por sus padres y madres”, dice la primera autora del trabajo, **Sachine Yoshida**.

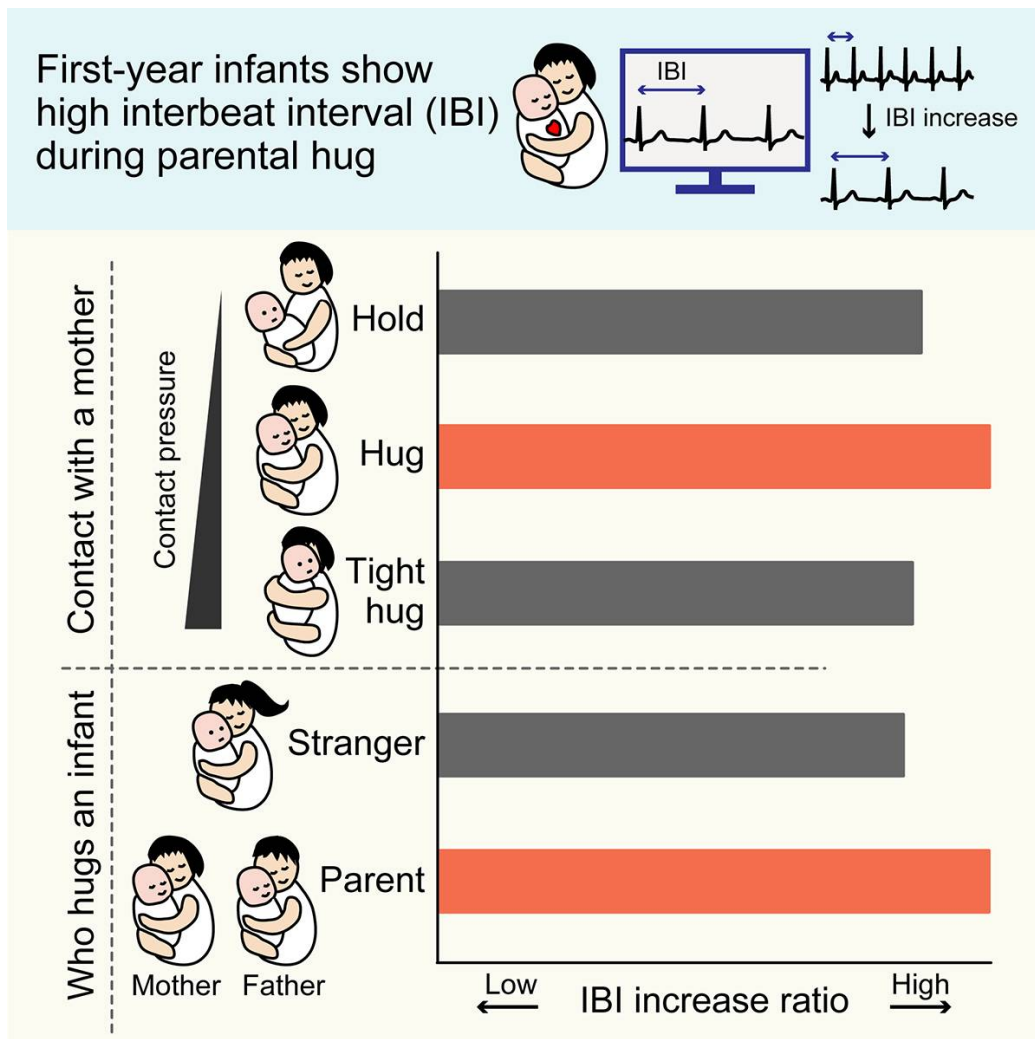
---

Durante los abrazos, los bebés disminuyeron la frecuencia cardíaca, lo que indica una mayor relajación

Los investigadores confirman que tanto los padres y las madres como los bebés mostraron durante el abrazo un aumento en la **variabilidad de frecuencia cardíaca** (VFC) en un electrocardiograma. Este intervalo es el tiempo entre cada latido del corazón. El aumento de tiempo entre ellos indica una **disminución de la frecuencia cardíaca** y, por tanto más relajación.

"Creemos que el cambio de ritmo cardiaco específico de un abrazo refleja la sensación de relajación del bebé. Los bebés de más de cuatro meses mostraron un aumento mayor de los intervalos de latidos del corazón cuando eran abrazados por sus progenitores que cuando lo hacían

desconocidos”, dice Yoshida. “Los **padres y madres también** incrementaron la proporción de intervalos de latidos del corazón al abrazar a sus bebés. Encontramos que tanto los bebés como los padres se relajan al abrazarse”, corrobora la científica.



Los bebés se relajan más cuando el abrazo cuando le abrazan sus padres. / Yoshida et al.

### Los recién nacidos

Los autores informan de que los bebés de **menos de cuatro meses** no presentaban la misma disminución de la frecuencia cardiaca durante un abrazo, pero sí mostraron un ritmo cardiaco más lento cuando su madre le presionaba la espalda con la mano mientras los abrazaban, lo que sugiere que no distinguían, como sucede con los bebés más grandes, entre ser sujetados y ser abrazados.

---

Los investigadores informan de que los bebés de menos de cuatro meses no presentaban la misma disminución de la frecuencia cardiaca

“Es posible que los bebés más pequeños puedan hacer la distinción pero no puedan mostrar la respuesta del ritmo cardiaco porque su sistema nervioso es todavía inmaduro”, manifiestan Yoshida y Funato.

Esto no significa que a un bebé de menos de cuatro meses no le guste el abrazo paternal o maternal. Simplemente no saben todavía la respuesta. “Ni siquiera si pueden distinguir entre ser abrazados y ser sujetados, porque su sistema nervioso no es lo suficientemente maduro para decirnos cómo se sienten”, aclaran los expertos.

Según los investigadores, este estudio ofrece algunas de las primeras evidencias de que los abrazos desempeñan un papel importante en la **vinculación temprana** entre padres e hijos.

**Referencia:**

Yoshida, S. et al. “[Infants Show Physiological Responses Specific to Parental Hugs](#)”. *iScience*. 7 de abril de 2020

Derechos: **Creative Commons**.

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)

