

Una serie de resúmenes breves sobre descubrimientos esenciales de publicaciones y presentaciones científicas recientes del Centro de Desarrollo Infantil de la Universidad de Harvard.

La versión en castellano del documento se ha realizado con el apoyo del Banco Interamericano de Desarrollo.

**Una sociedad vital y productiva con un futuro próspero y sustentable se construye sobre los cimientos de un desarrollo infantil saludable.** Las experiencias tempranas positivas proporcionan los cimientos para una arquitectura cerebral sólida y para una amplia gama de destrezas y capacidades de aprendizaje. La salud en los primeros años —comenzando con el bienestar de la futura madre antes de que se embarace— fortalece los sistemas biológicos en desarrollo que permiten a los niños crecer sanos para ser adultos saludables. La ciencia del desarrollo infantil nos permite ver el desarrollo saludable como una cadena causal —las políticas y programas públicos y privados afectan la capacidad de cuidadores y comunidades para fortalecer tres cimientos del desarrollo saludable: relaciones estables y receptivas; entornos seguros de apoyo; y nutrición adecuada. Estos cimientos, a su vez, gatillan adaptaciones o perturbaciones fisiológicas que influyen a lo largo de la vida en la salud, el aprendizaje y el comportamiento. Entender cómo cada eslabón de esta cadena afecta a los otros puede proveer un marco científico para la adopción de políticas, sistemas y prácticas que apoyan el desarrollo saludable de todos los niños pequeños y sus familias.

**1 La biología de la salud** explica cómo las experiencias y las influencias del entorno “se meten bajo la piel” e interactúan con predisposiciones genéticas que luego resultan en adaptaciones o perturbaciones fisiológicas que afectan en el transcurso de la vida los resultados en el aprendizaje, la conducta y el bienestar tanto físico como mental. Los avances en las neurociencias, la biología molecular y la genómica han coincidido en tres conclusiones convincentes:

- Las experiencias tempranas están incorporadas a nuestros cuerpos y crean “memorias” biológicas que modelan el desarrollo, para bien o para mal.
- El estrés tóxico causado por una adversidad significativa puede producir perturbaciones fisiológicas que

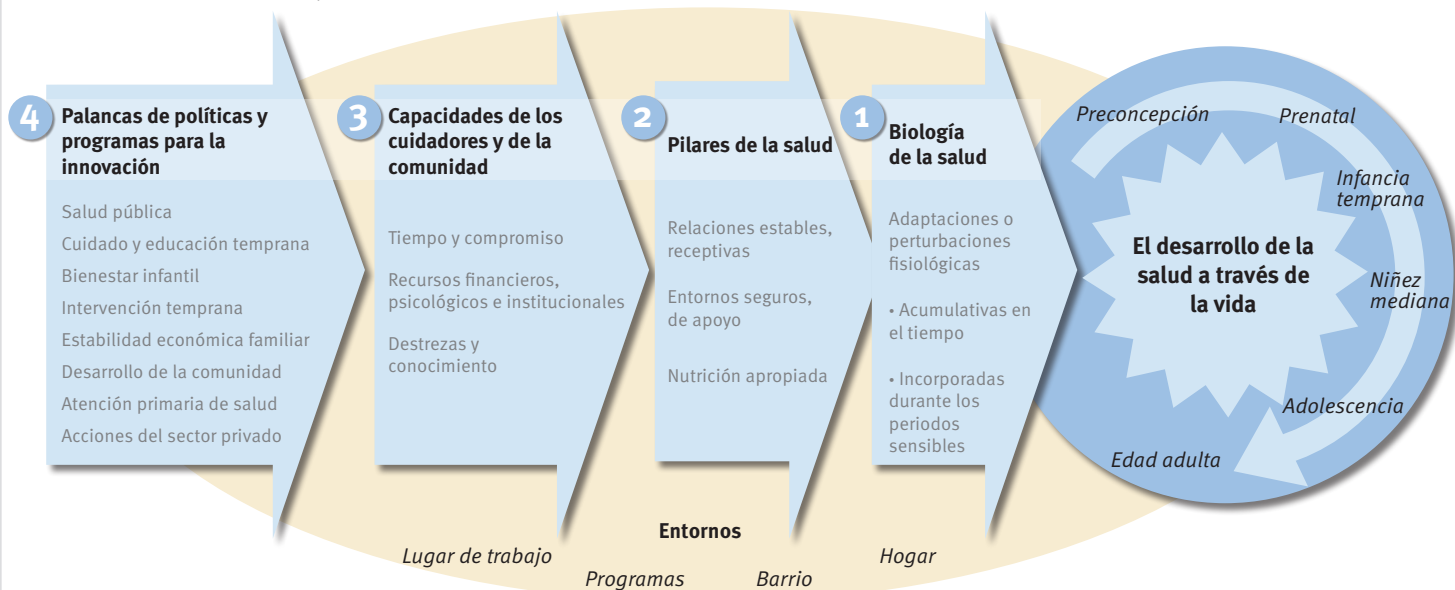
debilitan el desarrollo de los sistemas del cuerpo que responden al estrés y socavan la arquitectura del cerebro en desarrollo, el sistema cardiovascular, el sistema inmunológico y los controles de regulación metabólica.

- Estas perturbaciones fisiológicas pueden persistir y conducir a trastornos en la salud tanto física como mental a lo largo de la vida.

**2 Los cimientos de la salud** crean un contexto en el cual se alimentan las raíces del bienestar físico y mental. Estos incluyen:

- *Un entorno estable y receptivo de relaciones*, que proporciona a los niños pequeños interacciones consistentes, enriquecedoras y protectoras con los adultos. Estas fortalecen su aprendizaje y les ayudan a desarrollar

**Un marco para reconceptualizar las políticas y los programas de infancia temprana orientados a fortalecer la salud en el transcurso de la vida**



capacidades de adaptación que promueven sistemas bien regulados de respuesta al estrés;

- *Entornos físicos, químicos y contruidos que sean seguros y de apoyo*, y que proporcionen a los niños lugares libres de toxinas y de temor, que permitan una exploración activa y segura, y que ofrezcan a las familias oportunidades de ejercitarse y de entablar conexiones; y,
- *Una nutrición sana y adecuada*, que incluya una ingesta y hábitos alimentarios saludables, comenzando por el estado nutricional de la futura madre antes de la concepción.

**3** Las capacidades de los cuidadores y de la comunidad para promover la salud y prevenir las enfermedades y discapacidades remiten a la habilidad que tienen los miembros de la familia, el personal de los programas de desarrollo infantil, los barrios, las asociaciones de voluntarios y los lugares de trabajo de los padres para apoyar y fortalecer los cimientos de la salud infantil. Estas capacidades pueden ser agrupadas en tres categorías:

- Tiempo y compromiso, lo que incluye la naturaleza y la calidad del tiempo que los cuidadores pasan con los niños y del suyo propio, y también cómo las comunidades asignan y aceptan la responsabilidad de supervisar la salud infantil y los resultados del desarrollo, y de aprobar y hacer cumplir las leyes y regulaciones que afectan al bienestar de los niños;
- Los recursos financieros, psicológicos e institucionales, que incluyen la habilidad de los cuidadores para comprar bienes y servicios, su salud física y mental y sus destrezas para criar niños, así como la disponibilidad de servicios comunitarios y de organizaciones que promueven el desarrollo saludable de los niños, y de estructuras

de apoyo, como parques, instalaciones para el cuidado infantil, escuelas, y programas de actividades extracurriculares; y,

- Destrezas y conocimientos, lo que incluye la educación y entrenamiento de los cuidadores, interacciones con profesionales en temas de infancia, experiencias personales, además de capacidades políticas y organizacionales de las comunidades para construir sistemas que funcionen para los niños y las familias.

**4** Las políticas y programas del sector público y privado pueden fortalecer los cimientos de la salud mejorando las capacidades de los cuidadores y de las comunidades en los diferentes entornos en los que se desarrollan los niños. Las políticas relevantes incluyen acciones legislativas y administrativas que inciden en la salud pública, el cuidado de los niños y la educación temprana, el bienestar infantil, las intervenciones tempranas, la estabilidad económica de las familias, el desarrollo de la comunidad, la vivienda, la protección del ambiente y la atención primaria en salud. En síntesis, casi toda política que concierne a la vida de los niños y de las familias puede ser vista como una oportunidad de mejorar de por vida los resultados en salud de nuestras comunidades y nuestros estados. El sector privado también puede cumplir una función importante en el fortalecimiento de las capacidades de las familias para criar hijos saludables y competentes, particularmente a través de políticas de apoyo en los lugares de trabajo.

Para mayor información, véanse “La Ciencia del Desarrollo Infantil Temprano” y la serie de Documentos de Trabajo del Consejo Científico Nacional de Desarrollo Infantil. [www.developingchild.harvard.edu/library/](http://www.developingchild.harvard.edu/library/)

## IMPLICACIONES DE POLÍTICA

- Las actuales políticas de promoción de la salud y de prevención de las enfermedades dirigidas a los adultos serían más efectivas si las inversiones basadas en evidencias se diseñaran también para fortalecer los pilares de la salud en los periodos prenatal y de infancia temprana. Por ejemplo, las medidas para reducir la obesidad tendientes a cambiar los comportamientos de los adultos y de los adolescentes serían más exitosas si se coordinaran con programas que apoyen una nutrición apropiada y un mejor acceso a alimentos nutritivos para las madres embarazadas, los niños pequeños y los bebés.
- Es posible lograr reducciones significativas de las enfermedades crónicas a lo largo de la vida disminuyendo el número y la severidad de las experiencias adversas que amenazan el bienestar de los niños pequeños, y fortaleciendo las relaciones de protección que ayudan a mitigar los efectos nocivos del estrés tóxico.
- La promoción efectiva de la salud y la prevención de las enfermedades dependen de mucho más que del acceso a una atención médica de alta calidad. Una amplia gama de servicios podrían mejorar significativamente los resultados aplicando en todos los sectores una comprensión científica unificada acerca de los orígenes que tienen en la infancia temprana la salud, el aprendizaje y el comportamiento. En otras palabras, las agencias de bienestar infantil podrían ayudar a prevenir las discapacidades en la salud física y mental de los adultos, y no limitarse a proveer protección infantil inmediata. La zonificación y la aplicación de políticas de desarrollo del suelo podrían facilitar una mejor salud para la población (y reducir los costos de la atención en salud), y no solo generar lucro comercial. Los programas de cuidado y educación temprana de alta calidad que protegen a los niños pequeños del estrés excesivo podrían promover la salud y evitar las enfermedades, y no solo preparar a los niños para ser exitosos en la escuela.

Los autores reconocen con gratitud las contribuciones del Centro de Mejores Prácticas de la National Governors Association y de la National Conference of State Legislatures.



Center on the Developing Child  
HARVARD UNIVERSITY

[www.developingchild.harvard.edu](http://www.developingchild.harvard.edu)

### TAMBIÉN EN ESTA SERIE:

EN BREVE: La ciencia del desarrollo infantil temprano

EN BREVE: La función ejecutiva: habilidades para la vida y el aprendizaje

EN BREVE: La ciencia de la negligencia

EN BREVE: El impacto de la adversidad durante la infancia sobre el desarrollo de los niños

EN BREVE: La eficacia de los programas para la infancia temprana

EN BREVE: La salud mental en la infancia temprana