

EL CASO DE CAROLINA



(Extraído de Silvia Álava:
Queremos hijos felices. JdeJ Editores, Madrid, 2014)

CASOS DE NIÑOS DE 0 A 6 AÑOS

Carolina es una niña de dos años y medio que no come nada sólido, sólo se alimenta a base de purés, y en cuanto percibe un pequeño tropezón lo escupe, o si su madre le pone en el puré unos granitos de arroz o unas lentejas también las saca de la boca. Esto lo hace tanto en casa como en la escuela infantil.

Sus padres están muy preocupados por este problema, y como el año que viene empieza el cole, quieren solventarlo antes de que llegue ese momento.

Carolina tiene un hermano pequeño, Diego, que, con un año y medio, come mucho mejor que ella y no tiene ningún problema con los sólidos.

Tras analizar los registros de conducta que realizaron los padres, observamos que Carolina estaba muy cómoda en esa situación: su arma era llorar para evitar hacer cualquier cosa que no quisiera, y, pese a su corta edad, se había dado cuenta que con la comida podía conseguir mucha atención, porque a sus padres les preocupaba especialmente.

En este caso, lo primero que hicimos fue poner unas normas básicas ajustadas a la edad de Carolina, que se podrían resumir en “cuando lloras yo no te entiendo, dímelo sin llorar”.

A través de los registros de conducta que hicieron los padres sobre las situaciones conflictivas de la niña, en los que escribían quienes estaban, en que lugar, que hacía y decía Carolina, y lo que ellos o Diego contestaban o hacían, comprobamos como gracias a no comer, la niña recibía una gran atención por parte de sus padres, quienes eran capaces casi de hacer el pino puente para que ella comiera. En cambio, su hermano Diego, que comía casi solo pese a ser un año menor, no recibía apenas atención.

Una vez que controlamos la variable atención, y entrenamos a los padres en cómo utilizar el refuerzo –“Te haré caso cuando no llores o cuando comas”– y la extinción –“Cuando llores o no comas yo no te haré caso”–, fuimos introduciendo poco a poco los alimentos sólidos. En pocas sesiones, y aplicando de forma consciente y planificada el refuerzo y la extinción, conseguimos que la niña comiera con absoluta normalidad.