



## Celos en los niños... casi normales



Podríamos decir que los celos entre hermanos son tan normales que casi deberíamos preocuparnos si no se producen. Pero conviene limitarlos a la mínima expresión para evitar sufrimientos innecesarios.

### ¿Cuáles son las causas?

Fundamentalmente, se trata de la imaginaria y sentida pérdida de afecto, en especial de la estima de la madre. Y suele deberse a la llegada de un hermanito y a la aparente predilección de la madre por él. Son más frecuentes en los primogénitos, cuando hay mucha diferencia de edad entre los hermanos, en niños sobreprotegidos y en hogares con intensa rivalidad entre los parientes adultos.

Algunas circunstancias los favorecen: pocas oportunidades de iniciativa, dependencia, comparaciones con otros niños, cambios bruscos en la actitud de la madre ante el nacimiento de un pequeño o poca preparación para este hecho.

### ¿Cuáles son las manifestaciones?

- **De hostilidad y agresividad hacia el hermano**, con golpes, mordiscos, pellizcos, empujones o cualquier maniobra para hacerle daño, sobre todo cuando el pequeño no está acompañado. A veces, alternan manifestaciones de protección con otras de agresividad. La hostilidad hacia la madre puede manifestarse en forma de desobediencia sistemática, mal humor o frases agresivas. O puede aparecer una agresividad no consciente, con pérdida de control esfínteres, desgana, tics nerviosos, etc.
- **Cambios de personalidad**. Se manifiestan en forma de excesiva adhesión o vigilancia de la madre, aislamiento, hablar poco, o como conductas de regresión e infantilismo tales como solicitar ayuda para comer o para el aseo personal.

### ¿Cuál debería ser la actitud de los padres?

#### 1.- Antes del nacimiento

Es importante que los padres muestren tranquilidad, casi indiferencia, dando la información necesaria en un clima de calma. Hay que evitar el chantaje emocional. Jamás debe decirse frases como:  no te portas bien vamos a querer más al hermanito cuando venga  Es importante vigilar las actuaciones de terceras personas: amigos, abuelos, tíos...

#### 2.- El nacimiento

No es recomendable llevar al niño fuera de casa los días en torno al nacimiento. De alguna manera es como advertirle de que quien está llegando ya lo echa de casa. Si se necesita ayuda, es mejor que un familiar vaya a la casa.

Es conveniente no dramatizar el parto; no hablar de dolores, operaciones, heridas, sangre... El niño lo viviría como una agresión a su madre.

Y es deseable que, salvo complicaciones, el niño pueda ir al hospital el mismo día del nacimiento para ver al pequeño y a la madre. Sería bueno que fuera el padre quien acompañara al niño en esta visita y que se respetaran unos momentos de intimidad, evitando la presencia de terceras personas.

### 3.- La vuelta a casa

Es recomendable que la vuelta a casa se produzca cuando el niño esté fuera (en la escuela o de paseo) y hay que permitirle ver y tocar al pequeño, para así disminuir la ansiedad y la curiosidad. La madre le animará a que, dentro de sus posibilidades, la ayude, pero sin presionarlo. Debe ser como un juego, no como una obligación, y sin culparle si se equivoca.

### 4.- Los primeros días

Es muy importante no aprovechar estos días para hacer cambios en la vida del niño. No es el momento de que comience a acudir al colegio o a la guardería, ni de cambiarlo de habitación.

Si las visitas traen regalos para el recién nacido, no es bueno hacer obsequios  compensación  al mayor. No deja de ser una manera de premiar los sentimientos de celos: "toma, esto para ti, para que no tengas celos".

Si el niño quiere volver a las costumbres del pequeño (biberón, chupete, etc.), hay que negárselo con firmeza, pero sin darle mayor importancia, sin humillarlo.

Debe evitarse el refuerzo de las actitudes regresivas: no deben reírse las  si estas son una regresión hacia conductas más infantiles.

### ¿Y si, a pesar de todo, se presentan los celos?

De entrada, no hay que prestarle más atención, ya que esto sería demostrarle que gracias a los celos consigue más miramientos y afecto.

Es muy importante marcar las diferencias entre los hermanos y dar a cada uno lo que se merezca o necesite en cada momento. Cada hijo es distinto, en todo; incluso los gemelos. Por lo tanto, hay que diferenciarlos y tratarlos de acuerdo con su manera de ser, para que cada uno pueda descubrir su propia identidad.

In memóriam [Josep Cornellà i Canals](#).

Artículo publicado el 21-7-2014, revisado por última vez el 20-6-2019

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/celos-en-ninoscasi-normales>