**Desarrollo de un lazo afectivo seguro**

Durante el primer año de vida, los bebés se apegan a las personas que los cuidan cotidianamente. Ahora sabemos que la calidad de este apego afecta el correcto desarrollo del hemisferio cerebral derecho. Esto es importante porque el hemisferio derecho es el responsable de procesar la información relacionada con nuestras interacciones sociales y emociones. Más aún, la mayor parte del desarrollo de la parte derecha del cerebro ocurre dentro de los primeros dos a tres años de vida. Así, desde el punto de vista emocional, la tarea más esencial de los primeros tres años de vida es la creación de un apego seguro entre el niñito y su cuidador principal, que suele ser la madre. Este lazo se construye a través de la interacción constante de una comunicación altamente compleja y sofisticada, pero a la vez puramente emocional, entre el cuidador principal y el niño. Los estudios han demostrado que las manifestaciones de crecimiento del hemisferio derecho y el desarrollo que ocurre dentro de los primeros dos a tres años de vida pueden durar toda la vida (Schore, 2002).

Los niños que crecen sintiéndose seguros de su relación primaria tendrán un desarrollo emocional normal. Estarán equipados para manejar constructivamente la mayoría de los traumas que podrían aparecer, ya sea durante la infancia o después. Según las palabras del neuropsicólogo Allan Schore (2002) *«la seguridad que brinda el lazo del apego es la principal defensa contra la psicopatología inducida por traumas»*.

Por otro lado, los niños muy pequeños que son sometidos a una separación perturbadora no cuentan con esta base segura. Y la falta de esta base interfiere con el desarrollo del lado derecho del cerebro. El lector se preguntará si cualquier daño que podría haber ocurrido a esta edad se superará con el paso del tiempo. Desafortunadamente, este suele no ser el caso. Las investigaciones demuestran que los niños que no desarrollaron apegos seguros con su cuidador principal durante los primeros años de vida, en el futuro no son capaces de calmarse a sí mismos, son más propensos a reaccionar exageradamente ante un estímulo que los niños seguros. Los niños inseguros tienen menos control de los impulsos, menos habilidad de tolerar el estrés y la frustración que los individuos que tuvieron una niñez más segura (Toth & Cicchetti, 1998). Además, corren más riesgos de sufrir ansiedad, de ser depresivos, agresivos, violentos, de cometer suicidio y de abusar de sustancias. En mi opinión, uno de los efectos de más importancia social del apego inseguro es el hecho de que esos individuos no tienen la habilidad de sentir empatía. La tan reconocida psiquiatra Alice Miller (1990) ha escrito sobre cómo esta incapacidad puede pasar de generación en generación dentro de las familias.