

## ¿Cómo saber si mi niño tiene celos?

Cualquier cambio por pequeño que sea, incluso los cambios a mejor, producen síntomas en los humanos, los reconozcamos o no. Por lo tanto, el nacimiento de un hermano hace que el sistema familiar se reorganice para acoplar y acoger al “nuevo”. En esta adaptación los hermanos [pueden sentir celos](#).

### ¿Cómo podemos identificarlos?

Evidentes en ciertas situaciones, sutiles, provocativos o irritantes en algunos niños, los celos se manifiestan de maneras diferentes y cada niño los padece de forma individual.

- [Desobediencia](#). Con esta conducta el niño responde a la doble finalidad de fastidiar a los padres y obtener su atención aunque sea a través de la reprimenda.
- Retraimiento e indiferencia. Algunos niños se vuelven más introvertidos tras el nacimiento del hermano. Esta reacción se debe a un descenso de la [autoestima](#) al sentirse apartados.
- El niño puede parecer desinteresado por cuanto le rodea, y mostrarse apático, despistado o aburrido. Como ensimismado en su mundo.
- Búsqueda de atención. Es común que el niño celoso interrumpa constantemente, se muestre muy alborotado o incordie cuando se está atendiendo al pequeño. Las conductas suelen ser más llamativas cuanto más las ignoran los padres. Ante la falta de respuesta, el niño necesitará incrementar la frecuencia e intensidad de su comportamiento. Pero hay que resistir y tener paciencia.
- Llanto y [rabietas](#). El incremento del llanto y de las rabietas es una de las estrategias más eficaces, pues es fácil que los padres pierdan los nervios. El llanto no debe convertirse en la vía de interacción entre padres e hijos. Los adultos deben procurar ignorar el llanto como forma de contacto, potenciando los momentos en los que el niño solicita las cosas correctamente.
- Conductas de fastidio. El niño puede irritar deliberadamente al bebé despertándole de su sueño, quitándole [el chupete](#) o abrumándole con excesiva atención física.
- Alteración del sueño y hábitos alimentarios. La aparición de alteraciones del sueño y hábitos alimentarios ([pesadillas](#), insomnio, terrores nocturnos, inapetencia) es característica como señal del malestar y, en cierto modo, muestra de un estado de tristeza en el niño.
- [Agresividad](#). La agresividad aparece cuando hay baja tolerancia a la frustración, falta de autocontrol e ineficacia en la expresión y [solución del conflicto](#) emocional. Se manifiesta en forma de irritabilidad, insultos, golpes e, incluso, agresión física hacia sí mismo o a personas u objetos de la persona de la que tienen celos.
- Regresión. A veces, para reconquistar el afecto y la atención perdidos, los niños hacen regresiones de hitos ya alcanzados y vuelven a un habla infantil, a usar chupete, desean dormir en la cuna o no se despegan de los

padres. Creen que si al bebé se le hace caso, debe de ser por ser pequeño. Merece mención especial, por el estrés que genera, la pérdida de [control de esfínteres](#) (volver a hacerse pis y caca encima).

- Obediencia y colaboración. Hay niños con celos que cuidan a su hermano y se interesan por su bienestar. Algunos autores piensan que se debe a la necesidad de compensar el sentimiento de culpa que le provocan los celos. Sin embargo, la conducta de colaboración indica también madurez e independencia o la existencia de vínculos muy seguros. En este caso los padres tienen que reforzar este comportamiento.
- [Somatizaciones](#). La tensión emocional puede llevar al niño a notar el estrés en el cuerpo. Por ello, pueden presentar síntomas de malestar indefinido, dolor abdominal, dolor de cabeza, vómitos, diarrea, etc.

Para saber cómo manejarlos, tened mucha paciencia, seguid colocando [los límites](#), explicadle al niño lo que siente e id al capítulo correspondiente "[El nacimiento de un hermano](#)".

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:

**Los celos: Un sentimiento natural**  
**¿Cómo saber si mi niño tiene celos?**

Ricardo Recuero. Pediatra  
Concepción Bonet. Pediatra

[www.familiaysalud.es](http://www.familiaysalud.es)

Familia y Salud

AEPap

**Fecha de publicación:** 29-09-2011

*Última fecha de actualización:* 12-09-2016

**Autor/es:**

- [Ricardo Recuero Gonzalo](#). Pediatra. Consultorio Local de Daganzo (EAP de Paracuellos). Daganzo de Arriba (Madrid)
- [Concepción Bonet de Luna](#). Pediatra. . Consultas del adolescente Hospital universitario infantil La Paz. Madrid.

