

Nanas & Co da las claves para afrontar la llegada de un segundo hijo

[Multimedia](#)

La llegada de un segundo hijo es tan feliz y especial como la del primero, sin embargo, también representa un reto de organización, paciencia y un golpe para la economía. Estar preparados para los cambios que vendrán es la mejor forma de que los padres y el primogénito disfruten del acontecimiento. Desde Nanas & Co, la empresa de selección de personal doméstico referente en su sector, dan una serie de consejos para sobrevivir a la llegada de un nuevo retoño

Preparar al primer hijo para convertirse en hermano mayor. Hay que hacerlo partícipe de las experiencias, compartir con él cada situación, las decisiones y ayudarlo a encajar en el proceso. Cada niño es distinto y depende de muchos factores, como la edad o la personalidad, que lo vivan con mayor o menor ansiedad. Hay que explicarle qué va a suceder, cuándo, cómo serán las rutinas una vez el nuevo bebé llegue... y conviene hacerlo antes, para que el niño no asocie un cambio importante que le genere conflicto con la llegada del nuevo miembro.

Dejar que el primogénito exprese sus emociones (del tipo que sean). Si a pesar de los esfuerzos y de seguir los consejos de los expertos, se da algún episodio de celos o mal comportamiento, hay que facilitar que el niño se exprese; y como padres, hay que escuchar y entender para así poder contener, que no bloquear o reprimir, sus sentimientos negativos, para obtener pistas de lo que le sucede y poder actuar.

Organizarse, planificar las tareas y el presupuesto familiar. Ahora, más que nunca, conviene ser rigurosos con los horarios y las rutinas para poder atender las necesidades y obligaciones de cada integrante. Así como, revisar qué enseres se pueden reutilizar del primer hijo y ajustar el presupuesto económico.

Aprender a delegar y a confiar en otras personas el cuidado de los hijos . La llegada del segundo hijo no consiste únicamente en redoblar los esfuerzos y multiplicar por dos las atenciones a los hijos. En la mayoría de los casos, supone mayor estrés y ansiedad y culpabilidad. Quizá es el momento adecuado para entregarse a manos expertas y contratar a una nanny cualificada que cuide a los pequeños y apoye en las tareas domésticas para no acabar con la paciencia y armonía familiar.

Aprender a gestionar el estrés. No hay que pretender tenerlo todo bajo control. Con un niño ya resulta difícil, pero con dos, y en edades tempranas, resulta imposible. Hay que tratar de relajarse y disfrutar de esta nueva y preciosa etapa.

Los primeros meses será especialmente exigentes y agotadores para los padres; para que no sea un cambio brusco, se pueden ir estableciendo rutinas de alimentación y sueño con el hijo mayor (especialmente si éste tiene menos de dos años de edad), con el objetivo de que cuando nazca el bebé, puedas llevar mejor el cansancio y el estrés de la crianza de los dos niños.

Comunicarse. Al igual que en otros aspectos del matrimonio, una adecuada comunicación es clave. Más que dividir las responsabilidades en el cuidado de los hijos, es importante que los padres hablen y acuerden claramente quién hará qué cosa, además de trabajar juntos para encontrar soluciones a los problemas que surjan.

Pasar tiempo de calidad en pareja. Criar y educar es agotador, pero no hay que olvidar que en la pareja tiene que haber entendimiento, respeto, intimidad y pasión. Conectar emocionalmente con la pareja repercutirá positivamente en el bienestar físico y emocional, y por consiguiente en la propia felicidad y la de la familia, los niños que viven en un núcleo familiar en el que reina la paz, el amor, la comunicación, crecen felices, confiados y seguros de sí mismos.

Dedicarse tiempo a uno mismo. Ya sea porque como padres, la autoexigencia es alta, o porque es lo que la sociedad espera, lo cierto es que, cuando se tienen hijos, se deja para un último lugar darse un respiro. No obstante, para poder cuidar es necesario cuidarse. Por eso, es importante organizarse y buscar tiempo para mantener algún hobby, hacer deporte, darse algún capricho o dejarse mimar en un tratamiento de belleza.

Acerca de Nanas & Co

Nanas & Co es una empresa de selección de personal de servicio doméstico, cuidado de niños y mayores, de ámbito nacional e internacional. Seleccionan la persona que mejor pueda ayudarte a cuidar de los hijos o mayores, y/o realizar las tareas domésticas en cualquier parte del mundo.

Encontrar a la profesional ideal es posible, porque someten a sus cuidadoras a entrevistas detalladas que les permiten encontrar a la persona con más posibilidades de dar respuesta a las necesidades de cada familia.

Profesionalizan los procesos de selección de personal de apoyo doméstico, extrapolando las metodologías y prácticas del headhunting que se aplican en el mundo empresarial.

Emplean un innovador sistema de referencias para que sus embajadoras de reclutamiento garanticen la máxima excelencia. El resultado final son familias contentas y satisfechas.

nanasandco.com

28001 Madrid

[Nanas & Co Servicio Doméstico](#)

[@nanas.andco](#)
