



A better start for high - risk infants

Un nuevo comienzo para los bebés

Sensorial

Motor

Atención/Regulación

Relaciones

Todos juntos

Ayudando a mi bebé a aprender jugando: 0 a 3 meses

Visite nuestra página web www.eismart.co.uk [@EISmart](https://www.facebook.com/EISmart) [@EI_Smart](https://twitter.com/EI_Smart)

TOCANDO, MOVIENDO, OLIENDO, DEGUSTANDO, ESCUCHANDO Y MIRANDO.
Tu bebé está aprendiendo muy rápido. Necesita que lo ayudes y guíes.

Idea de juego

¿Cómo ayuda a mi bebé?

Interactuar con caras



Ayudando a mi bebé a aprender interactuando

- No se requieren juguetes caros. ¡Tu cara es el mejor juguete para tu bebé!
- A tu bebé le encanta mirar, explorar y tocar tu cara
- A tu bebé le fascina escuchar tu voz y le ayuda a desarrollar su lenguaje
- Cuando hables a tu bebé, haz una pausa para que tu bebé pueda responder, tomando turnos. Este es el inicio de una conversación

Cosas interesantes para mirar



Ayudando a mi bebé a aprender mirando

- A los bebés pequeños les gusta mirar cosas interesantes y patrones contrastantes
- Ayuda a la atención visual y a las habilidades de aprendizaje
- Las imágenes deben estar a 30 cm de la cara de tu bebé

Nota: Asegúrate de que las imágenes no estén demasiado cerca de la cara de tu bebé y úsalas solo por unos minutos, mientras tu bebé esté interesado

Alfombra educativa



Ayudando a mi bebé a aprender explorando

- Promueve alcanzar y coger/agarrar objetos. Ofrece estímulo visual
- Ayuda con el aprendizaje de llevar las manos a línea media
- Estimula elevar las piernas para patear juguetes
- Cambia los juguetes de posición para promover exploración e interés visual

Sonajeros y mordedores



Ayudando a mi bebé a aprender usando sus manos

- Estimula alcanzar y coger/agarrar objetos
- Tu bebé pone atención a sus manos al sostener un juguete
- Estimula usar las manos para llevarse objetos a la boca
- Juguetes que hacen ruidos suaves, como los sonajeros, ayudan a tu bebé con el inicio de la comprensión de causa y efecto

Tiempo despierto boca abajo



Ayudando a mi bebé a prepararse para gatear

- Ayuda a sentirse cómodo acostado boca abajo
- Proporciona la oportunidad de desarrollar control cefálico y fuerza de brazos

Nota: Inténtalo durante el día en forma frecuente y por periodos cortos de tiempo, según la tolerancia de tu bebé

¿Sabías? Los bebés aprenden en el contexto de una relación, por lo que hablarles, acariciarlos y jugar con ellos, les ayudará a desarrollar su lenguaje, habilidades cognitivas y motoras

El juego es como un niño aprende. Este folleto fue creado para proveer ideas y crear actividades que apoyen el desarrollo cognitivo, el lenguaje y las habilidades motoras. El enfoque no es en marcas específicas de juguetes y tampoco es una lista extensiva. El desarrollo varía de niño en niño y si tienes alguna preocupación acerca de tu hijo, habla con su médico general, pediatra o visitador médico.

© 2018 B Hutchon y S. Powell- Departamento de terapia ocupacional para niños, Royal Free London, junto con A. Fernández-neonatóloga del Hospital San José, Santiago de Chile. Nuestro profundo agradecimiento a los padres y colegas que contribuyeron con este folleto.





Un nuevo comienzo para los bebés

- Sensorial
- Motor
- Atención/Regulación
- Relaciones
- Todos juntos

Consejos para mejorar la participación en el juego con bebés de 0 a 3 meses:

Visite nuestra página web www.eismart.co.uk [@EISmart](https://www.facebook.com/EISmart) [@El_Smart](https://twitter.com/El_Smart)

Jugar juntos en distintas posiciones

Posición acunado:



Sitúa la cabeza del bebé en tu codo, cogiendo su cuerpo con ambas manos

Posición "tigre en un árbol":



Recluta al bebé boca abajo en tu brazo, con tu mano separando sus piernas. Pon tu otra mano en su espalda

Posición en el hombro:



La cabeza del bebé descansa en tu hombro, mientras tu mano da soporte a su cabeza y cuello

Posición en tu regazo:



La cabeza de tu bebé reposa en tus rodillas, dándole soporte con ambas manos

Recuerda la importancia de ...

Cuando lo cojas...



Asegúrate de que el cuerpo de tu bebé toque la superficie antes que su cabeza. De lo contrario se puede sobresaltar

Mucho tiempo piel a piel



Tu bebé reposa directo en tu pecho desnudo, cubriéndose ambos con una manta. Regula ritmo cardíaco, respiración, temperatura. Promueve apego entre tú y tu bebé

Desarrollo socio-emocional



Los bebés de esta edad habitualmente demuestran su creciente autoregulación e interés en el mundo mediante sonrisas y llevando sus manos a la boca para calmarse

Estimula el cerebro de tu bebé...

Tiempo cara a cara



Ayuda a crear una relación cercana y de afecto. Usa este tiempo para hablar y cantar a tu bebé

Actividades habladas



Cuéntale lo que haces mientras le cambias pañales, lo alimentas, etc. Repite sonidos que tu bebé hace. Tomen turnos para hacer sonidos y hablar

Bailando con tu bebé



Mécete suavemente con tu bebé en tus brazos. Siempre haz pausas para que descanse y se ajuste a los movimientos. Todo dentro de su tolerancia

Sabías? A los bebés les encanta la atención y se enriquecen cuando sus intentos de comunicación como mirar y hacer sonidos son correspondidos. Recuerda que no se necesitan juguetes caros: tu cara, tu voz, un paseo en el parque mirando como las hojas de los árboles se mueven son muy interesantes para tu bebé...

El juego es como un niño aprende. Este folleto fue creado para proveer ideas y crear actividades que apoyen el desarrollo cognitivo, el lenguaje y las habilidades motoras. El enfoque no es en marcas específicas de juguetes y tampoco es una lista extensiva. El desarrollo varía de niño en niño y si tienes alguna preocupación acerca de tu hijo, habla con su médico general, pediatra o visitador médico .

© 2018 B Hutchon y S. Powell- Departamento de terapia ocupacional para niños, Royal Free London, junto con A. Fernández-neonatóloga del Hospital San José, Santiago de Chile. Nuestro profundo agradecimiento a los padres y colegas que contribuyeron con este folleto.

