

DESARROLLO CEREBRAL: JUEGOS DE APRENDIZAJE

Los primeros años de vida son importantes para el desarrollo cerebral. Lo que suceda, o no suceda, durante este período de tiempo marcará una gran diferencia en la vida del niño. Jugar y hablar con su bebé establecen conexiones entre las células cerebrales. Aquí se presentan sugerencias de juegos y actividades para estimular el cerebro, de modo que pueda ayudar a su hijo a motivarse para el aprendizaje.

Seguridad y protección

Antes de estar listo para aprender, su bebé debe confiar en que está seguro y protegido. Responda al llanto del bebé e intente averiguar lo que necesita. Un bebé siente estrés cuando las personas que lo cuidan no reaccionan a su llanto. El estrés puede disminuir el desarrollo cerebral.



Nutrición

- Amamante a su bebé. Los bebés amamantados con leche materna reciben una nutrición hecha especialmente para sus necesidades. La leche materna tiene la cantidad perfecta de las grasas, proteínas y otros nutrientes que su bebé necesita.
- Cuando su bebé comience a comer alimentos sólidos, haga de esto una experiencia multisensorial. Háblele a su hijo de los colores, las texturas, los aromas y los sabores de los alimentos que come.

Visión

Durante los primeros dos a cuatro meses, se trazan rápidamente las rutas cerebrales de la visión de los bebés.

- Proporcione a su bebé objetos brillantes y coloridos para que los vea. Mueva lentamente los objetos, a fin de que su bebé pueda seguirlos con los ojos. Hable con su bebé de lo que está viendo.
- Los objetos simples en blanco y negro son muy atractivos para los bebés pequeños. Cree sus propios patrones con marcadores en tarjetas de color negro.

Para mayor información, llame a la Línea para la Salud de la Familia 1-800-451-BABY (2229)

Lenguaje

Los niños cuyos padres les hablan frecuentemente tienen mejores habilidades de lenguaje y vocabulario que los niños cuyos padres raramente les hablan.

- Léale en voz alta a su hijo. Comience con sencillos libros de tela o cartón que su hijo pueda sostener. A medida que el niño crezca, involúcrelo más en la selección de los libros. Deje que su hijo "lea" para usted.
- No reemplace sus palabras con la televisión o la radio. El lenguaje con contacto visual e interacción es lo que ayuda al desarrollo del cerebro de su hijo.

Tacto

Estimule el sentido del tacto del bebé.

- Proporcione al bebé diferentes texturas para que las sienta. Ayude al bebé a tocar las superficies y los objetos. Háblele a su bebé sobre lo que toca: cálido, suave, rizado, áspero, frío.
- Muéstrelle a su bebé cómo son las diferentes acciones: tocar, acariciar, balancear las manos, estrechar las manos. Designe las acciones con un nombre.

Guardería Infantil

Para asegurar un desarrollo saludable, los bebés necesitan un cuidado amoroso y atento, además de experiencias estimulantes. Elija una guardería infantil donde interactúen amorosamente con su bebé en una relación personal. Busque:

- un ambiente seguro y limpio
- una proporción bebé-adulto baja
- un proveedor que entienda cómo los niños se desarrollan y crecen
- una gran variedad de juguetes apropiados para la edad del bebé

Si tiene inquietudes sobre el desarrollo de su hijo, pregúntele a su pediatra.



Reimpreso en parte con la autorización de University of Georgia. Bales, D. (1998). Building Baby's Brain: The Basics. Athens, GA: University of Georgia, College of Family and Consumer Sciences



Healthy Start Coalition of Miami-Dade
701 S.W. 27th Avenue, Suite 1401, Miami, FL 33135
Tel (305) 541-0210 ▪ Fax (305) 541-0213
www.hscmd.org