Mejorar las habilidades visuales en bebés

Es importante alentar a su bebé a usar sus ojos para ayudarlo a desarrollar el cerebro y las habilidades visuales. Durante los primeros meses de vida, su bebé debe comenzar a seguir caras y objetos con los ojos.

Siga estos consejos para ayudar la visión de su bebé:

- La cara de un padre o cuidador es la estimulación visual perfecta para comenzar antes de usar juguetes.
- Brinde un buen apoyo al cuerpo y la cabeza de su bebé cuando trabaje con la visión.
  - Sostenga a su bebé en sus brazos en una posición cara a cara. Si su bebé necesita apoyo corporal adicional, colóquelo de lado o boca arriba.
  - A medida que su bebé crezca, use un asiento infantil o reclínelo en una silla alta si necesita apoyo adicional para controlar la cabeza.
- Mueva el objeto lentamente de lado a lado. Esto ayudará a su bebé a seguir el objeto con los ojos. Los objetos deben ser:
  - De alto contraste en color. Use blanco y negro o rojo y negro.
  - Grandes. Use objetos del tamaño de una pelota de tenis.
- Coloque móviles o juguetes colgantes de manera que queden suspendidos sobre el pecho de su bebé para que dirija la vista hacia abajo y hacia delante.

Siga estos consejos si su bebé tiene problemas para concentrarse:

Esté atento a las señales que le indican que su hijo está "listo". Deben estar en un estado de alerta y calmado. Asegúrese de que su bebé no esté demasiado hambriento ni cansado.

- Cambie la distancia entre el juguete y sus ojos. La mayoría de los bebés ven bien de 8 a 12 pulgadas de distancia de su cara.
- Use un toque o sonido suave para llamar la atención de su bebé.

  Tenga cuidado de no sobreestimularlo con demasiado ruido, tacto o juguetes que se muevan rápidamente. Puede perder la atención de su bebé.
- Ofrezca objetos de uno en uno para que sean fáciles de ver y la actividad sea simple. Demasiado desorden puede dificultar que su bebé se concentre. Coloque un juguete contra un fondo de color sólido para que sea más fácil de ver.
- Preste atención a la iluminación y al nivel de ruido en la habitación. Pueden distraerlo las luces muy brillantes o el ruido adicional. La luz natural es la mejor. Piense en el ruido de fondo de la televisión, la radio y otros niños. Intente mantener bajo el nivel de ruido.
- Si su bebé parpadea mucho o cierra los ojos, es posible que esté sobreestimulado. Espere a que abra los ojos y a que mire a su alrededor o a usted. ¡Esté preparado con una sonrisa!
- **¡Mueva su cara o el objeto lentamente!** Dele tiempo a su bebé para ver y responder.

Para obtener más información sobre la salud y el bienestar, consulte este recurso:
https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents

ALERTA: Llame al terapeuta ocupacional de su hijo si tiene preguntas sobre este material o si su hijo tiene necesidades especiales de atención médica que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.

Children's Wisconsin • PO Box 1997 • Milwaukee, WI 53201-1997 • childrenswi.org
© 2020 Children's Wisconsin. All rights reserved.