

El desarrollo mental de su bebé

Cómo aprende a enfocarse y a poner atención

Una de las primeras cosas que su bebé aprende a hacer es a poner atención a las personas y a las cosas. El mundo puede ser un tanto aterrador para un recién nacido. Hay ruido, luz, olores, texturas, sabores y temperaturas. Su bebé debe aprender a reconocer todas estas cosas. Al mismo tiempo, el bebé debe también comenzar a moverse y a controlar los brazos y piernas.

A medida que su bebé crezca y se desarrolle, debe comenzar a estar más alerta de todas las cosas alrededor de él. Su bebé comenzará a observar y a seguir los objetos. Al mismo tiempo aprenderá a reconocer sonidos y lo que ve.

¿Qué puede hacer para ayudar a su bebé?

- **Ayude a su bebé a sentirse seguro y amado.** La seguridad es importante para que su bebé responda a distintos sentimientos. Observe el tipo de cosas que le gustan a su bebé y las cosas que les molestan.
 - ¿Le gusta a su bebé que usted lo tenga saltando suavemente en la rodilla?
 - ¿Le molestan o le asustan a su bebé las luces brillantes o que le hagan cosquillas?
 - ¿Muestra interés su bebé cuando usted le sonrío, le canta o le habla?
- Ponga atención en lo que le gusta y le disgusta a su bebé. Será más interesante y ambos lo disfrutarán más.

¿Cómo establezco un lazo con mi bebé?

- A medida que los bebés puedan enfocarse en algo, ellos estarán listos para interactuar con otras personas. Para la edad de 3 ó 4 meses, su bebé disfrutará pasar tiempo con usted. Formar una relación amorosa con un adulto es muy importante para un bebé. Este tipo de relación con usted y con otras personas que los cuidan como abuelos, hermanos, amigos y familiares, ayuda a su bebé a desarrollar muchos sentimientos. Estos sentimientos incluyen el deleite y el enojo, el miedo y la tristeza, la compasión y el amor.
- Pruebe distintas maneras para que su bebé interactúe con usted:
 - Sople suavemente en la mejilla de su bebé.
 - Suavemente déle un masaje a su bebé con crema.
 - Háblele, tarárele o cántele suavemente a su bebé.
 - Sostenga a su bebé cerca de usted y baile con él.



¿Cómo se comunicará mi bebé?

- Desde la edad de los 4 a los 10 meses, su bebé aprende bastante. Su bebé comienza a ver que las acciones causan reacciones. Esto es una forma del comienzo de la lógica. Su bebé también comienza a darse cuenta de que hay dos maneras de intercambiar con la gente. Por ejemplo, cuando su bebé estira los brazos, usted con seguridad lo cargará.
- Como resultado, su bebé sabe que es posible que afecte lo que ocurre alrededor suyo. Su bebé hará gestos o usará una mano para alcanzar algo. Cuando usted pueda leer esas señales, usted podrá ayudar a obtener lo que él quiera. Su bebé entonces se sentirá satisfecho porque usted lo habrá entendido.
- Si las señales invitan a brindar una respuesta, tómese el tiempo para dársela. Por ejemplo, repita un sonido que su hijo ha producido o anime a su bebé a que le dé y le reciba una sonaja. Esto ayuda a su bebé a entender los conceptos de “mí” y “tú”. También le brinda un sentimiento de seguridad y protección porque siente que lo entienden.
- Recuerde, su bebé no posee las palabras aún, por lo tanto se comunicará con sus acciones, gestos, señalando y renegando.

Comuníquese de una manera más avanzada

- Al final del primer año de edad y entrando en la primera parte del segundo año de vida, su bebé será capaz de mantener conversaciones más largas. Los bebés aprenden a pedir atención con una simple mirada. Si usted le pregunta “en dónde” o “qué”, su bebé podría tomarlo de la mano y jalarlo hacia la cocina y tocar el refrigerador. A medida que su bebé señale y usted le haga preguntas, él podría hacer un sonido, podría asentir con la cabeza o reírse y usted finalmente sabrá que su bebé quiere un bocadillo!
- Mientras esto está sucediendo, su bebé aprende a “leer” sus emociones y su lenguaje corporal al mismo tiempo que usted aprende a leer el de él. El lenguaje corporal le permite a su bebé leer la situación. Por ejemplo, su bebé lo observará mientras usted habla con un extraño y responderá al extraño basándose en el lenguaje corporal que usted demostró. Aprender los patrones de comportamiento y las emociones de la gente es fascinante para su bebé. Su bebé aprenderá que ciertos comportamientos pueden causar que ocurran otros.
- Responda a su bebé de manera que satisfaga sus cambiantes necesidades. Hágalo sentirse protegido y seguro. Esto ayudará a que su bebé aprenda que el mismo y otros necesitan de cuidado, atención y respeto.

Su bebé comienza a formar ideas

Entre los 18 y los 24 meses de edad, un bebé comienza a hablar. Los pensamientos comienzan a ser más complejos. Por ejemplo, su bebé puede pensar en el color, el sabor y el olor de su jugo favorito. En lugar de señalar a un frasco vacío su bebé comenzará a decir “mi jugo” o “¡quiero jugo!”. Este tipo de pensamientos permite que su bebé comience a etiquetar sentimientos, también. En lugar de patear o lanzar algo cuando esté enojado, su bebé comenzará a decir “¡enojado!” Su bebé también comenzará a jugar “actuando” al

hacer que un oso de peluche le diga “adiós” con la mano cuando usted se vaya a trabajar o podría hacer que dos muñecos se abracen. Únase a él en su juego.

- Hágale preguntas que su bebé pueda contestar para hacer que las conversaciones duren más. Por ejemplo, si su bebé dice, “afuera yo”, usted puede contestarle diciéndole “está bien” o “ahora no” pero una mejor respuesta sería preguntarle “¿Qué quieres hacer afuera?” Esto ayudará a que su bebé piense en lo que quiere hacer. Su bebé aprenderá a que le encantará hablar con usted también.

De corazón

- Para cuando su bebé cumpla 2 años de edad, usted le habrá ayudado a formarse una imagen detallada del mundo. Sus respuestas a las pistas tempranas de su bebé habrán cambiado ahora que usted y su bebé se hablan entre sí. Esto ayuda a su hijo a expresar ideas más complejas y podría considerarse a “pensar”. Los sentimientos de su hijo ayudan a que él se forme y domine los conceptos. El decir simplemente “pelota” pronto se convertirá en “quiero pelota”, y después será “yo quiero la pelota”.
- Su hijo ahora puede imaginar historias y pretender que es parte de una aventura o incluso pretender que es alguien más, también puede imaginar que actúa de cierta forma y puede actuar y comportarse así más adelante.
- Si usted le proporciona un entorno amoroso y seguro usted puede ayudar a que su hijo crezca y avance de ser un niño que necesita su constante atención a convertirse en una persona que puede hacer y sentir muchas cosas.

Adaptado de *The Growth of the Mind* por Stanley I. Greenspan MD and Beryl Lief Benderley (Addison-Wesley) impreso en in “**How Love Boosts Brainpower,**” *Parents*, February 1997, pp. 88-89.

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

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