



Bebés y niños pequeños

Los años que transcurren desde el nacimiento hasta los tres años de edad son un período importante para el desarrollo cerebral.

Los bebés y niños pequeños aprenden a través de las relaciones con sus padres y otros cuidadores. Ayudarlos a sentirse seguros genera un sentido de confianza en los demás y les ayuda a sentirse cómodos aprendiendo más sobre el mundo.

Bebés (desde el nacimiento hasta el primer año)

- A partir de los 6 a 7 meses, los bebés comienzan a llorar y sienten ansiedad respecto a las personas que no conocen bien. Como su hijo todavía no puede hablar, su comportamiento será el que mejor indique cómo se siente.
- Aproximadamente al año, su hijo gateará y comenzará a levantarse del piso y/o comenzará a dar sus primeros pasos.

Qué puede hacer usted:

- Cálmelos y levántelos con frecuencia. No se preocupe por malcriarlos. Los bebés no se malcrian por levantarlos “demasiado”.
- Responda rápidamente al llanto de su bebé, ya que esto les ayuda a aprender a confiar en los demás.
- ¡Supervise a su bebé! Ellos están aprendiendo a través de lo que ven, escuchan, tocan, prueban o huelen. A medida que su bebé gane en movilidad, asegúrese que la casa y demás áreas sean “a prueba de bebés”.

- Léale a su bebé todos los días, y háblele y cántele con frecuencia. Nombre cosas y describa lo que está haciendo y lo que sucede a su alrededor.

Niños pequeños (1 a 3 años)

Los niños pequeños tienen mucha energía y curiosidad, y están intentando dominar algunas habilidades como caminar, hablar y trepar. Su desafío más importante es entender quiénes son. Esto puede ser también un gran desafío para sus padres y cuidadores, porque significa que ellos comienzan a desarrollar cierto tipo de independencia. La independencia implica la necesidad de hacer las cosas a la manera del niño. Para la mayoría de los padres y cuidadores, escuchar las palabras “no”, “mío” y “yo lo hago” en combinación con una actitud independiente es algo difícil de manejar.

Cosas para tener en cuenta:

- Generalmente todos los niños pequeños que se están desarrollando presionan para conseguir su independencia.
- Cada niño atraviesa esta fase de su desarrollo de manera diferente, y la mayoría de los padres y cuidadores notan un aumento de estos comportamientos desafiantes alrededor de los 18 meses, y una vez más alrededor de los 30 meses.
- Los berrinches son una respuesta común a la frustración en los niños pequeños que necesitan equilibrar su necesidad de independencia con

el hecho de darse cuenta que aún necesitan depender de usted.

- Los niños pequeños generalmente responden con un rotundo “¡NO!” casi automáticamente aun cuando quieren decir “sí”.
- Los niños pequeños no pueden recordar las reglas, así que prepárese para que su hijo cometa los mismos errores una y otra vez.
- Reconozca que los niños pequeños están intentando expresarse individualmente y que el propósito de su comportamiento desafiante no es ser irrespetuoso.
- Los comportamientos desafiantes de los niños pequeños no durarán para siempre. Cuando usted le permite a su hijo ser independiente de maneras aceptables, ellos superarán esta etapa y pasarán a la siguiente etapa.
- Con paciencia, consejos y regularidad, su hijo desarrollará formas más adecuadas de expresar sus necesidades y deseos.

Los niños pequeños son activos y curiosos, lo cual es importante para el desarrollo del cerebro. Muchos niños pequeños “se meten en todo”, lo que genera mucha frustración en los padres y cuidadores que tratan de seguirlos por todos lados y asegurarse de que no se lastimen. Puede ser que con estas conductas usted se pregunte si su hijo es hiperactivo, pero la verdad es que es normal que los niños pequeños siempre anden moviéndose y tocándolo todo.

Cuando cuide a un bebé o a un niño pequeño recuerde que...

- A esta edad no se puede esperar que entiendan lo que significa el peligro.
- Ellos están muy ocupados y no pueden recordar todas las reglas de seguridad, razón por la cual es necesaria la SUPERVISIÓN CONSTANTE y los recordatorios.
- Aun cuando generalmente parezcan desafiantes al desobedecer las reglas, recuerde que la resistencia a cumplir órdenes en esta etapa

de su desarrollo está más relacionada con la fuerte necesidad de explorar el mundo y convertirse en individuos.

- No se puede esperar que controlen sus propias acciones. Cuando ven algo que quieren ver o tocar, no lo dudarán e “irán por ello”.
- Van a explorar con la boca, así que es importante tener conciencia sobre lo que hay dentro y alrededor del entorno en el que viven.

Si usted siente que su hijo pequeño se resiste demasiado a lo que usted le dice, contáctese con el departamento de salud de su condado para encontrar el programa de asesoramiento infantil más cercano que le ayude y le asista en su tarea de ser padre.

Pedir ayuda es una señal de fortaleza.

Fuentes: adaptado de “*Parent Express*”, Universidad de California, Servicio de extensión cooperativa

Asesoramiento Infantil...Donde las familias encuentran soluciones



Busque aquí más temas o visite nuestra página web en <http://cgp.health.ok.gov>



Esta institución ofrece igualdad de oportunidades en la prestación de servicios y el empleo.

Esta publicación del Departamento de Salud del estado de Oklahoma fue autorizada por Terry Cline, Ph.D., Comisionado de Salud. 1,200 copias se imprimieron en agosto del 2013 a un costo de 14 centavos por copia. Una copia electrónica de la publicación está disponible en la página web del Departamento de Salud: www.health.ok.gov.