



CARTILLA DE
**ESTIMULACIÓN
ADECUADA DE
1 A 6 MESES**



SOCIEDAD DE CIRUGÍA DE BOGOTÁ
HOSPITAL DE SAN JOSÉ

Colombia

DESARROLLO PSICOMOTOR

- El bebé debe fijar la mirada
- Al ponerlo boca abajo o sobre el hombro el bebé debe levantar un poco la cabeza
- Se sobresalta con los ruidos.
- El llanto es reflejo (indiferenciado)
- Presenta sonrisa refleja
- Se tranquiliza con la voz

ESTIMULACIÓN ACORDE



Muévele un sonajero a 3 c.m. de distancia de los ojos y en diferentes direcciones.

Pon a tu bebé boca abajo y tócale la espalda de arriba - abajo para observar que la levanta.

Colócale música con variaciones en el ritmo, permite que siga con la mirada y busque la fuente sonora.

Para favorecer desarrollo comunicativo, léele en voz alta desde el nacimiento cada día.



1
Mes



DESARROLLO PSICOMOTOR

- Intenta mantener cabeza alzada.
- Intenta levantar el cuerpo al estar boca abajo.
- Logra girar la cabeza a 180°.
- Demuestra interés por el sonido, tono y volumen de las voces (discrimina el habla).
- Produce gorjeos (sonidos guturales).

ESTIMULACIÓN ACORDE

Acuesta al bebé boca abajo, muéstrale un juguete en frente, haz que lo busque y suba la cabeza.

Coloca a tu bebé sobre la cama y ponle sonidos a los lados para que gire la cabeza.

Mueve las piernas de tu bebé suavemente en forma de bicicleta y sube y baja los brazos.

Cántale, háblale y realiza diferentes movimientos con tu boca, permitiendo que el bebé lo pueda ver para motivar la imitación.

2
Meses



DESARROLLO PSICOMOTOR



- Boca abajo elevará tronco y cabeza apoyándose en manos y antebrazos.
- Intenta la presión y agarre a mano llena con los objetos.
- Empieza a sostener la cabeza estando sentado con ayuda.
- El llanto es diferenciado y suena distinto según necesidad: hambre, sueño, dolor.
- Inicia con balbuceo muy rudimentario y producciones vocálicas (a, e, o, i, u).

ESTIMULACIÓN ACORDE



Siéntalo sobre una pelota y mécelo en diferentes direcciones.

Utiliza juguetes con sonidos fuertes para que busque en diferentes direcciones.

Ofrécele objetos seguros y de diferentes texturas.

Enséñale a hablar. Conversale y haz una pausa, espera a que te responda con una sonrisa o que produzca gorjeos.

Imita la risa y las producciones del bebé.



3 Meses



DESARROLLO PSICOMOTOR



- Él bebe comienza a reconocer su cuerpo, e inicia la coordinación ojo mano.
- Realiza medio giro con el cuerpo.
- Identifica su nombre y reacciona con movimientos.
- Juega con sonidos inicialmente vocálicos y luego combinaciones vocal - consonante.

ESTIMULACIÓN ACORDE



Ponle juguetes cerca para incentivar que los agarre o patee.

Realízale juegos y háblale hacia los dos lados (derecho e izquierdo) lejos de él.

Llámallo por su nombre durante cada interacción.

Háblale produciendo sílabas como ma, pa, ta, y espera a que el bebé responda con sonrisas, gorjeos y balbuceos. El turnarse le enseñará un aspecto importante en la conversación.



4 Meses



DESARROLLO PSICOMOTOR

- Se sostiene más sentado.
- Juega con manos y piernas.
- Manipula los objetos.
- Boca abajo se empieza a arrastrar.
- Balbucea diciendo sonidos más parecidos al habla como pa, ba, mi.
- Llama al cuidador con balbuceo.



ESTIMULACIÓN ACORDE



Sostén con suavidad las manos de tu bebé, hálalas suavemente y siéntalo.

Incentiva la movilidad de piernas y brazos en una superficie plana.

Ponle en la mano algún objeto y quítaselo suavemente cuando lo coja.

Pon a tu bebé boca abajo, con uso de juguetes y texturas haz presión en la planta del pie.

Háblale de frente al bebé produciendo balbuceos tratando de que él imite.

5 Meses



DESARROLLO PSICOMOTOR



- Se sienta sin apoyo.
- Reacciona a su reflejo en el espejo.
- Se balancea hacia adelante y hacia atrás.
- Balbucea y hace una variedad de sonidos para expresar placer o disgusto.

ESTIMULACIÓN ACORDE



Pónlo frente a un espejo y gesticula para que reconozca las partes del cuerpo.

Sentado muévelo suavemente hacia los lados, hacia adelante y hacia atrás.

Pónle un objeto a 5 cms de distancia para que intente agarrarlo.

Nómbrale los objetos que se encuentren en su entorno para que relacione con su significado, háblale de personas y actividades que estén captando su atención.

Responde al esfuerzo del bebé cuando trate de comunicarse, dile sonidos diferentes a los que el niño dice.



6
Meses



**EN CASO DE PRESENTAR ALGUNO DE ELLOS
CONSULTE CON EL MÉDICO TRATANTE**

PRIMER TRIMESTRE

- No sigue objetos con la mirada.
- Sonrisa pobre o ausente.
- Llanto excesivo o irritabilidad persistente.
- No sostiene la cabeza.
- Permanece con el pulgar dentro de la mano.
- No responde a los sonidos.

SEGUNDO TRIMESTRE

- No realiza sonrisa ante estímulos.
- No emite sonidos cuando se le habla.
- No dirige manos a objetos o los agarra.
- Permanece muy quieto.
- Manos cerradas de manera continúa.
- No se orienta hacia la voz.
- No mantiene la mirada en los objetos.
- No tiene intención de comunicarse.

**SIGNOS
DE ALARMA**



RECOMENDACIONES UNA PARA **LACTANCIA EXITOSA**

Dele pecho al bebe cada vez que él lo pida.

La lactancia no es dolorosa, si duele posiblemente la posición del bebé, de la madre y/o el agarre no son adecuados generando aparición de grietas.

Permita que el bebé tome hasta que suelte el pecho, importante diferenciar si lo ha soltado porque quedó satisfecho o porque se durmió antes de saciarse por completo, en ese caso deberá despertarlo.

IMPORTANTE

La leche materna cambia según las necesidades del bebé. El calostro también es leche, aunque sea claro o amarillento, esto no significa que sea de menor calidad.

Entre más succione el bebé, más leche producirá ya que estimula la liberación de hormonas (prolactina y oxitocina).

BIBLIOGRAFÍA



<https://identifythesigns.org/espanol/>

https://identifythesigns.org/wp-content/uploads/2017/09/ASHA_Birthto3months_SP.pdf

Lactancia humana y fonoaudiología. Guía para madres lactantes. Universidad Nacional de Colombia – sede Bogotá - Facultad de Medicina, Karen Eliana Rmirez-Rosa Mercedes-Sampallo, primera edición 2018

https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/Escala_abreviada-de-desarrollo-3.pdf

Responsables de esta información:
Terapia ocupacional, fisioterapia y
fonoaudiología del Hospital de San José



**SOCIEDAD DE CIRUGÍA DE BOGOTÁ
HOSPITAL DE SAN JOSÉ**

Colombia

