



▶ ¿Qué puedo hacer para tener un bebé más inteligente? 1ra parte

Tamaño del texto: **A A A**



Imprímelo



Durante el siglo XX los psicólogos han lidiado con el concepto de la inteligencia y como medirla. Algunos la definen como la capacidad para establecer relaciones.

- [¿Qué es la inteligencia?](#)
- [¿Qué determina la inteligencia de un bebé, la naturaleza o el ambiente?](#)
- [¿Cómo es que el medio ambiente interviene en el desarrollo del cerebro y le va dando forma?](#)
- [¿Siempre tenemos las mismas sinapsis?](#)
- [¿La plasticidad del cerebro se mantiene nada más durante la niñez o durante toda la vida?](#)
- [¿Qué puedo hacer para tener un bebé más inteligente?](#)
- [¿Hay algo que las mujeres pueden hacer durante el embarazo para aumentar inteligencia de sus bebés?](#)
- [La importancia de consumir pescado durante el embarazo](#)
- [Entonces, ¿hay inteligencia antes de nacer?](#)
- [¿Cómo puedo estimular la inteligencia de mi bebé durante el embarazo?](#)
- [¿En qué momento del embarazo debo iniciar la estimulación?](#)

¿Qué es la inteligencia?

La inteligencia es un concepto complejo muy difícil de definir, pero podemos partir de la consideración de que cuando se habla de inteligencia todo el mundo sabe de qué se trata. Gracias a la inteligencia, poco a poco nos apropiamos de los instrumentos de nuestra cultura y aprendemos a manipular el ambiente.



Algunas de las preguntas que se hacen los padres con respecto a la inteligencia de su bebé son: ¿Qué determina la inteligencia de un bebé: la naturaleza (la programación genética) o el ambiente (las influencias del medio ambiente)?, ¿qué podemos hacer para aumentar la inteligencia de nuestro bebé?, ¿cuándo debemos de empezar?

[« Regresar](#)

¿Qué determina la inteligencia de un bebé, la naturaleza o el ambiente?

El desarrollo del cerebro, como cualquier desarrollo, es una mezcla de naturaleza y medio ambiente. Los genes son los que prescriben la arquitectura general y la secuencia de la maduración del cerebro, pero el medio ambiente actúa en todo momento modificando esas decisiones de la herencia.

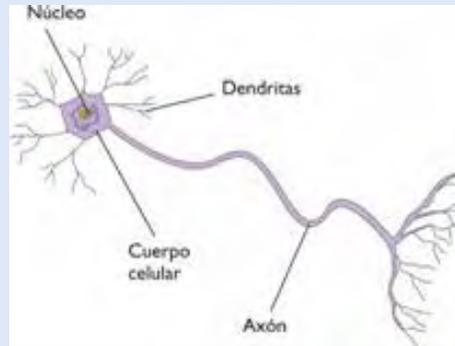
Los genetistas especializados en el comportamiento nos informan que las habilidades del conocimiento son un 50% heredables o atribuibles a los genes con los que nacemos. Esto deja el otro 50% para que sea influenciado por el medio ambiente –todas las influencias físicas, sensoriales, sociales y educacionales a las que el bebé es expuesto desde el momento de su concepción- y es aquí donde los padres, maestros y doctores pueden ayudar a hacer la diferencia en las habilidades futuras del niño.

[« Regresar](#)

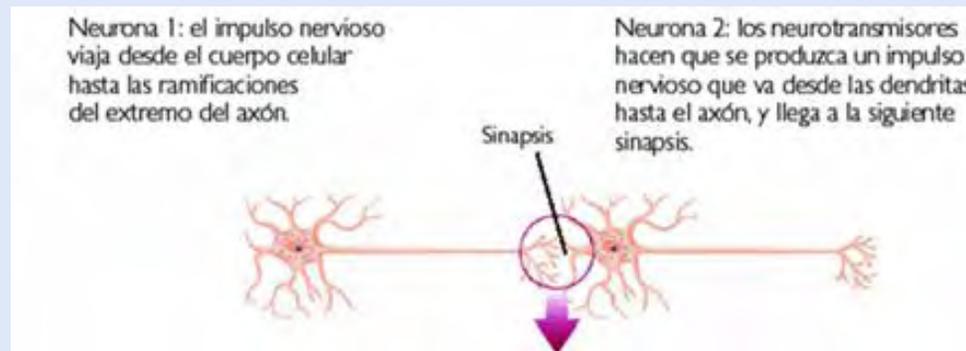
¿Cómo es que el medio ambiente interviene en el desarrollo del cerebro y le va dando forma?

Gracias a casi 40 años de investigación sobre la capacidad de las neuronas (son las células fundamentales del sistema nervioso y están especializadas en procesar la información que recibe el cuerpo), es que hoy en día podemos comprender mucho acerca de cómo las células del cerebro son moldeadas por la historia personal de cada individuo, desde las primeras divisiones de células que tuvieron lugar durante el embarazo, hasta el final de la vida.

Cada célula del cerebro, o neurona, tiene la forma de –podríamos decir- un árbol con dos ramas terminales y un sistema de raíces –conocido como “dendritas”- que reciben la información de miles de otras neuronas y un sistema de salida llamado “axón” que se ramifica para enviar información y conectarse a cientos de miles de otras neuronas.

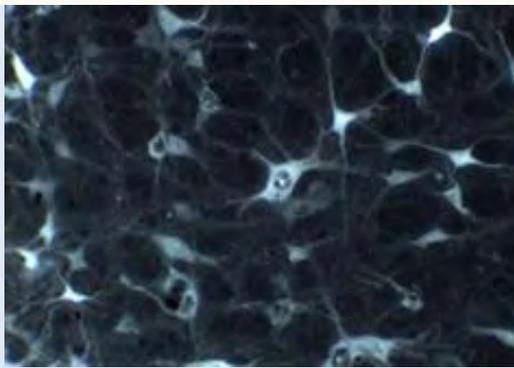


Las conexiones entre las neuronas se denominan “sinapsis” y gracias a estas conexiones, las neuronas están continuamente recibiendo y transmitiendo mensajes y llevan información de uno a otro punto del cuerpo en una forma ordenada y exacta.



¿Qué es exactamente lo que se transmite de unas neuronas a otras? La respuesta es sencilla: electricidad. Se trata de débiles corrientes eléctricas que se transmiten por el axón. Cualquier sensación, como la visión de un paisaje, un olor, o el mensaje del cerebro a un músculo, son en realidad el efecto de millones y millones de neuronas que se comunican enviando estos mensajes eléctricos. Estas débiles corrientes eléctricas, que son la clave de la transmisión de la información, se denominan impulsos nerviosos.

Existen cerca de 100 billones de células nerviosas en un ser humano, este número se alcanza en los primeros cinco meses de embarazo. Así que podemos hablar de cerca de cuatrillones de sinapsis o conexiones en el cerebro de un bebé y cada una de ellas puede ser alterada por las experiencias que tenga.



[« Regresar](#)

¿Siempre tenemos las mismas sinapsis?

Las sinapsis pueden ganarse o perderse, se fortalecen o se debilitan como resultado de su propia actividad eléctrica: “las células que se encienden juntas, se electrifican juntas”, lo que significa que las sinapsis que están activas (por ejemplo las conexiones del sistema visual en un niño con visión normal), se preservarán y se fortalecerán.

Por otro lado, las sinapsis que no tienen actividad, como por ejemplo las conexiones visuales de un bebé con cataratas congénitas, desaparecerán (siguiendo la regla de “úsalo o piérdelo”) dañando para siempre la posibilidad de ese bebé de usar ese ojo.

A la capacidad del cerebro de modelar y remodelar las conexiones entre sus neuronas en función de las experiencias vividas por el organismo, se le denomina “plasticidad cerebral” y son estas modificaciones locales de la estructura del cerebro las que nos permiten adaptarnos al medio ambiente en donde vivimos.

[« Regresar](#)

¿La plasticidad del cerebro se mantiene nada más durante la niñez o durante toda la vida?

Mientras que todas las células cerebrales del bebé se forman durante el embarazo, el número de sinapsis o conexiones en su cerebro aumentan dramáticamente después del nacimiento, de hecho, podemos decir que el bebé sobre-produce conexiones y esto le da una oportunidad al cerebro de seleccionar las conexiones que le van a ser más útiles o activas para sobrevivir y prosperar en su medio ambiente.

La plasticidad cerebral se manifiesta principalmente durante la etapa de mayor desarrollo del hombre -del nacimiento a los cinco años- permite, por ejemplo, la maduración del sistema visual en los neonatos. Pero para ciertas aptitudes, también interviene a lo largo de la vida (aprender a conducir, a distinguir dos sonidos muy similares... ¡es la plasticidad la que permite todo esto!) sin desaparecer nunca del todo, cuestión que está determinada en nuestra información genética.

Existe evidencia de que el periodo de sobreproducción de sinapsis corresponde a los periodos más

sensitivos del desarrollo mental de los niños.

[« Regresar](#)

¿Qué puedo hacer para tener un bebé más inteligente?

La experiencia prenatal tiene una fuerte proporción de la variación en la inteligencia en una población, quizás hasta un 20% según algunas estimaciones. "La cosa más importante que puede hacer para asegurar un bebé saludable y promover un desarrollo saludable del cerebro y sus habilidades mentales, es tener el embarazo más saludable posible", dice la Dra. Lise Eliot, profesor asistente de neurología en la Escuela de Medicina de Chicago

[« Regresar](#)

¿Hay algo que las mujeres pueden hacer durante el embarazo para aumentar inteligencia de sus bebés?

He aquí algunas sugerencias:

- Evita fumar, beber, todas las drogas son conocidas por afectar el desarrollo neurológico. En la antigua Grecia, Platón decía que las madres que bebían tendrían bebés de inteligencia inferior.
- Aumenta el peso suficiente para que el bebé pueda crecer adecuadamente. El exceso del aumento de peso puede dar lugar a un parto difícil, lo que puede poner en riesgo el cerebro del bebé. Pero no aumentar lo suficiente de peso es peligroso, los bebés de menor peso al nacer tienden a tener cabezas más pequeñas y más pequeños cerebros, que se ha relacionado con un menor coeficiente intelectual.
- Practica una buena higiene para evitar infecciones virales. Lávate las manos con frecuencia, evita compartir la comida con los niños y los niños pequeños, e informa de inmediato cualquier síntoma a tu médico. A las mujeres embarazadas ahora se les aconseja ponerse la vacuna contra la gripe, ya sea antes del embarazo o después del primer trimestre.
- Has ejercicio y continúa trabajando. Es sorprendente, pero hay pruebas de que las madres que siguen trabajando durante su embarazo tienen bebés más inteligentes. El doctor James F. Clapp, de la Case Western Reserve University en Cleveland encontró también que, a los cinco años de edad, los hijos de las mamás que se ejercitaban obtuvieron una puntuación significativamente más alta en pruebas de inteligencia general y habilidades lingüísticas.
- Lleva una dieta bien balanceada y dale un gran regalo a tu bebé: un cerebro que se ha desarrollado totalmente. Toma la multivitamina recomendada por tu médico. Dice la doctora Eliot que hay 45 nutrientes esenciales que nuestro cuerpo necesita, "y la gran mayoría de ellos son conocidos por ser necesarios para el desarrollo neurológico."
- Algunos ejemplos:
 - Yodo. Necesario para hacer la hormona tiroidea, que es esencial para el desarrollo del cerebro (la encuentras en la sal de mesa yodada).
 - Hierro. Si una mujer no tiene suficiente hierro, ella no puede producir suficientes glóbulos rojos para transportar oxígeno al bebé, lo que afecta el cerebro y el cuerpo en crecimiento. Es por esto que tu médico te vigilará de cerca para detectar cualquier anemia.
 - Vitaminas del complejo B, incluyendo ácido fólico. Esencial para el desarrollo del feto,

especialmente durante el primer mes de gestación.

[« Regresar](#)

La importancia de consumir pescado durante el embarazo

El consumo frecuente de pescado y marisco durante el embarazo favorece el desarrollo del niño, según un estudio español publicado en *'The Lancet'*. Los resultados contradicen a las autoridades de Estados Unidos, que en 2004 recomendaron limitar estos alimentos en la dieta por el riesgo que suponía para el feto un residuo presente en estos animales, el metilmercurio. Los autores consideran que "los efectos dañinos que puede tener sobre el desarrollo cerebral no superan los beneficios que poseen otros nutrientes presentes en el pescado y el marisco".

“El cerebro de un niño recién nacido está compuesto en un 50% de lípidos que se forman a partir de ácidos grasos esenciales. Algunos de ellos son sintetizados por el propio organismo pero otros deben ser incorporados con la dieta, como los omega 3 (y podrían ser los responsables de este efecto positivo sobre las capacidades cognitivas de los niños en cuanto a inteligencia, expresión verbal, capacidad motora y memoria), una buena fuente es el pescado”.

Según los investigadores, aunque se desconocen los mecanismos por los cuales esto sucede, "los niveles de estos ácidos grasos parecen ser cruciales en el desarrollo temprano del cerebro del feto" y la escasez de ellos puede tener graves consecuencias, de ahí la importancia de su ingesta durante el embarazo.

[« Regresar](#)

Entonces, ¿hay inteligencia antes de nacer?

Los expertos han probado que el feto es activo, sensible y muy influyente. Los fetos protestan y se comunican a través de movimientos hiperactivos y pataleos. Las películas violentas hacen que la embarazada tenga que retirarse del cine o también si escucha una música ruidosa. De este modo el feto modela al medio, tomando actitudes.

Tu bebé siente muchas cosas y está muy ocupado en mantenerse cómodo dentro del útero. Su vida es una ejercitación en las relaciones y cambia continuamente de posición siguiendo tu ritmo y en todos sus movimientos no se puede negar una absoluta coordinación entre el cerebro y el cuerpo. Así comienza el vínculo entre el bebé y los padres. La vieja idea de considerar a los recién nacidos o a los fetos de egocéntricos debe sustituirse por una relación duocéntrica o aprendizaje a duo. En el útero es inevitable porque madre e hijo comen juntos, respiran juntos, duermen juntos y quizás fumen cigarrillos o se caigan juntos.

David. B. Chamberlain nos advierte sobre la habilidad de los fetos para socializarse, jugar, comunicarse, aprender. Todavía estamos lejos de reconocer la inteligencia del feto. Chamberlain cree que si no se acepta que el feto es inteligente nosotros tampoco mostraremos gran inteligencia en la forma de relacionarnos con ellos. El trabajo comienza antes de la gestación.

¿Cómo puedo estimular la inteligencia de mi bebé durante el embarazo?

Al mismo tiempo que se aceptaba la idea de una inteligencia prenatal, se aceptaba también la creencia de que la estimulación prenatal podía ayudar a aumentar la inteligencia del bebé.

Existen numerosos estudios que muestran una liga entre la estimulación fetal, la inteligencia y el aumento de la capacidad motora, el lenguaje y la capacidad social. Esto es importante para los padres que quieren que su bebé tenga las mejores oportunidades para que sea lo más inteligente y adaptado al mundo que sea posible. Algunos de esos estudios discuten el uso de la música durante el embarazo.

Casi todos hemos visto la imagen de una embarazada con audífonos en su panza. Aunque esto puede parecer tonto, existe realmente una conexión entre la comunicación con el feto y su desarrollo como recién nacido. Muchos de estos investigadores creen que ponerle la música al bebé en el útero, incrementa su habilidad para aprender y su inteligencia se desarrollará a un paso más veloz una vez que nazca.

Adicionalmente, el mismo raciocinio se puede aplicar a que le leas al bebé durante el embarazo. Una vez que se han desarrollado las orejas y el sentido del oído, leerle al bebé puede ayudar a que su lenguaje se desarrolle tempranamente e incrementa también el desarrollo del lenguaje una vez que nazca.

Otras acciones que incrementan la inteligencia prenatal y que ayuda a que el feto aprenda en el útero, incluye enseñarle vocabulario asociado a la acción. Es decir, debes decir la palabra fuerte y clara mientras que al mismo tiempo realizas esa acción. Esto le ayudará al bebé a asociar las palabras con la acción y cuando nazca podrá aprender rápidamente.

Los bebés han demostrado que reconocen voces y música que escucharon mientras estaban en el útero. De hecho, cuando quieres calmar a tu bebé generalmente lo colocas con la cabeza del lado izquierdo en donde podrá escuchar el latido de tu corazón. Este es un sonido que reconoce y que lo tranquiliza. Esta es una clara indicación de que un bebé que no ha nacido puede oír y recordar sonidos. La estimulación prenatal es una técnica que se ha vuelto muy popular.

El feto está expuesto a una gran variedad de estímulos mientras que está en el útero y conforme los va reconociendo, va aprendiendo a reaccionar a cada uno de ellos. Esta exposición frecuente es lo que estimula el sistema nervioso central y ayuda a incrementar la inteligencia del bebé durante el embarazo.

Los bebés que fueron estimulados tienen un mejor desarrollo motor, visual, auditivo y de lenguaje. Estos bebés tienden a mostrar una mayor confianza en ellos mismos, están más alertas y están más contentos que los bebés que no fueron estimulados.

Las piezas musicales y las voces que se utilizaron para estimular al bebé durante el embarazo, generalmente tienen un efecto calmante después del nacimiento. Los estudios realizados por la doctora Beatriz Manrique (del Centro de Investigaciones para el Desarrollo Integral Humano a través

de la Comunidad –CEDIHAC- en Venezuela), muestran que la estimulación prenatal tiene un positivo impacto en las capacidades de aprendizaje del bebé al nacer y que este avance se mantenía durante la niñez, que los bebés estimulados tienen un mejor manejo del estrés y esto muestra un sistema nervioso central más desarrollado. Este estudio no solo demuestra la existencia de una inteligencia prenatal sino que también sugiere que las influencias de un medio ambiente positivo pueden tener efectos perdurables en el bebé.

[« Regresar](#)

¿En qué momento del embarazo debo iniciar la estimulación?

Lo mejor es iniciar la estimulación prenatal alrededor de los tres meses del embarazo. Aunque la audición no se desarrolla sino hasta los cinco meses, puedes usar el tacto, la luz y las vibraciones en este momento. A los 5 meses inicias con la música y los cantos. Recuerda, puedes aumentar los efectos si al mismo tiempo tomas una dieta sana y la combinas con ejercicio y reposo.

Al bebé le afecta el estado emocional de su madre. Una madre que sabe relajarse, le enseñará a hacerlo y ayudará al desarrollo del cerebro del bebé al reducir el estrés. La forma en que los padres interactúan con el bebé aún dentro del útero, puede tener un efecto duradero porque se siente querido y, por lo tanto, confiado.

Es importante que esta estimulación se introduzca en una forma organizada. Cuando se hace de esta manera, es mucho más fácil que el bebé lo vaya organizando en su cerebro. En este momento el feto depende de sus padres para que le den sentido a esta estimulación y que no lo sobre estimulen porque esto puede causarle estrés y ya no sería capaz de organizar toda esta información. La sobre estimulación puede, de hecho, deshacer todo lo bueno que hayas logrado.

Mientras más se sabe de los beneficios de la estimulación prenatal, nos damos cuenta de que las implicaciones para el futuro son increíbles.

[« Regresar](#)

En nuestra gaceta del mes de ABRIL tendrás más información acerca de este interesante tema:
¿Cómo puedo ayudar a mi bebé a que desarrolle su inteligencia?

Tamaño del texto: [A](#) [A](#) [A](#) [PDF](#)

Imprímelo

© Infogen A.C. 2008 POR LA CALIDAD DE LA SALUD No. de permiso SSA 05330020155756 5-07-05



▶ ¿Qué puedo hacer para tener un bebé más inteligente? 2da parte

Tamaño del texto: **A A A**



Imprímelo



Durante el siglo XX los psicólogos han lidiado con el concepto de la inteligencia y como medirla. Algunos la definen como la capacidad para establecer relaciones.

- [¿Y el bebé recién nacido es inteligente?](#)
- [¿Cómo puedo ayudar a mi bebé a que desarrolle su inteligencia?](#)
- [¿Por qué a esto se le llama estimulación temprana?](#)

¿Y el bebé recién nacido es inteligente?

Hace 75 años que se publicó el famoso test de Alfredo Binet en Paris produciendo la nombrada clasificación del coeficiente intelectual. El sutil mensaje que se extendió a través de nuestra cultura fue que el test decía si uno era inteligente o no, sin embargo no daban ejemplos de la amplia gama de importantes habilidades.

Estos hechos colocaban en desventaja a los recién nacidos. ¿Cómo un bebé podía pasar uno de estos tests y ser considerado inteligente? más aún, ¿cómo podíamos pensar, que un bebé era inteligente si no había ido a la escuela, no sabía escribir, y no sabía nada? Los expertos opinaban que los cerebros de los bebés no estaban desarrollados y que, por lo tanto, no tenían mucho uso. Sin embargo, actualmente se ha ido descubriendo que los bebés van desarrollando sus sentidos desde antes del embarazo y que, a las pocas horas de nacido, el bebé es capaz de oír, sentir, gustar, ver (enfoca y sigue objetos con la mirada y exhibe preferencias visuales) y oler (el bebé rápidamente identifica el olor de la madre y esto es otro lazo de unión con ella).

La vista es, probablemente la forma más importante para que el bebé se conecte con los padres. Después de tantos meses de nada más sentir, oír y gustar, el bebé está ansioso de conocer las caras de su padre y su madre. De todos los sentidos, la vista es el más complejo. La visión al nacer no es perfecta pero es adecuada para sus necesidades inmediatas y a los cuatro días de nacido es capaz de incorporar el movimiento de la cabeza (hacia los lados) con el movimiento de los ojos.

Algunas evidencias sugieren que los niños recién nacidos están especialmente interesados en ver patrones complejos en lugar de figuras simples y que lo que más les interesa es el rostro humano. Unos cuantos minutos después del nacimiento, los niños siguen mucho más a un patrón visual cuya estructura semeje la cara humana, que a otros patrones de igual complejidad.

Esta capacidad visual del recién nacido es importante para el origen de las relaciones sociales, ya que las miradas son una forma muy significativa de contacto social. El recién nacido fija su atención preferentemente al escuchar una voz o un sonido que semeje la voz humana. El niño, desde que nace, se mueve con ritmo y placer al escuchar el habla articulada de la gente y casi no responde al escuchar ruidos grabados de voces humanas sin articulación. También los niños recién nacidos prefieren las voces femeninas a las masculinas. Probablemente pueden escuchar y ya conocen la voz de su madre desde poco antes de nacer.

A medida que se han ido mejorando las técnicas de investigación -explica Tom Bower, profesor de psicología de la Universidad de Edimburgo, Escocia- ha aumentado la aparente complejidad del sistema perceptual de los niños pequeños. Hay pruebas que demuestran que antes de que los pequeños sean capaces de atrapar algo, pueden distinguir aquellos objetos atrapables de los que no lo son, empleando una información puramente visual.

[« Regresar](#)

¿Cómo puedo ayudar a mi bebé a que desarrolle su inteligencia?

Tranquilos, el secreto para tener un bebé inteligente no es tan complicado como lo piensan. Aunque, como ya hemos visto, en la inteligencia de un ser humano intervienen factores genéticos y el medio ambiente, la parte más importante es algo que ustedes pueden controlar: la calidad del cuidado que le dan a su bebé

La estimulación puede hacerse de muchas formas, pero la primera estimulación debe ser en el seno de la madre y de la familia: mantener al bebé cerca de ti después del parto, abrazarlo, acariciarlo y darle el pecho. Una de las maneras más fáciles para que las mujeres puedan ayudar a sus bebés a mejorar su nivel de inteligencia es dándole el pecho. Los científicos todavía no saben el por qué la leche materna es tan benéfica para el desarrollo mental del bebé, pero se sabe que contiene docenas de factores (nutrientes, hormonas, enzimas y factores inmunológicos) que son específicamente benéficos para el desarrollo del cerebro.

Otros factores durante los primeros años de vida que están asociados con un incremento en la capacidad de aprendizaje e inteligencia de los niños, incluye: un medio ambiente saludable, padres atentos y cariñosos que hablan, leen y cantan a sus bebés, lo exponen a estímulos sensoriales simples, y tienen una disciplina firme pero tranquila.

La clave para educar un niño inteligente es una interacción amorosa de los padres con sus hijos. Pasen tiempo con ellos en una forma positiva y compartiendo alguna actividad que el niño pueda disfrutar. Puede ayudarte seguir estas líneas de acción:

1. Usa estímulos que sean simples y hazlo lentamente para que puedas captar su atención.
2. Repite varias veces las cosas que hagas.
3. Observa bien la respuesta del bebé a ese estímulo.

Amar y estimular al bebé son acciones cruciales para una inteligencia óptima dice el Dr. Robert Voigt, pediatra de la Clínica Mayo en Rochester EU. Es importante también que hagas trabajar el cerebro de tu bebé con actividades estimulantes como las que mencionamos enseguida:

1. Platiquen con él siempre que estén juntos. Hay una correlación entre el número de palabras que escucha un bebé y su grado de inteligencia verbal, dice la Dra. Elise Eliot. Mientras más le hables, más rico será su vocabulario. Mantén los temas simples porque el bebé piensa en términos concretos. Hablen acerca de su cobijita o de su cochecito pero no de las futuras vacaciones. Y si ven que está tratando de comunicarse, díganle, por ejemplo, “Ah, quieres tu botella”.
2. Descubran los libros. Leer historias juntos creará un lazo de unión con el bebé y le ayudará a aprender. Aprenderá los principios de la literatura -que hay letras y palabras, que se lee de la izquierda a la derecha- y los dibujos le ayudarán a ver cosas que de otra manera nunca conocería como buques o animales salvajes. Cuando llegues al final de un libro, encuentra la paciencia de volverlo a leer, cada vez que lo haces el bebé ejercita su memoria y es un placer para él cuando puede predecir lo que aparecerá en la siguiente página.
3. Deja que tus dedos hagan “la plática” Usa el lenguaje de signos con tu bebé antes de que hable. Le estarás ayudando a que desarrolle su inteligencia. Los estudios científicos muestran que el lenguaje de signos tiene un efecto positivo en el coeficiente intelectual (IQ) y en el desarrollo del lenguaje. De acuerdo a un estudio realizado en la Universidad de California, los bebés que aprendieron 20 signos, hablaron antes y tenían un IQ más elevado que los que no lo hicieron.
4. Denle tiempo a solas. Si le pones juguetes debajo de las narices cada vez que está despierto, agotarás su capacidad de aprendizaje y no lo ayudarás a que desarrolle su tiempo de atención que es importante para su proceso académico. Los bebés necesitan estar entretenidos las 24 horas, pero también necesitan un tiempo para divertirse solos, descubrir el mundo, jugar con sus juguetes o gatear.
5. Abrázalo y acarícialo. Una vez que el bebé ha aprendido que siempre vas a estar ahí para cubrir sus necesidades en una forma amorosa y confiable, él tendrá que atreverse a explorar el mundo por sí mismo. Así que abrázalo y has mucho contacto de ojos. Una de las cosas que más motiva a un bebé para aprender es que quiere conectarse con otras personas, es por eso que te muestran una flor o señalan las estrellas, quieren crear un lazo de unión.

Trata de comunicarte con tu bebé cuando está totalmente despierto y no cuando está ocupado con otra cosa.



Los bebés disfrutan y crecen con la estimulación siempre y cuando no sea demasiado. Cuando se sobre estimula al bebé, él dará señales de que está molesto, dejará de prestar atención, se habituará al estímulo o simplemente se dormirá. Para determinar cuál es la medida correcta, observa cuáles son sus preferencias. La meta no es agobiarlo con demasiadas cosas sino ofrecerle una variedad de experiencias sensoriales: de movimientos, de sabores, de olores, de tacto, de vista y de audición.

[« Regresar](#)

¿Por qué a esto se le llama estimulación temprana?

Estimulación temprana, estimulación infantil, estimulación postnatal, son los nombres que se le ha dado a los programas para desarrollar el potencial de los niños y bebés, con métodos profesionales y de forma divertida.

Los ejercicios utilizados pretenden promover el desarrollo social, afectivo, mental y sensorial del pequeño. La seguridad se fomenta en el niño y los vínculos entre él, sus padres y el mundo se estrechan.

La estimulación temprana está dirigida tanto a bebés recién nacidos como a niños de hasta 6 años de edad. Además, a los padres les permite conocer la forma en que pueden cuidar, alentar y ayudar en el desarrollo de su hijo.

Como ya lo dijimos, la recepción de estímulos es algo natural en cada bebé; desde que nacen están atentos a lo que sucede en el exterior. Con las técnicas de estimulación temprana, se pretende ayudar al pequeño a explorar, conocer y aprender, desarrollando así sus capacidades y destrezas de forma natural.

[« Regresar](#)

