

Introducción

Tu bebé es tan sorprendente. Nace con la habilidad de aprender acerca de sus alrededores, además de conocerte y entenderte. Su cerebro, el cual se formó mientras estaba dentro de ti, continúa desarrollándose con una rapidez sorprendente.

Su cerebro lo ayuda a descifrar todo lo que sucede a su alrededor. Sus sentidos de olfato, visión, audición, tacto y gusto lo ayudan a comprender el mundo en el que vive.

Este es un momento tan importante para presentarle suavemente los objetos que le rodean. Aprovecha estos momentos para disfrutar esa exploración. Es en estos momentos en que tu bebé y tú formarán un nexo que compartirán por el resto de sus vidas.

Abrázalo, ámalo, juega con él y preséntale el mundo en que vive. Luego siéntate y obsérvalo crecer y convertirse en esa persona maravillosa que está destinada a ser.

Qué cerebro tan sorprendente

¿Sabías que inmediatamente después del nacimiento, tu bebé puede reconocerte? También puede comunicarse contigo a través de las expresiones faciales, los llantos y el lenguaje corporal, habilidades que continuarán desarrollándose a medida que crece. Aprenderás a entenderlo así como él aprenderá a entenderte a ti.

Las investigaciones han demostrado que las cosas más simples son las que más le interesan a tu bebé. Las mamás lo han sabido hace muchísimo tiempo. Al cuidarte durante el embarazo, le das el primer empujoncito para que se desarrolle bien. Al compartir bastante tiempo con tu bebé, estarás fortaleciendo ese maravilloso nexo contigo y estarás ayudándolo a crecer y a desarrollarse para el resto de su vida.

Una de las cosas más importantes que se desarrollará será su cerebro. Al nacer, el cerebro de tu bebé tiene miles de millones de células nerviosas, las cuales se llaman neuronas. Éstas crecen y se conectan entre sí, controlando todas las funciones del cuerpo, como la vista, el sistema auditivo y el movimiento. Las conexiones que permiten a las neuronas comunicarse entre sí se llaman sinapsis. Sin embargo, tu recién nacido necesita ser estimulado para que estas neuronas y sinapsis se formen.

Las primeras experiencias “ejercitan” las neuronas y las fortalecen, así como el ejercicio físico fortalece el cuerpo. Las neuronas que se usan muy poco son desechadas. El desecho de las neuronas no utilizadas (o utilizadas pocas veces) permite que el “circuito” del cerebro de tu bebé funcione mejor. Esta preselección ayudará a que tu bebé pueda caminar, hablar y ver mejor.

¿Cómo le enseño a hablar a mi bebé?

Al nacer, el sistema auditivo es uno de los sentidos más desarrollados de tu bebé. Aprenderá el concepto del lenguaje sólo con escucharte a ti y a otros hablar. Tu bebé aprenderá mejor en un ambiente rico en imágenes, sonidos y comunicación.

El primer tipo de comunicación que aprenderá tu bebé es que, al llorar, será alimentado o consolado. También aprenderá a reconocer sonidos importantes, como tu propia voz. Tu bebé distinguirá los distintos sonidos de tus palabras, y ello a su vez lo ayudará a entender el lenguaje hablado. Es impresionante cómo tu bebé puede apren-

der a hablar simplemente con escucharte. Por eso es primordial que le hables a tu bebé. Cuanto más le hables, mayor será la cantidad de palabras que aprenderá.

Los bebés son diferentes en cuanto a su capacidad para entender lo que se dice. Hay muchas maneras de ayudar a tu bebé para que aprenda a hablar. Algunas de ellas son leerle, cantarle y tocarle música.

¿Cómo aprenden los bebés?

La mejor manera para que tu bebé aprenda es observándote y viendo lo que pasa a su alrededor. Tu bebé observará cómo interactúas con otros. Aprenderá de tus expresiones faciales. Aprenderá que, al sonreír, estás contenta. Inclusive, aprenderá que él mismo te puede hacer sonreír.

Tu bebé memorizará tu rostro, su forma y líneas y, después de un tiempo, hará lo mismo con los rostros de las otras personas más importantes de su vida. ¡Este es un momento tan divertido para interactuar con tu bebé!

Tu precioso pequeñito aprenderá más acerca de sus alrededores al jugar con los objetos que encuentra en él. Dale una sonaja, un porta-vasos o una cuchara. Los golpeará entre sí o contra sí mismo. Se los meterá en la boca. Durante todo ese tiempo estará descubriendo las texturas, temperaturas, dureza y suavidad, sabores y sonidos de las cosas.

Pero lo más importante es que tu bebé aprenderá imitándote a ti. Sácale la lengua, sonríele, guíñale un ojo (puede que hasta te guiñe de vuelta). Al principio pensarás que fue de casualidad, hasta que veas que lo hace con frecuencia. Pronto, tu bebé aprenderá a imitar lo que haces tú y lo que hacen otros. Inventa juegos para que te imite. Juega con él a las escondidas y verás que se divertirá muchísimo utilizando las nuevas habilidades que ha aprendido.

¿Cuál es la mejor manera de enseñarle a mi bebé?

No te preocupes demasiado por comprarle cosas a tu bebé con el objetivo de estimularlo. Siempre te va a preferir a ti sobre cualquier otra cosa. Estará enormemente interesado en el sonido de tu voz y será tu más grande admirador cuando le cantes una canción. Le encantará que juegues con él y te escuchará con mucha atención cuando le leas un cuento. Tu bebé disfrutará de la textura, sabor y sonidos de los objetos que están en tu hogar. Solamente debes asegurarte que sean seguros para él.

La mayoría de los bebés aprenden acerca del mundo que les rodea por medio de las experiencias cotidianas. Sólo necesitan una familia que les dé amor y atención cuando interactúan con ellos. Háblale y cuéntale lo que estás haciendo mientras lo bañas o le cambias el pañal. Permítele sostener una cuchara de madera cuando cocines. Será a través de los sonidos, olores y sabores de sus alrededores que tu bebé empezará a comprender el mundo en el que vive.

Tu bebé empezará a desarrollar sus emociones a través de tu cuidado lleno de amor. Se sentirá seguro y amado cuando respondas a sus llantos. La única manera que tiene de comunicarse contigo es a través del llanto y los gestos. Siempre deberás responder, para que se sienta seguro y amado. Nunca lo vas a malcriar por darle demasiado amor o abrazarlo demasiado.

No te apures en enseñarle demasiadas cosas porque aprenderá a su propio ritmo. Lo único que tienes que hacer es presentarle las cosas que se encuentran a su alrededor. Proporciónale las experiencias y tu bebé aprenderá a

partir de ellas. Si tu bebé se siente fastidiado o molesto, entonces lo estás sobre estimulando. Pronto descubrirás su ritmo de aprendizaje.

¿Mi bebé me conoce de verdad?

No pasará mucho tiempo antes que tu bebé y tú se conviertan en un equipo. El apego que tengas con él será el nexo más increíble que jamás experimentarás y comprenderás cuán sólido es ese nexo cuando veas que te sonrío. Tu bebé se emocionará cuando entres a la habitación y se molestará cuando te vayas. Se reirá cuando cantes o le hagas caritas chistosas.

Con el tiempo, esta relación crecerá y será cada vez más profunda. Conocerás la maravillosa satisfacción de compartir un vínculo de amor que durará toda una vida.

Resumiendo

Son muchos los elementos que convertirán a tu bebé en la persona que será.

Cómo se desarrolla dentro de ti y cuando te cuidas a ti misma son los elementos más importantes en el comienzo de la vida de tu bebé. Después de su nacimiento, tu amor, tu solicitud y la manera en que respondes a sus necesidades determinarán cómo tu bebé verá el mundo que le rodea. ¿Será un ambiente que inspire seguridad o uno que inspire temor?

La manera cómo le presentes las imágenes, los sonidos, los olores y los gustos de su alrededor le enseñarán cuán grande es el mundo que le rodea. La interacción que tengas con él contribuirá al crecimiento y desarrollo de su lenguaje y expresión.

Todas estas experiencias tempranas ayudan a su crecimiento y desarrollo, las cuales son producto de tu amor, afecto y orientación. El ambiente normal de tu hogar le proporcionará los objetos, las texturas y los sonidos que tu bebé necesita para jugar y explorar y así conocer el mundo que le rodea. ¿Te das cuenta de lo importante que eres para tu bebé? Disfruta de este momento.

References:

1. Learning, Play and Your Newborn, www.kidshealth.org, accessed 5-5-17
2. Early Experiences and Your Baby's Development, by Nathan A. Fox, PhD and Lewis A. Leavitt, MD, Johnson & Johnson Pediatric Institute, L.L.C. 2000.
3. Brain Development: Frequently Asked Questions, http://main.zerotothree.org/site/PageServer?pagename=ter_key_brainFAQ, accessed 5-5-17.
4. Speech and Language Developmental Milestones, <https://www.nidcd.nih.gov/health/speech-and-language>, accessed 5-5-17.
5. Reading Books to Babies, <http://kidshealth.org/en/parents/reading-babies.html>, accessed 5-5-17

All information in this brochure is for educational purposes only. For specific medical advice, diagnoses, and treatment, consult your doctor.