

¿Qué son los logros?

Es importante entender los logros porque la ayudan a saber si su bebé va por un buen camino en su crecimiento y desarrollo. Mientras su bebé crece y se desarrolla, aprenderá ciertas habilidades que se apoyan sobre otras para ayudarlo a caminar, hablar, pensar y relacionarse con las personas como lo hacemos usted y yo. Notará que los logros se encuentran dentro de un rango de edades. Eso se debe a que cada niño es único y se desarrolla a su propio ritmo. Puede ayudar a su niño de manera fácil a desarrollar sus habilidades simplemente amándolo y jugando con él. Su hijo alcanza mejor sus logros al interactuar con usted y otros. Es buena idea aprender sobre logros, pero intente no enfocarse demasiado en ellos. Ser consciente de ellos lo ayuda a saber si su bebé se está demorando o tiene obstáculos para poder ayudarlo. Si asiste a todas las revisiones pediátricas, su prestador médico controlará de cerca el desarrollo de su hijo y le informará si hay algún problema. Su prestador también confiará en que usted le comunicará toda preocupación que tenga, como pérdida de habilidades.

Logros del movimiento

Pasar mucho tiempo boca abajo con supervisión ayudará a su bebé a fortalecer el cuello y la espalda. Puede parecer que le cuesta, pero el esfuerzo lo ayuda a ganar fuerza. Intente poner un juguete frente a él para alentar-lo a levantar la cabeza y mirarlo o póngalo al alcance de su mano para alentar-lo a que lo tome. Siéntese en el piso con su bebé para alentar sus esfuerzos en el movimiento. Cada vez que su bebé esté boca abajo deberá ser muy cuidadoso y controlarlo. Si se duerme, debe ser recostado de espaldas en una cuna sin sábanas. También puede recostarlo de espaldas en una alfombra de juegos para que mire los juguetes que cuelgan sobre él para alentar-lo a mover la cabeza. Trate de evitar sobrestimularlo. Si su bebé se pone quisquilloso, la hora de jugar se terminó.

Logros de visión y audición

El primer mes, su bebé solo puede ver objetos justo en frente de él y solo puede ver patrones y colores entre los que haya mucho contraste. Su visión es suficiente para mirarla fijo cuando quiera comer. Observe que la miran mientras se alimenta. ¡A los tres meses, su visión se ha desarrollado lo suficiente al punto de que pueden comenzar a distinguir diferencias tenues de colores y seguir objetos de un lado a otro! También pueden reconocer objetos y rostros familiares a la distancia. ¡Pronto comenzarán a reconocer a su familia! En cuanto a la audición, su bebé ya conoce su voz al nacer. ¡La ha oído desde el útero mientras crecía y se desarrollaba! Puede notar que cuando su bebé está enojado, su voz puede calmarlo o tranquilizarlo. Con el tiempo, también aprenderán las otras voces de su familia. Alrededor de los tres meses, notará que su bebé mueve su cabeza para encontrar el sonido o voz que oyen. Puede darle estímulos visuales con elementos que tengan colores que contrasten, como patrones de negro y blanco. Utilice juguetes coloridos, como móviles o juguetes que hagan sonidos. Acérquese a su bebé y háblele, murmúrele o cántele. Haga que el resto de su familia también le hable.

Logros del habla y el lenguaje

Aunque su bebé no puede usar palabras, su recién nacido está bien equipado para comunicarse. Le dirá qué quiere al llorar. Si tiene hambre, está incómodo, sobrestimulado, cansado o simplemente la necesita, llorará. Háblele a su bebé; cuando haga sonidos, imítelos. A su bebé le encantará, pero también háblele de la forma normal de adultos. Llegará un momento en que querrá dejar de lado el lenguaje de bebé y mostrarle buenos ejemplos de cómo hablar. Léale, incluso si cree que no entenderá; mientras más oiga, más aprenderá. Incluso si puede pronunciar palabras u oraciones, eventualmente aprenderán las reglas sutiles de comunicación.

Logros sociales y emocionales

La mejor manera de alcanzar logros sociales y emocionales es interactuando mucho con su bebé. Hable, sonría, ría, béselo, cálmelo, juegue con él y esté atenta a sus necesidades. Preste atención a su temperamento y contrólelo. Si su bebé tiene sensibilidad extrema, muéstrole de manera suave o lenta cosas nuevas. Si reacciona de manera más intensa, tenga cuidado de no sobrestimularlo. Mientras más interactúe su bebé con usted, más se desarrollará su cerebro, se abrirá su mundo y se enfocará menos en el hambre, los gases o el cansancio.

Cuándo llamar a su prestador

Al final de los tres meses, su bebé debe alcanzar varios de los logros de este período. Pero llame a su prestador si nota que su bebé:

- Tiene dificultades para levantar la cabeza
- Tiene piernas rígidas que prácticamente no mueve
- Tira la cabeza para atrás
- Mantiene las manos cerradas en un puño y no mueve los brazos
- No utiliza una parte o un lado de su cuerpo
- Se pone nervioso o tiembla mucho
- Deja de hacer algo que solía hacer
- No sonríe ni hace contacto visual

Logros del movimiento

- Levanta la cabeza y el pecho por sobre el estómago
- Apoya la parte superior del cuerpo en el estómago
- Se estira y da patadas recostado
- Abre y cierra las manos
- Lleva las manos a la boca
- Toma juguetes y los sacude

Logros de visión y audición

- Sigue objetos en movimiento
- Reconoce objetos y personas familiares
- Utiliza las manos y los ojos de manera coordinada
- Prefiere los aromas dulces
- Prefiere las texturas suaves
- Mueve la cabeza en dirección a sonidos

Logros del habla y el lenguaje

- Hace contacto visual
- Lloro de manera diferente por distintas necesidades, como hambre y cansancio
- Hace arrullos y sonríe

Logros sociales y emocionales

- Comienza a desarrollar una sonrisa social
- Aprende a divertirse solo
- Disfruta jugar con personas
- Se comunica expresando emociones (chilla, hace arrullos, balbucea y se ríe)
- "Habla" cuando le dirigen la palabra
- Es expresivo con su rostro y su cuerpo
- Imita movimientos y expresiones
- Percibe situaciones extrañas

"Baby Milestones: 0-3 Month Developmental Milestones". Pathways.org, Pathways, pathways.org/growth-development/0-3-months/milestones/.

"Emotional and Social Development: Birth to 3 Months". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Emotional-and-Social-Development-Birth-to-3-Months.aspx.

"First Year Development: Infant Development: APA". American Pregnancy Association, 14 de oct. de 2019, americanpregnancy.org/first-year-of-life/first-year-development/.

"Hearing and Making Sounds". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Hearing-and-Making-Sounds.aspx. Birth-to-3-Months.aspx. "How Active Is Your Baby?". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/How-Active-is-Your-Baby.aspx.

"Movement Milestones: Birth to 3 Months". HealthyChildren.org, American Academy of Pediatrics, www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Movement-Birth-to-Three-Months.aspx. "An Introduction to Speech and Language Development. An Introduction to Speech and Language Development, Pathways.org, 2019, pathways.org/wp-content/uploads/2019/07/Speech_LEGAL.pdf.