

La Increíble Mente de Su Bebé

Desde el nacimiento, el cerebro de su bebé ha crecido, cambiado y desarrollado como resultado de todas sus experiencias e interacciones — buenas y malas. Esto incluye la relación que tienen con usted y su familia, el amor y la atención que se les brinda, y su creciente comprensión de su mundo. Y el momento más crítico para esto es en sus primeros años. Durante este tiempo, querrá limitar estrictamente el uso de dispositivos electrónicos con su hijo. De hecho, la Academia Estadounidense de Pediatría sugiere que los bebés menores de dos años tienen un tiempo MUY limitado en los dispositivos electrónicos y solo deben hacerlo cuando un adulto esté preparado para mostrárselos, hablarles y enseñarles. Involucre a su bebé lo más que pueda durante todo el día y asegúrese de que los cuidadores que tenga sean receptivos y atentos, como usted. Cuanto más hable, lea, juegue e incluya a su bebé en la vida familiar cotidiana, más crecerá y se desarrollará su cerebro.

Hitos del Movimiento

¡A los nueve meses, la movilidad de su bebé realmente está despegando! ¡Están haciendo todo lo posible que pueden para dar su primer paso! Muy pronto estarán caminando y luego corriendo, ¡y luego usted correrá tras ellos! Es probable que su bebé ya esté gateando bastante bien, y es probable que también esté intentando ponerse de pie. Incluso pueden mantenerse de pie ocasionalmente soltando los muebles para comprobar su equilibrio. Si no, pronto lo harán. Puede atraparlos paseando alrededor del sofá o la mesa del salón mientras se agarran. ¡Es solo cuestión de tiempo hasta que, con un poco de coordinación y equilibrio, y mucho coraje, su pequeño crucero dé su primer paso en solitario! Coloque rellenos acolchados sobre los bordes en esquina y afilados de los muebles para evitar contusiones y golpes. No necesita usar una andadera para enseñarle a caminar a su bebé. Realmente no ayudan, y pueden ser muy peligrosas. La Academia Estadounidense de Pediatría recomienda ir contra de ellas. Notará que su bebé ya tiene desarrollado su movimiento de pinza muy bien por ahora. Pueden manipular sus juguetes, alimentarse y están mejorando en soltar voluntariamente las cosas a su alcance.

Hitos de Lenguaje y Comunicación

Puede notar, a medida que su bebé se acerca al año de edad, que su comunicación no verbal se está volviendo bastante buena. Pueden gatear hacia algo que quieren, señalarlo y bueno... ya sabe exactamente lo que desean decir. También pueden estar imitando tonos y gestos que le ven haciendo cuando habla, como señalar, saludar, asentir o sacudir la cabeza. También están juntando sonidos que hacen palabras. Cuando dicen "Mamá" o "Dada" y se emociona y los elogia, aprenden lo significativas que son esas palabras. Aprenden que "Mamá" llama su atención de una manera muy especial. Finalmente se enteran de que *usted* es Mamá. ¡Observe como practican estas nuevas palabras especiales! ¡Esto es comunicación! Recuerde que sus palabras no siempre suenan como la palabra real. No necesita corregirlos, pero cuando use una palabra, asegúrese de pronunciarla correctamente para que, con el tiempo, puedan aprender la forma correcta de decirla.

Hitos Sociales y Emocionales

Las habilidades sociales y emocionales son como responde su bebé hacia usted y a otras personas, y como ellos manipulan sus emociones. Ahora son conscientes de las personas que no conocen — ¡extraños! Puede comenzar a ver a su bebé ponerse más nervioso o tímido con los extraños. Esto es completamente normal. Incluso pueden volverse más ansiosos o llorar alrededor de personas con las que solían sentirse cómodos, como niñeras o parientes. Aproximadamente al mismo tiempo, su bebé también puede enojarse más cuando lo deja y puede aferrarse a usted y gritar mientras intenta irse. Eventualmente aprenderán de la experiencia que VOLVERÁ por ellos, y así, esta etapa pasará.

Hitos Cognitivos

¡Su cerebro realmente es el centro de todo! A los nueve meses, la capacidad de atención de su hijo todavía era bastante corta — probablemente solo podían concentrarse durante un par de minutos en una sola cosa. ¡A esta temprana edad, están altamente sujetos a distracciones! Pero como todo lo demás, su capacidad de atención también continúa creciendo, y para su primer cumpleaños, podrían estar dispuestos a sentarse hasta quince minutos. ¡Eso es progreso! Comenzará a verlos explorar su entorno de diferentes maneras, como tirar, sacudir y golpear cosas juntas. Incluso podrían encontrar alegría en el juego de recuperar. Ahí es donde dejan caer su tetero o taza, y usted la recoge — una y otra vez — ¡cientos de veces! Y hablando de tazas, su bebé comenzará a usar una correctamente, así como a cepillarse el cabello — ¡o el suyo! Incluso verá que su bebé comienza a seguir instrucciones simples como "recoger el juguete" o "¡ven con mamá!" También comenzarán a comprender los nombres de las cosas y señalarán la imagen correcta cuando se nombre.

Cuándo Llamar a su Proveedor

La razón por la que compartimos estos hitos con usted es porque conoce mejor a su hijo. Usted está con ellos todos los días, y usted es quien probablemente notará cualquier retraso. Conocer las pautas le ayudará a vigilar el desarrollo de su bebé y alertar a su proveedor de cualquier problema. Si su hijo se retrasa o falta alguno de los hitos, o si tiene alguna inquietud, hable con su proveedor médico, quien puede derivarlo a un especialista que pueda ayudar a su bebé a recuperar las habilidades.

Hitos del Movimiento

- Se sienta sin ayuda
- Se agarra para pararse, camina agarrado a los muebles (cruce)
- Puede dar algunos pasos sin aferrarse
- Puede estar solo

Hitos Cognitivos

- Explora cosas de diferentes maneras, como sacudiéndolas, golpeándolas, lanzándolas
- Encuentra cosas ocultas fácilmente
- Observa la imagen o cosa correcta cuando se nombra
- Copia gestos
- Comienza a usar las cosas correctamente; por ejemplo, beber en una taza, cepillar el cabello
- Golpea dos cosas juntas
- Pone cosas en un recipiente, saca cosas de un recipiente
- Deja que las cosas vayan sin ayuda
- Indica con el dedo índice (señala)
- Sigue instrucciones simples como "recoger el juguete"

Hitos de Lenguaje y Comunicación

- Responde a solicitudes de voz simples
- Utiliza gestos simples, como sacudir la cabeza diciendo "no" o agitar la mano para decir "adiós"
- Hace sonidos con cambios en el tono (suena más como un discurso)
- Dice "Mamá" y "Dada" y exclamaciones como "¡uh-oh!"
- Intenta repetir las palabras que usted dice

Hitos Sociales y Emocionales

- Es tímido o nervioso con extraños
- Llora cuando mamá o papá se van
- Tiene cosas y personas favoritas
- Muestra miedo en algunas situaciones
- Le entrega un libro cuando quieren escuchar un cuento
- Repite sonidos o acciones para llamar la atención
- Coloca el brazo o la pierna para ayudar a vestirse
- Juega juegos como "esconder el rostro" y "palmaditas"

"Neuroplasticidad en Niños por Nandini Mundkur, Departamento de Pediatría del Hospital de Niños de Bangalore, Bangalore, Indi": <http://medind.nic.in/icb/t05/i10/icbt05i10p855.pdf>

"Hábitos saludables de uso de medios digitales para bebés, niños pequeños y preescolares": www.healthychildren.org/English/family-life/Media/Pages/Healthy-Digital-Media-Use-Habits-for-Babies-Toddlers-Preschoolers.aspx

"Tu hijo a 1 año": www.cdc.gov/ncbddd/actearly/pdf/checklists/CDC_LTSAE-Checklists-with-Tips-1year-P.pdf

"Movimiento: 8-12 meses": www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Movement-8-to-12-Months.aspx

"Desarrollo del Lenguaje: 8-12 Mese": www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Language-Development-8-to-12-Months.aspx

"Desarrollo Emocional y Social: 8-12 Meses": www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Emotional-and-Social-Development-8-12-Months.aspx

"Desarrollo Cognitivo: 8-12 Meses": www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Cognitive-Development-8-to-12-Months.aspx