

Mentes saludables:

Fomentando el desarrollo de su hijo de los **9 a los 12 meses**

¿Qué sabemos realmente acerca de la forma como se desarrolla un niño pequeño? ¿Qué pueden hacer los padres para apoyar el desarrollo saludable y el crecimiento del cerebro de su hijo? Algunas de las respuestas se encuentran en esta serie de folletos titulados **Mentes saludables**. Cada folleto se basa en los resultados de un informe* de la Academia Nacional de Ciencias que revisó la investigación acerca del desarrollo del niño y del cerebro para establecer lo que se conoce acerca de los primeros años. La información que ofrecemos es específica para cada edad, resume resultados clave del informe y sugiere de qué manera podría hacerse uso de estos para así fomentar el desarrollo saludable de su hijo.

Estos folletos son producidos por ZERO TO THREE, recurso líder en el país con información acerca de los primeros 3 años de vida del niño y de la American Academy of Pediatrics, dedicada a la salud de todos los niños.



Resultados

clave del informe incluyen:

- Su relación con su hijo es la base de su desarrollo saludable.
- El desarrollo de su hijo depende de las características con las que nació (naturaleza) y de lo que experimenta en su ambiente (crianza).
- Todas las áreas de desarrollo (social/emocional/intelectual/ lenguaje/ motor) están vinculadas. Cada una depende de, e influye a, las otras.
- Lo que los niños experimentan, incluso la manera como sus padres responden a ellos, da forma a su desarrollo a medida que se adaptan al mundo.

La vida familiar cotidiana:

Mónica, de once meses, se encuentra con su papá, Manuel, en el parque. Mónica está jugando sola en el cajón de arena cuando un grupo de niños pequeños se une a ella. Primero, Mónica sonríe y observa con entusiasmo su juego. Sin embargo, a medida que los niños se tornan más activos y ruidosos, las sonrisas de Mónica rápidamente se convierten en lágrimas. Comienza a gatear para salir del cajón de arena y se dirige a Manuel, quien la coge en brazos y la consuela. Pero luego, Manuel da un paso más. Una vez que Mónica se calma, Manuel la anima amablemente para que juegue cerca de ellos. Se sienta a su lado, hablando y jugando con ella. Pronto, Mónica se acerca con cautela a los otros niños, observando cuidadosamente sus movimientos.

Esto demuestra que todas las áreas de desarrollo de Mónica están vinculadas y la forma como su padre responde ayuda a estimular su desarrollo saludable. La mirada de Mónica a su padre para obtener consuelo indica que ha desarrollado una relación cercana y de confianza con él. Esta es una señal impor-

tante de su **desarrollo social y emocional**. Ella utiliza sus **capacidades intelectuales** para idear un plan ("Quiero que papá me consuele, ¿cómo lo hago?") y sus **habilidades de lenguaje** (llanto) y **motoras** (gatear hasta su papá) para llevar a cabo el plan y obtener de manera exitosa el consuelo que busca.

La respuesta sensible de Manuel tiene una gran influencia sobre lo que Mónica aprende de esta experiencia. Le hace saber a Mónica que sus necesidades y sentimientos son importantes. Esto ayudará a Mónica a desarrollar futuras relaciones basadas en el amor y la confianza. Él también le está haciendo saber que es una buena comunicadora, lo cual estimulará a Mónica para comunicarse más y más y la ayudará a desarrollar buenas habilidades de lenguaje y alfabetización. Su respuesta también ayuda a Mónica a resolver problemas. Ella quería consuelo y encontró la forma de obtenerlo. Al sentarse con ella cerca de los otros niños, Mónica sabe que cuenta con el apoyo que necesita para enfrentar satisfactoriamente nuevos desafíos. Esto le ayudará a sentirse segura para manejar otros desafíos a medida que crece.

Las relaciones constituyen la base del desarrollo saludable de un niño.



American Academy
of Pediatrics



DEDICADA A LA SALUD DE TODOS LOS NIÑOS

Representación del desarrollo saludable de su hijo: **9 a 12 meses**

La siguiente tabla describe muchas de las cosas que su bebé aprende entre los 9 meses y los 12 meses y lo que usted puede hacer para apoyar a su hijo en todas las áreas de su desarrollo. A medida que lea, recuerde que los niños tienen su propio ritmo y manera de desarrollarse. Trate de entender como es su hijo, cuáles son sus fortalezas y dónde requiere mayor apoyo, para así estimular su desarrollo saludable. Si tiene preguntas acerca del desarrollo de su hijo, consulte a su pediatra.

Qué está sucediendo:	Qué puede hacer:	Preguntas que debe formularse:
<p>A esta edad, los bebés son muy buenos para expresar sus sentimientos con gestos, sonidos y expresiones faciales. Pueden participar en una "conversación". Por ejemplo, entregándole cosas a usted, imitando los sonidos y acciones del otro. También entienden la "causa y efecto", es decir, que pueden hacer que algo suceda: "Si lloro, mamá vendrá".</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Ayúdele a su bebé a manejar sus sentimientos. Consuélelo cuando llora, dígame que sabe cuando está frustrado y ayúdelo a calmarse e intentarlo nuevamente. Esto ayuda a desarrollar el autocontrol. ● Comuníquese con su bebé a través de palabras y gestos. Si quiere alcanzar un libro, pregunte "¿Quieres ese libro?" Espere hasta que responda y luego entrégueselo. Ve a que hace con él y únase a él sin tomar el control. Estas "conversaciones" ayudan a aumentar su desarrollo general—social, emocional, lenguaje, intelectual y hasta motor. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo describiría la personalidad de su bebé? ¿De qué forma se parecen o difieren usted y su bebé? ● ¿Cómo le comunica su bebé lo que quiere, lo que está pensando y sintiendo?
<p>Gracias a sus nuevas capacidades de memoria, los bebés de esta edad saben que cuando usted se va, aún existe. Esta es una habilidad muy importante, pero también puede conducir a dificultades cuando se va. Por eso, los bebés protestan a la hora de dormir y lloran por usted a media noche. Intentan que usted regrese mediante gestos, llanto y grito.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Juegue a las escondidas. Este tipo de juegos ayudan al bebé a aprender a superar su separación y a sentirse seguro de que usted siempre regresa. ● Sea positivo cuando lo deja. En la noche vaya a verlo para reafirmarle que aún está ahí, pero trate de no tomarlo en brazos ni mecerlo para dormirlo. Al bebé puede que se le haga más difícil el volver a dormirse solito si se despierta en la noche y esto a ocurrido. Dígame adiós y que lo extrañará, pero que regresará. Asegúrese de que tenga algo que lo haga sentirse a gusto, como su "manta" o un juguete favorito. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo se comporta su bebé cuando usted se va? ¿Qué lo ayuda a hacerlo más fácil? ● ¿Qué le es más difícil acerca de estar lejos de su hijo? Conocer sus propios sentimientos es muy importante.
<p>Los bebés de esta edad hacen cosas una y otra vez, ya que así descubren cómo funcionan las cosas y al hacer las cosas en forma reiterativa, desarrollan la seguridad en sí mismos. También fortalece las conexiones en sus cerebros. Su capacidad para moverse de nuevas formas les facilita la exploración y les ayuda a hacer nuevos descubrimientos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Sea el entrenador de aprendizaje de su hijo. Obsérvelo para ver que hace. Luego, ayúdelo a dar el siguiente paso. Por ejemplo, estímúlelo para que coloque un bloque más sobre su torre. ● Siga la dirección de su hijo. Mientras más participe él en la dirección, más se involucrará y más aprenderá. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cuáles son las actividades favoritas de su bebé? ¿Qué le indica esto acerca de él? ● ¿Qué hace bien su bebé? ¿Qué encuentra desafiante? ¿Cómo puede ser su pareja para ayudarlo a enfrentar estos desafíos?
<p><i>*El informe llamado From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development constituyó un esfuerzo de dos años y medio de un grupo de 17 profesionales con experiencia en neurociencia, psicología, desarrollo de los niños, economía, educación, pediatría, psiquiatría y política pública. Ellos revisaron lo que se conoce como la naturaleza del desarrollo de la primera infancia y la influencia de experiencias tempranas sobre la salud y bienestar del niño. El estudio fue patrocinado por diversos organismos federales y fundaciones privadas.</i></p>		

Nuestros agradecimientos a

The Gerber Foundation

Mejorando la calidad de vida de los bebés y niños pequeños



© 2005 ZERO TO THREE. Estos folletos se puede reproducir libremente sin permiso para fines educacionales sin fines de lucro. Su reproducción para otros usos requiere la autorización expresa de ZERO TO THREE.

Para obtener mayor información visite:

www.zerotothree.org
www.aap.org