

¿Sabe usted cómo criar a su bebé correctamente?



Tome esta prueba breve, basada en los puntos clave del video *Begin With Love (Empieza con amor)*, para probar sus conocimientos sobre algunas de las cosas que usted puede hacer para aumentar su interacción con su bebé. No se preocupe si no contesta todas las preguntas correctamente. ¡Puede ver el video y aprender más!

- 1) **Verdadero o Falso:** Usted no puede mimar demasiado a un bebé.
- 2) **Verdadero o Falso:** No se puede sobre-estimular a un bebé.
- 3) **Entre los medios adecuados para calmar a su bebé se cuentan:**
 - A. Cambiarlo/a
 - B. Cantarle
 - C. Darle de comer
 - D. Darle un masaje
 - E. Arroparlo/a
 - F. Todas las anteriores.
- 4) **Verdadero o Falso:** Las rutinas ayudan a reducir el nivel de estrés de su bebé.
- 5) **Verdadero o Falso:** Ver televisión estimula el desarrollo de su bebé igual que cuando usted le habla.
- 6) **Verdadero o Falso:** Los bebés que se sienten contentos y cómodos aprenden mejor.
- 7) **Verdadero o Falso:** Usted debe empezar a hablar con su bebé tan pronto comience a emitir sonidos.
- 8) **Usted puede ayudar a su bebé a experimentar con sus sentidos:**
 - A. Mirando a sus ojos
 - B. Estableciendo contacto físico
 - C. Cargándolo/a
 - D. Arropándolo/a
- 9) **Verdadero o Falso:** El cuidado o que usted proporciona a su bebé ayuda a forjar la persona que será en el futuro.
- 7) **Verdadero o Falso:** El cuidado que usted proporciona a su bebé afectará el desarrollo de su cerebro.

Revise sus respuestas en las siguientes páginas.

¿Sabe usted...? página 2

1) Usted no puede mimar demasiado a un bebé.

Respuesta: Verdadero. A diferencia de los niños mayores, los bebés son demasiado jóvenes para saber cómo manipularlo a usted con sus llantos. Por consiguiente, no debe preocuparse de que responder a sus llantos lo vaya a mimar demasiado. Un bebé llora o se muestra inquieto para hacerle saber que necesita de su ayuda para satisfacer sus necesidades. Responder a los llantos de su bebé es importante no sólo porque lo/a hace sentirse más cómodo/a, sino también porque le enseña que puede depender de usted para que le atienda.

2) No se puede sobre-estimular a un bebé.

Respuesta: Falso. La sobre-estimulación puede ser tan dura para un bebé como la sub-estimulación. La sobre-estimulación ocurre cuando un bebé se aburre o se siente inconforme con una actividad o con un juguete. Usualmente, el bebé le hará saber que se siente sobre-estimulado volteando la cabeza o llorando. En este momento, usted debe suspender la actividad y pasar a otra que agrada al bebé. Si le agrada lo que está haciendo, el bebé se sentirá animado a aprender.

3) Entre los medios adecuados para calmar a su bebé se cuentan:

- A. Cambiarlo/a
- B. Cantarle
- C. Darle de comer
- D. Darle un masaje
- E. Arrojarlo/a
- F. Todas las anteriores.

Respuesta: F. Todas las anteriores. Experimente con diferentes actividades para determinar cuáles calman más a su bebé. Hacer que su bebé se sienta cómodo no siempre resulta fácil por lo que usted probablemente tendrá que probar varios métodos hasta que averigüe cuáles funcionan mejor. Es muy importante calmar a un bebé que se siente molesto. Cuando usted responde a su llanto, el bebé aprende que usted comprende las señales que le está enviando y que satisficará sus necesidades.

4) Las rutinas ayudan a reducir el nivel de estrés de su bebé.

Respuesta: Verdadero. Las rutinas relacionadas con las actividades diarias como bañar al bebé y darle de comer ayudan a reducir su nivel de estrés creando un mundo previsible para él/ella. Las rutinas permiten a su bebé saber que puede esperar que ocurran ciertas cosas y le dan una sensación de control respecto del mundo a su alrededor. También le ayudan a comprender que puede confiar en que usted satisficará sus necesidades.

5) Ver televisión estimula el desarrollo de su bebé igual que cuando usted le habla.

Respuesta: Falso. La “comunicación” proveniente de la televisión no ofrece a su bebé los mismos beneficios que el sonido de su voz debido a que la televisión no puede responder los intentos de su bebé de interactuar con usted – sus sonrisas, ruidos y contactos físicos. Cuando usted habla, le canta o le lee algo, es el sonido de su voz – no cualquier voz – lo que ayudará a su bebé a conectarse con usted y sentir el amor y el afecto que necesita para crecer y desarrollarse.

6) Los bebés que se sienten contentos y cómodos aprenden mejor.

Respuesta: Verdadero. El bienestar emocional de un bebé influye en su capacidad de aprendizaje. Proporcionar a su niño/a muchas experiencias cálidas y afectuosas, le ayuda a desarrollar confianza en su propia capacidad de aprender acerca del mundo a su alrededor y le estimula a aprender más. Asimismo, las experiencias amorosas y enriquecedoras le enseñan a sentirse bien respecto del mundo.

7) Usted debe empezar a hablar con su bebé tan pronto comience a emitir sonidos.

Respuesta: Falso. Desde el momento en que un bebé nace, mucho antes de que pueda emitir sonidos o articular palabras, usted debe hablar con su bebé, cantarle e incluso leerle tanto como sea posible. Los sonidos son la base del habla y el lenguaje. Asimismo, escuchar el sonido de su voz ayudará a su bebé a aprender acerca de usted y conectarse con usted. No importa que su bebé no comprenda lo que usted dice o no le conteste.

¿Sabe usted...? página 3

Siempre que usted emite un sonido y su bebé le mira, usted ha hecho una importante conexión emocional.

8) Usted puede ayudar a su bebé a experimentar con sus sentidos:

- A. Mirando a sus ojos
- B. Estableciendo contacto físico
- C. Cargándolo/a
- D. Arrojándolo/a
- E. Todas las anteriores.

Respuesta: Todas las anteriores. Sólo con darle a su bebé amor y afecto le está proporcionando una experiencia enriquecedora que ayuda muchísimo a su desarrollo. Por ejemplo, si usted lo/a mira detenidamente cuando lo/a carga o alimenta, le da una oportunidad de concentrarse en su rostro. El contacto físico, arrojar o cargar al bebé cerca de su cuerpo, le ayuda a sentirse seguro/a, cómodo/a y feliz.

9) El cuidado que usted proporciona a su bebé ayuda a forjar la persona que será en el futuro.

Respuesta: Verdadero. El amor y la atención que usted comparte con su bebé desde los primeros momentos de su vida, echa los cimientos del tipo de persona adulta que será. La atención, el amor y el afecto animan a su bebé a confiar en su propia habilidad de aprender acerca del mundo a su alrededor, sentirse bien consigo mismo/a y con su mundo y querer aprender más. Desde el nacimiento, el padre o la madre son el enlace de un/a niño/a entre lo que aprende acerca del mundo y cómo se siente respecto de ello. Este proceso se prolonga durante toda la vida y puede mejorarse y enriquecerse

continuamente. Nunca es tarde para proporcionar el amor y la atención que un/a niño/a necesita como ayuda para desarrollar plenamente todo su potencial.

10) El cuidado que usted proporciona a su bebé afectará el desarrollo de su cerebro.

Respuesta: Verdadero. Así como el organismo de un bebé depende de sus padres para obtener el alimento que necesita para crecer, el cerebro depende de las experiencias para crecer y desarrollarse. Al nacer, el cerebro de un bebé está bien formado; pero las conexiones vitales entre las células cerebrales –en otras palabras, el “cableado” del cerebro – están empezando a organizarse. El estímulo mediante diferentes experiencias ayuda al desarrollo de esa conexión. Debido a que la mayoría de las experiencias de su bebé involucran la interacción con usted, el cuidado que usted le proporciona desempeña un papel determinante en la formación de las conexiones.

Si usted obtuvo...

- **8–10 correctas:** Felicitaciones – ¡usted definitivamente “sabe tratar a un bebé”!
- **5–7 correctas:** Su nivel de cómo “tratar a un bebé” es muy alto. Siga aprendiendo para convertirse en un/a verdadero/a experto/a.
- **2–4 correctas:** Sus habilidades sobre “cómo tratar a un bebé” necesitan mejorar. bornlearning.org le puede ayudar.
- **0–1 correctas:** Sus habilidades sobre “cómo tratar a un bebé” están comenzando. Siga visitando la página web de Born Learning en bornlearning.org para aumentar sus conocimientos.

Born Learning™ es una campaña pública de compromiso y distribución de materiales que proporciona información importante sobre lo que necesitan los niños pequeños todos los días para asegurar el aprendizaje de calidad en los primeros años. Diseñados para apoyarlo en su papel determinante como el/la primer/a maestro/a de su niño/a, los materiales de Born Learning están disponibles a través de los esfuerzos de United Way, United Way Success By 6 y Civitas. Para más información, visítenos en línea en bornlearning.org.

