

Actividades para el desarrollo socio-emocional en bebés de 1-3 meses de edad



Cántele a su bebé las canciones de cuna que usted recuerda de su niñez. Tómelo en sus brazos y sosténgalo cerca de su cuerpo (puede usar un rebozo o canguitera). Baile suavemente con él.	Acueste a su bebé sobre su espalda. Tome un paño suave y muévelo de un lado a otro por encima de ella para que lo mire. Haga que el paño vuele, o que le haga cosquillas en diferentes partes de su cuerpo. Observe cómo responde su bebé. Si empieza a llorar, pare el juego.	Deje que su bebé descubra nuevos sonidos suaves. Los juguetes musicales o campanitas le llamarán la atención. Pregúntele: “¿Oíste las campanitas? ¿Te gusta como suenan?”	La cara, sonrisa, voz y tacto de usted son las cosas más importantes para su bebé a esta edad. No es necesario tener juguetes sofisticados. Lo que su bebé quiere es jugar con usted y conocerla/lo.
Si su bebé está llorando, trate de averiguar qué es lo que necesita. Con su llanto le está comunicando algo. Cuando usted lo atiende, él empieza a confiar en que usted lo cuidará. La atención que usted le dé a esta edad no lo hará un niño mimado.	Sostenga a su bebé de manera que pueda verle la cara de cerca. Hágale caras divertidas, sonríale, saque la lengua y bostece. Espere unos segundos y observe si su bebé intenta imitarlo/la.	Póngase de manera que su bebé no lo/la vea. Con un tono dulce, llame su nombre y observe lo que hace. ¿Deja de moverse por un momentito? ¿Intenta girar la cabeza hacia donde oye su voz? Tómelo en sus brazos y dígame: “Aquí estoy”.	Ponga a su bebé sobre una cobija en el suelo y acuéstese a su lado. Vea el mundo desde su punto de vista. Hable con ella sobre lo que está viendo. Dígame: “Ahí está la luz”.
Procure que la vida sea interesante para su bebé. Sáquelo de la casa a pasear. Dele la oportunidad de conocer nuevos sitios y sonidos desde sus brazos reconfortantes.	Hable con su bebé sobre lo que ella hace, ve, escucha y siente. Dígame: “Estoy cambiándote el pañal. Te encantará sentirte seca. ¡Te amo!”	Puede comenzar a jugar juegos sencillos con su bebé, como “¿Dónde está el nene?”. Tápese la cabeza con una toallita, asómese por un lado y dígame: “¡Ahí estás!”	Dele nuevos objetos que sean seguros* a su bebé para que los explore. Los objetos sencillos tales como vasos de plástico o cucharones de madera son todos nuevos para ella.
Coloque objetos interesantes cerca de la cuna de su bebé de modo que los pueda mirar, pero asegúrese de colocarlos fuera de su alcance. Pegue ilustraciones sencillas de revistas en la pared.	Nunca es demasiado temprano para empezar a leerle cuentos a su bebé. Al principio, elija libros sencillos de cartón grueso laminado y háblele de las ilustraciones. Acurruque a su bebé mientras leen.	Aprenda a reconocer el lenguaje especial de su bebé. Él le “hablará” usando sonidos y gestos, y le avisará cuando esté contento o incómodo, cuando tenga hambre o se sienta solito.	Dele un masaje a su bebé después de bañarla o de cambiarle el pañal. Frótele el vientre suavemente. Hable con ella: “Mmmm. Te estoy dando un masaje en la barriguita. ¿Te gusta cómo se siente?”

*Asegúrese de revisar las medidas de seguridad con su proveedor/a de servicios de salud.