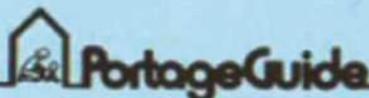


## COMO ESTIMULAR AL BEBE 1

**TITULO: Estímulo visual general.**  
(Menos de 6 semanas)

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Cuelgue un objeto móvil ya sea al extremo derecho o al extremo izquierdo de la cuna del bebé ya que su cabeza estará generalmente volteada a uno de los lados. El objeto móvil deberá ser diseñado, teniendo en cuenta lo que el niño ve mientras permanece acostado boca arriba.
2. Ponga usted su cara entre 15 a 20 cm. (6-8") de distancia del niño cuando le hable o cante. Un infante de esta edad presta más atención a una cara humana que a cualquier otro modelo.
3. Cambie al bebé colocándolo al otro extremo de la cuna a fin de que la luz le excite ambos ojos.
4. Cuelgue objetos de los costados de la cuna o de una barra colocada a través de ésta. A los niños pequeños les atraen los objetos llamativos de formas o diseños irregulares.



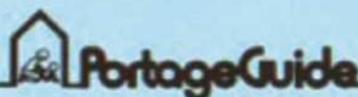
©1978, 1995 CESA 5, Portage Project

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 2

**TITULO: Estímulo visual general.**  
(6 o más semanas)

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Ocasionalmente utilice una sábana con dibujos en la cuna del niño.
2. Mueva lentamente algún objeto grande y vistoso o una linterna de bolsillo en el campo visual del niño.
3. Coloque al niño a distintas alturas, tales como a nivel del suelo, en un sofá o en un corralito.
4. Muestre al niño sus manos y pies propios. Muévaselos juntos.
5. Ponga al niño en diferentes partes de cada cuarto. Permitale observar a la familia a las horas de la comida.
6. Coloque un juguete en las manos del niño cuando no esté mirando.
7. Sostenga un espejo encima de la cabeza del niño cuando esté en la cuna, a unos 18 ó 20 cm. (7-8") de sus ojos.
8. Coloque una plancha de plexiglás o una bandeja de manera que atraviese parte de la cuna del niño. Coloque objetos de colores en ésta, como trozos de papel, cintas (listones) y juguetes. Reemplace o mueva los objetos de vez en cuando.
9. Ate cintas de colores brillantes y cuélguelas encima de la cuna del niño donde pueda verlas pero no tocarlas.
10. En las paredes del cuarto del niño o encima de su cuna, cuelgue carteles, cuadros, fotografías o cartulinas de colores. Láminas grandes de papel de colores, cambiadas periódicamente de lugar, pueden producir esquemas de colores estimulantes.



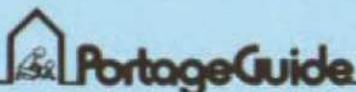
©1978, 1995 CESA 5, Portage Project

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 3

**TITULO: Estímulo táctil general.**  
(Menos de 6 semanas)

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Toque y acaricie al niño de manera suave y amorosa. Los recién nacidos son muy sensibles a los movimientos repentinos y toscos o al trato brusco.
2. El niño puede sentirse más seguro si se le arroja cómodamente en una manta. De igual manera, un biberón caliente, la cuna y la ropa contribuyen a darle al niño una sensación de bienestar.
3. Algunos bebés lloran menos cuando su madre los abraza estrechamente sobre su pecho.
4. Frote el cuerpo del niño con una loción, cerciorándose de que ésta no esté fría.
5. Coja al bebé en brazos mientras le da el biberón.



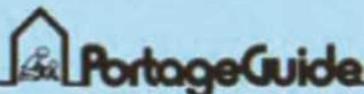
©1978, 1995 CESA 5, Portage Project

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 4

**TITULO: Estímulo táctil general.**  
(6 o más semanas)

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Acueste al niño sobre superficies variadas. Desvístalo en un cuarto caliente y póngalo sobre algo suave, blando, mullido, de piel, etc.
2. Deje que el niño sienta las vibraciones del ronroneo del gato, el movimiento de la garganta al hablar, la radio o la televisión.
3. Póngale talco al niño usando una bola de algodón o una borla para empolverar.
4. Proporcione al niño animales de juguete y muñecas que sean suaves, de peluche, tela o plástico.



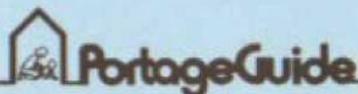
©1978, 1995 CESA 5, Portage Project

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 5

**TITULO: Estímulo auditivo general.**  
**(Menos de 6 semanas)**

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Cante canciones a su bebé o recítele poesías o rimas infantiles.
2. Deje que el bebé oiga un metrónomo o un reloj. Esto puede ayudarlo a calmarse cuando esté descontento.
3. Varíe el tono de la voz cuando le hable al bebé. El tono de la voz es más importante que las palabras empleadas.
4. Háblele o cántele al bebé cuando lo lave y lo vista y cuando lo alimente y lo meza.



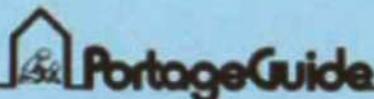
©1978, 1995 CESA 5, Portage Project

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 6

**TITULO: Estímulo auditivo general.**  
**(6 o más semanas)**

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Ate una campanita o cascabel a la botita del niño.
2. Arrugue un papel cerca de su oído, cambiando de lado.
3. Cuelgue una campanita cerca del niño y hágala sonar.
4. Déle bloques con campanas.
5. Póngale una sonaja (sonajero) que no pese en la mano.
6. Háblele o haga sonar una campana desde distintos lugares del cuarto. Observe si el bebé oye y sigue el sonido con la vista.
7. Permítale que arrugue un papel de seda (papel de China).
8. Toque el radio o el tocadiscos pero no ponga música constantemente.



©1978, 1995 CESA 5, Portage Project

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 7

**TITULO:** Succiona.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Estimule con los dedos los labios del niño, pellizcándolos suavemente. También se pueden estimular los labios rozándolos con un cubo de hielo o una toalla fría.
2. Estimule al niño para que succione frotándole suavemente con los dedos las mejillas de adelante hacia atrás cuando él tiene el chupón en la boca.
3. Si el niño absorbe demasiado aire y no puede succionar adecuadamente, pruebe con un chupón de otra forma o más grande. Si le da el pecho, apriete la boca del niño contra el pecho para hacer el vacío. También puede ayudar el cambiar la posición del niño, ya sea elevándolo o bajándolo.

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 8

**TITULO:** Mueve la cabeza hacia un lado mientras está acostado boca arriba.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Extiéndale un brazo hacia afuera y dóblele el otro brazo hacia arriba, de esta manera el bebé se volverá hacia el lado del brazo extendido.
2. Muéstrelle un objeto llamativo o brillante a una distancia de 30 a 45 cm. (15 a 20") del niño. Expóngalo primero a un lado y luego al otro.
3. Coloque al bebé en distintas posiciones en la cama o alfombra.
4. Ate una barra a lo ancho de la cuna y amarre un objeto brillante como una bola de papel de aluminio en el extremo izquierdo de la cuna. Menéelo a fin de que atraiga la atención del niño. Luego mueva el objeto al extremo derecho de la cuna y haga lo mismo. Cambie de objeto cada 3 ó 4 días.
5. Hable o llame al bebé desde un lado de la cuna y acarícielo o tóquele el brazo o el costado. Si no voltea su cabeza muévasela suavemente hacia un lado y prémelo con una gran sonrisa y un elogio en voz suave.

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 9

**TITULO:** Abre la boca cuando el chupón del biberón o el pezón de la madre le tocan los labios.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Oprima las comisuras de los labios del bebé, pellizcándolos, como tratando de juntarlas para que abra la boca.
2. Tóquele el labio inferior antes de colocar el chupón o el pezón.
3. Déle golpecitos suaves con la punta del dedo debajo de la barbilla.

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 10

**TITULO:** Muestra sensibilidad al contacto de un cuerpo tranquilizándose, llorando o moviéndose.

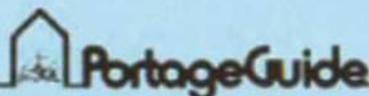
**QUE DEBE HACERSE:**

1. Cuando el bebé llora cójalo en brazos, arropándolo cómodamente en una manta ligera. Camine por la habitación con él en sus brazos.
2. Un movimiento de balanceo suave de los brazos de usted puede calmar al niño.
3. Acariciarle suavemente la cabeza puede calmarlo.
4. No siempre es necesario coger al niño en brazos. Cuando el niño está acostado en la cuna intente acariciarlo dulcemente o darle palmaditas mientras le habla en voz baja.
5. Voltee al niño y trate de calmarlo frotándole la espalda o la barriguita.

**TITULO:** Vuelve la cabeza hacia el chupón o pezón cuando le tocan la mejilla.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Sostenga al bebé en la misma posición cada vez que empiece a alimentarlo.
2. Déle golpecitos con el dedo en la mejilla y luego lleve el chupón a su boca.
3. Déle golpecitos debajo de la barbilla y luego tóquele la mejilla.
4. Si el niño no vuelve la cabeza hacia el chupón, vuélvase suavemente hacia éste. Déle la oportunidad de voltear la cabeza hacia el chupón por sí solo, antes de ayudarlo en esta forma.



**TITULO:** Mira hacia el lugar de donde proviene un sonido o cambia los movimientos del cuerpo como reacción al sonido.

**QUE DEBE HACERSE:**

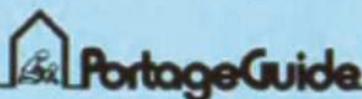
1. Toque una campana de 30 a 45 cm. (12 – 18”) de distancia del bebé.
2. Háblele o diga su nombre: “Fulanito, mira”.
3. Aplauda o golpee un objeto.
4. Apriete algún juguete que produzca sonido.
5. Toque un silbato (pito).
6. Comience produciendo los sonidos antes indicados, a una distancia de 30 a 45 cm. (12 – 18”) del niño. A medida que el niño presta atención a los sonidos muy cercanos a él, aumente la distancia entre el sonido y el niño.
7. Al principio puede que el niño sólo se ponga más activo pero no mire hacia donde se origina el sonido.
8. Ayude al niño volteándole la cabeza en dirección al sonido si no lo hace por sí mismo.
9. Emplee una gran variedad de sonidos con el niño. Cámbielos con frecuencia a fin de que sean novedosos y atraigan su atención.



**TITULO:** Mira a la persona que habla o que se mueve tratando de atraer su atención.

**QUE DEBE HACERSE:**

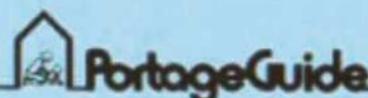
1. Colóquese en una posición donde el niño pueda verla. Llámelo y si el niño no la mira, cójale la barbilla y vuélvase la cara hacia usted. Exagere sus acciones y su conversación para que siga prestándole atención.
2. Sostenga objetos de colores frente a los ojos del niño para que adquiera destreza al fijar la vista.
3. Llame al niño por su nombre una y otra vez. Mientras hace esto cambie el tono e inflexión de la voz hasta que él la mire.
4. Coloque su cabeza muy cerca de la cara del niño y muévala rápidamente fuera de su campo visual. Luego acérquela nuevamente y dígame: "Hola" o "Te veo". Repita esto hasta que el niño empiece a mirar. Entonces permanezca donde el niño puede verla, sonría y hablele dulcemente.



**TITULO:** Se tranquiliza o cambia los movimientos del cuerpo como reacción a la presencia de una persona.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Después de consolarlo cuando llora, ponga al niño cerca de un adulto.
2. Traslade al niño en una canasta o sillita de bebé de un lugar a otro de la casa, mientras usted trabaja.
3. Coloque al niño cerca de la familia a las horas de comida.
4. Acueste al niño boca arriba en una manta en una habitación en la que usted esté moviéndose. Acérquese de vez en cuando al niño y hablele.
5. Si el niño se consuela solamente cuando el adulto está muy cerca de él, colóquelo a poca distancia de usted. A medida que el niño se acostumbra a esto, póngalo cada vez más lejos. Cuando el niño esté callado y tranquilo, atiéndalo de vez en cuando yendo hacia él y dándole palmaditas o hablándole.



## COMO ESTIMULAR AL BEBE 15

**TITULO:** Mediante movimientos del cuerpo o dejando de llorar muestra que responde a la voz de un adulto.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Cuando el niño esté molesto, llámelo para tranquilizarlo pero, a la vez, deje que la vea y atiéndalo rápidamente. Gradualmente aumente el tiempo que transcurre entre tranquilizarlo verbalmente y en realidad atenderlo.
2. Siempre que se acerque al niño, llámelo o háblele. Luego tóquelo, coloque un juguete donde lo pueda ver, cámbielo de posición, hágale cosquillas o cójalo.
3. Cuando el niño lllore, trate de hablarle en voz que lo tranquilice. Déle palmaditas suaves mientras le habla. Si no se calma, entonces cójalo en brazos. Deje que el niño asocie su voz con su presencia. Poco a poco deberá consolarse solamente con su voz.

## COMO ESTIMULAR AL BEBE 16

**TITULO:** Levanta y mantiene erguida momentáneamente la cabeza cuando uno se la sostiene sobre el hombro.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Sostenga al niño en posición vertical y sujétele la espalda con la mano, reduzca poco a poco este apoyo. Mantenga usted su mano cerca de la cabeza del bebé pero ocasionalmente deje que el niño sostenga la cabeza solo por algunos segundos.
2. Cuando sostenga al niño en posición vertical, haga que otra persona le hable o haga sonidos con un juguete al nivel de sus ojos, a fin de alentarle para mantener esta posición.
3. Camine por la casa con el bebé apoyado en su hombro para darle oportunidad de mirar cosas o colóquese usted de modo que el bebé pueda verse en un espejo.

**TITULO:** Se duerme a las horas acostumbradas.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Cerciórese de que el niño esté alimentado, cambiado y abrigado.
2. Reduzca estímulos de luz y ruido cuando lo coloque en la cama.
3. Disponga una habitación para que duerma alejado del cuarto de los padres.
4. Coloque un reloj o metrónomo cerca del niño, dado que los sonidos de baja frecuencia y rítmicos tienden a calmar a los infantes.
5. Si el niño está muy molesto y no está mojado ni tiene hambre, no lo coja en brazos necesariamente. Más bien acarícielo dulcemente o déle palmaditas en la espalda.
6. Para producir relajación en un bebé llorón y tenso, sacúdale los brazos y piernas suave y rítmicamente; primero los brazos, luego las piernas, hasta que el cuerpo del niño comience a relajarse.

**TITULO:** Mueve los brazos sin dirección.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Dóblele al niño cada brazo por separado hacia la carita.
2. Póngale al niño una pulsera de cascabeles en una de las muñecas. Luego cámbiesela a la otra.
3. Acueste al niño boca arriba en la cuna. Amarre la punta de un elástico largo a la muñeca del niño. Ate una campana u otro objeto que produzca ruido en el extremo opuesto del elástico. Suba este último cabo sobre el lado de la cuna de modo que los movimientos del brazo hagan que la campana suba y baje.
4. Generalmente se arropa cómodamente a los niños muy pequeños en una manta. Trate de planear momentos durante el día en los cuales se le pueda quitar la manta al niño y dejarle que mueva los brazos libremente. Los momentos naturales para animar al niño a que estire los brazos son después de cambiarle los pañales o mientras se le baña. Anímelo sacudiéndole los brazos alternativamente y dándole una oportunidad para que lo haga por sí mismo.

**TITULO:** Sigue con los ojos un objeto que se mueve más allá de la línea media de su cuerpo.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Mientras el niño está acostado boca arriba sostenga un objeto sobre el niño y muévalo lentamente de derecha a izquierda.
2. Colóquese a la vista del niño, hablele y muévase gradualmente de derecha a izquierda.
3. Cuelgue un objeto móvil en la cuna directamente encima del niño. Procure que uno de los extremos del objeto sea muy lustroso o brillante a fin de que el niño se interese en él. Empiece a mover el objeto para ver si el niño lo sigue cuando cruza su campo visual.
4. Ponga al niño en una silla de bebé. Coloque un juguete vistoso o brillante en una manta o almohada y, empezando por un lado, arrástrelo lentamente por el suelo frente a él.
5. Comience moviendo el objeto sólo a una corta distancia a cualquiera de los lados del niño. Cuando vea que el niño sigue regularmente el objeto a una distancia corta, aumente la distancia a que usted lo mueve a ambos lados.

**TITULO:** Sonríe.

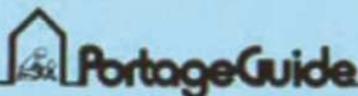
**QUE DEBE HACERSE:**

1. Sonría mientras le habla al bebé, cogiéndolo en brazos o colocándolo por lo menos a 30 cm. (12") de su cara.
2. a. Poniéndose el dedo frente a la cara, vuelva usted la cabeza de derecha a izquierda. Cuando capte la atención del bebé, retire el dedo. Vea si él mueve entonces la cabeza de un lado a otro como usted pero déle tiempo para que la imite. Si no lo hace, guíele poco a poco la cabeza de un lado a otro hasta que la imite por sí solo.  
b. Cuando él pueda imitar su movimiento de cabeza, deténgase y sonríale repentinamente. Vea si él le sonríe a su vez; déle suficiente tiempo. No le haga cosquillas ni le hable para lograr que sonría ya que lo que usted sólo quiere es que imite su sonrisa. Cuando consiga que se sonría, deje usted de sonreír pero mantenga el rostro alegre por unos 5 segundos y luego sonría de nuevo. Haga esto sólo unas cuantas veces.
3. Sonría y hablele al niño cuando esté atendiendo a sus necesidades, como después de darle de comer y cuando se despierta de una siesta.

**TITULO: Sigue un sonido moviendo la cabeza.**

**QUE DEBE HACERSE:**

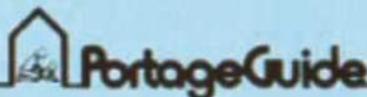
1. Emplee un juguete que suene o una campana y hágalos sonar enfrente del niño, cerciorándose de que él esté mirando el objeto. Muévelo cada vez un poco más hacia la derecha y hacia la izquierda y siga haciéndolo sonar.
2. Siéntese detrás del niño. Déle cuerda a una caja de música y colóquela a un lado del niño pero de modo que él no pueda ni verla ni tocarla. Si él se vuelve hacia el sonido, mueva lentamente la caja de música hasta que él la vea y siga moviéndola hasta llegar al otro lado. Cambie de lado.
3. Cerciórese de que no haya otras distracciones auditivas, como una radio, mientras se hace esta actividad. Esto aumentará la probabilidad de que el niño preste atención al estímulo sonoro que usted le presenta.
4. Si se utiliza un juguete y el niño responde volteando la cabeza en esa dirección, prémíelo dándole el juguete por un momento.



**TITULO: Se observa la mano.**

**QUE DEBE HACERSE:**

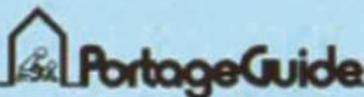
1. Acueste al niño boca arriba en la cuna, en un sofá o en su regazo. Cójale la mano y muévasela lentamente de un lado a otro frente a la cara del niño.
2. Cuando el niño fije la vista en la mano, muévale los dedos para que él los observe.
3. Empiece a moverle el brazo y observe si él se mira la mano. Sonría y acaricie al niño cuando él se observe la mano.
4. Emplee medias (calcetines) de niño de colores vivos (rojo) y póngaselas en las manos al niño. Luego, corte las medias de manera que le queden por fuera todos los dedos. Finalmente, elimine las medias una vez que el niño se mire regularmente la mano con mitones.
5. Cuando el niño no esté mirando, hágale cosquillas en la mano o tóquesela con algo tibio o fresco.



**TITULO:** Patea fuertemente mientras está acostado boca arriba.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Cójale los pies al niño y flexione sus piernas de arriba a abajo. Poco a poco reduzca la presión a medida que el niño empieza a patear por sí solo.
2. Déle la oportunidad de que patee en el agua.
3. Inclínese sobre el niño y permítale que le empuje el estómago con los pies. Salte hacia atrás a la vez que exclama algo y luego empújale las piernas nuevamente.
4. Ate una tabla al costado del corralito o coloque al niño al borde de la cuna de manera que los dedos de su pie toquen la tabla y que tenga las rodillas ligeramente dobladas. Cuando el niño empiece a patear, anímelo mostrando satisfacción en su expresión y con palabras. Descúbrale los pies a fin de que reciba el estímulo directamente en los pies desnudos.
5. Con una cuerda resistente y elástica, amarre (ate) una figura grande y rectangular (molde de galletas, cartulina gruesa) entre los barrotes de la cuna, de modo que cuando el niño deje de patearla, ésta vuelva a la posición original.

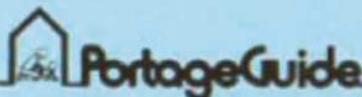


©1978, 1995 CESA 5, Portage Project

**TITULO:** Mantiene contacto visual durante 3 segundos.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Ponga su cara cerca de la del niño, sonría y háblele para mantener el contacto visual.
2. Sostenga un objeto llamativo cerca de su ojo y llame al niño por su nombre. Háblele animadamente para mantener el contacto visual.
3. Coja la cabecita del niño entre sus manos para que él pueda verle la cara y los labios a usted. Inclínese hacia él, sonríale y haga algunos sonidos exagerados.
4. Concentre toda su atención en el niño cuando le da de comer. Por ejemplo, no mire la televisión ni lea. Cuando el niño la mire a usted, devuélvale la mirada para mantener el contacto visual. Hablarle o tararearle suavemente, mientras se le está alimentando, ayuda a establecer contacto visual.



©1978, 1995 CESA 5, Portage Project

**TITULO:** Tendido boca abajo, mueve la cabeza hacia arriba, hacia abajo y de un lado a otro.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Tome un juguete u otro objeto y muévelo de arriba a abajo y de un lado a otro, de manera que el niño tenga que mover la cabeza para ver el objeto.
2. Ponga una campana o juguete que suene al nivel del ojo del niño y muévalos gradualmente de lado a lado y de arriba a abajo, de modo que el niño mueva la cabeza.
3. Coloque su cara al nivel del ojo del niño, mueva usted su cabeza y háblele de modo que él mueva la suya para mantener el contacto visual.
4. Arroje al aire un globo de color vivo. El niño tendrá que mover la cabeza para observar cómo va cayendo lentamente.
5. Ponga al niño boca abajo por períodos de 10 a 15 minutos para que tenga la oportunidad de levantar la cabeza y observar lo que le rodea y para que haga a la vez ejercicios de control de cabeza.
6. Utilice un juguete de los que se jalan (tiran) que haga ruido. Mientras el niño está boca abajo en su corralito, tire del juguete lentamente de un lado a otro delante de él.

**TITULO:** Mientras está boca abajo, sostiene la cabeza levantada durante 5 segundos.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Ponga al niño boca abajo, coloque un juguete u otro objeto directamente al nivel del ojo. Cuando el niño esté mirando el objeto, muévelo lentamente hacia arriba, de modo que el niño levante la cabeza para seguir viendo el objeto.
2. Ponga usted su cara directamente frente a la de él y levántese poco a poco de manera que él alce la cabeza para mantener el contacto visual.
3. Coloque una toalla enrollada o un pequeño almohadón debajo de los brazos del niño. Haga oscilar un juguete o coloque un juguete que suene directamente enfrente del niño y mueva gradualmente el objeto hacia arriba.
4. Acaricie o toque suavemente al niño debajo de la barbilla para alentarle a que levante la cabeza.
5. Tienda al niño boca abajo por lo menos media hora cada día para darle la oportunidad de que practique el levantar la cabeza y el control de la misma. Una hora apropiada puede ser después de las comidas durante unos 10 minutos.

**TITULO:** Sigue un objeto con la vista a través de un área de 180°.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Utilice una linterna de bolsillo y sostenga la luz directamente frente al niño. Mueva la luz ligeramente hacia la derecha o la izquierda.
2. Inclínese sobre el niño de manera que él la vea sin dificultad. Muévase hacia la derecha o la izquierda, hablándole a medida que él la sigue con la vista.
3. Cuelgue un objeto móvil simple (una sola pieza) sobre la cuna. Utilice colores brillantes, como amarillo o anaranjado.
4. Mueva enfrente del niño un objeto de colores vivos atado a una cuerda, para que él pueda seguir con los ojos el objeto que se mueve.
5. No ponga objetos a más de 1 metro o 1,20 m. (3-4') de distancia del niño. Generalmente su capacidad de enfoque se limita a esta distancia.

**TITULO:** Busca un sonido volviendo la cabeza en dirección a éste.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Cuando el niño está tendido de costado o boca arriba, coloque un juguete musical de cuerda cerca de su oído, para que el niño vuelva la cabeza hacia el lugar de donde proviene el sonido.
2. Trate de atraer la atención del niño llamándolo por su nombre.
3. Haga varios sonidos, como de campanas, cascabeles, aplausos, etc., para captar la atención del niño. Es importante eliminar o reducir otros estímulos auditivos cuando se está tratando de captar y mantener la atención del niño.
4. Durante las comidas ponga al niño con el resto de la familia y observe si responde a sonidos extraños como el de una cuchara que se cae.

**TITULO:** Controla la cabeza y los hombros cuando se le sienta reclinado en una almohada.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Siente al niño en la esquina de un sofá o sillón y sosténgalo con una almohada. Póngale la cabeza y hombros derechos. Coloque juguetes llamativos enfrente del niño para ayudarlo a mantener la cabeza erguida.
2. Después de que el niño esté sentado, ayúdele usted con su mano a sostener la cabeza. Reduzca gradualmente el apoyo que usted le ha dado. Cuando el niño ya sostenga la cabeza por sí solo, hablele y muéstrele un juguete. Deténgase cuando el niño pierda el equilibrio y empiece de nuevo el ejercicio.
3. Siente al niño en una caja de cartón pequeña, sosteniéndolo con almohadones. Cerciórese de que sus bracitos tengan libertad de movimiento y de que los costados de la caja le lleguen por lo menos hasta las axilas.

**TITULO:** Se arrulla y gorjea cuando está contento.

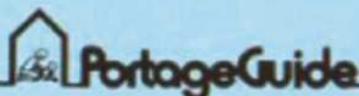
**QUE DEBE HACERSE:**

1. Después de cambiarle los pañales y de darle de comer, tome al niño y abrácelo con ternura. Hágale sonidos suaves de arrullo. Sonríale y acarícelo cuando el haga los sonidos.
2. Sopla suavemente en el cuello del bebé y arrúllelo. Después del baño, mientras le pone talco o loción, arrúllelo suavemente.
3. Responda a cualquier arrullo o gorjeo que haga el niño, sonriendo y repitiendo sus sonidos.

**TITULO:** Trata de alcanzar objetos y asirlo.

**QUE DEBE HACERSE:**

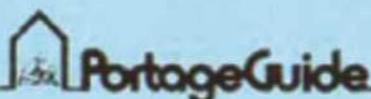
1. Amárrese usted una bufanda o corbata en el cuello. Inclínese hacia el niño de modo que él pueda verle a usted la cara y hasta tocar la bufanda. Sacuda la bufanda para que él pueda verlo y trate de alcanzarlo. Si la coge o la toca, sonriale para mostrarle su agrado. Al principio, mueva la bufanda hacia las manos del bebé para que él no tenga que esforzarse mucho para alcanzarla.
2. Atraviese una barra a lo ancho de la cuna y amárrela. Cuelgue de ella 2 objetos que sean distintos en apariencia y al tacto. De vez en cuando, cambie la posición de los objetos o cuelgue otros, pero cerciórese de que todos los objetos estén al alcance del niño.
3. Cuando el bebé esté reclinado en su sillita, sostenga en frente de él, y a poca distancia, algún objeto atractivo que haga ruido. Sacuda el objeto para alentar al niño a alcanzarlo. Al principio, déle el objeto aun cuando él no pueda asirlo cuando lo intente.
4. Póngase un collar largo de colores vivos. Inclínese hacia el niño para que él pueda verlo y trate de alcanzarlo.



**TITULO:** Sostiene la cabeza erguida y firme cuando se le lleva en posición vertical.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Tome al niño en brazos de manera que mire sobre su hombro. Sosténgale la parte de atrás de la cabeza con su mano. Reduzca poco a poco la presión de su mano pero esté lista para sujetarle la cabeza cuando ésta se tambalee.
2. Coja al niño en brazos de modo que él mire sobre su hombro mientras usted está de pie delante de un espejo o de un cuadro de colores vivos que se encuentre al nivel de sus ojos. Háblele mientras usted lo tiene allí. Sosténgale la espalda con la mano.
3. Pídale a otro miembro de la familia que se ponga detrás de usted mirando al niño. Luego pídale que sostenga un juguete, el biberón o algo que produzca ruido al nivel de los ojos del niño para atraer su atención. Por último mueva lentamente el objeto hacia arriba de modo que el niño tenga que mantener la cabeza erguida.



**TITULO:** Sostiene un objeto por 30 segundos asiéndolo con la palma de la mano y lo suelta involuntariamente.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Sostenga algún objeto pequeño (trozo de esponja, pinza de la ropa, pedazo de apio, rollo de tela suave) para que el niño pueda verlo. Toque la parte interior de la mano del niño con el objeto y deje que cierre los deditos alrededor de éste. Retire usted su mano. Cuando el niño deje caer el objeto, repita el mismo ejercicio. Ensaye con distintos objetos.
2. Déle al niño algún objeto en que se le ensarten los deditos como un "pretzel" (tipo de galleta en forma de 8), un aro, etc. Cierre suavemente los dedos del niño alrededor del objeto si él no lo hace pero no fuerce al niño a que sujete el objeto. Gradualmente, reduzca la presión sobre sus deditos.
3. Use pedazos de material de distintas texturas pegados a trozos de esponja (por ejemplo, papel de lija fina, tejidos de peluche, asperos, sedosos y con nudos).

**TITULO:** Repite su propio sonido.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Cuando el niño haga ruidos guturales, acérquese a su cara y repita usted el mismo sonido.
2. Repita el sonido varias veces en voz aguda. Sonría, abrace o acaricie al niño cuando vuelva a hacer el sonido.
3. Grabe los sonidos hechos por otro bebé y toque la grabación mientras usted juega con el niño y lo alimenta. Muestre agrado cada vez que el niño hace un sonido.

**TITULO:** Sostiene la cabeza y el pecho erguidos mientras está boca abajo y apoyado en los antebrazos.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Coloque una manta enrollada o una almohada o almohadón debajo de los brazos del niño para sostenerle la cabeza y el pecho erguidos. Cuelgue algún juguete u objeto llamativo enfrente de él.
2. Coloque un cuadro de colores vivos o un juguete delante del niño, de manera que tenga que sostener la cabeza erguida para verlo.
3. Sostenga enfrente del niño un espejo o cualquier otro objeto brillante de metal en que se refleje su carita. Anímelo a que mire su reflejo, golpeando el espejo y diciendo: "Mira al bebé", etc.
4. Ponga al niño boca abajo y haga que se sostenga en sus propios antebrazos. Ayúdele a sostener la cabeza con sus manos y reduzca poco a poco el apoyo que le da. Háblele y préstele atención sólo cuando sostenga la cabeza y los hombros por sí solo.

**TITULO:** Se ríe.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Ponga usted su cabeza suavemente sobre el estómago del niño en lugar de mirarlo cara a cara. Si usted hace esto varias veces, es posible que él se ría.
2. Balbucee sonidos elevando progresivamente la voz (baba ba ba ba).
3. Haga ruidos con la boca.
4. Ponga su boca en el cuello o en la mejilla del niño y sople para hacerle cosquillas mientras él le coge la cabeza o el cabello.
5. Busque otros lugares para hacerle cosquillas. Cuando lo bañe, hágale cosquillas con la esponja en las palmas de las manos o debajo de la barbilla.
6. No deje de responder a la risa del niño, riéndose usted también, tocándolo o sonriéndole.

**TITULO:** Muestra que reconoce a un miembro de la familia, sonriendo o dejando de llorar.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Haga que una persona especial (la mamá, la niñera, la abuela) le demuestre particular atención al niño.
2. Si está presente otro niño como un hermano o hermana mayor, permítale atender al niño. Los bebés generalmente responden a otros niños.
3. Tome al niño en los brazos cuando le dé el biberón. Así aprenderá él a reconocer su rostro más pronto que si está sentado en una sillita de bebé, mirando cosas que están lejos.
4. Déles a todos los miembros de la familia la oportunidad de pasar ratos con el bebé. Enséñeles a los otros hermanos formas adecuadas de jugar con el bebé si ellos parecen demasiado bruscos o ruidosos con él.

**TITULO:** Trata de voltearse utilizando los hombros.

**QUE DEBE HACERSE:**

1. Para que se voltee al niño, levántele el hombro colocándole un cojín debajo o jalándolo (tirando) suavemente del brazo para iniciar el movimiento.
2. Tienda al niño boca arriba. Colóquese de pie o de rodillas detrás de su cabeza y sostenga algún objeto sobre el niño de manera que pueda verlo. Mueva poco a poco el objeto hacia el costado y hacia la cabeza del niño hasta que él no lo pueda ver pero mueva el objeto lentamente, dándole tiempo para que lo siga con la vista. Si él se da vuelta, déle el objeto para que juegue. Repita esto por el otro lado empleando algún objeto de colores que cuelgue de una cuerda.
3. Ponga al niño boca abajo, tire de la parte de atrás de su camisita o bata para iniciar el movimiento de hombros.