

6 a 12 meses



ARTICULO

Cómo estimular a mi bebé en su primer año

Descubre actividades sencillas para practicar con tu pequeño

Con ayuda de la estimulación temprana, tu bebé **fortalecerá sus capacidades cognitivas y motrices**; reforzará sus **lazos afectivos**, le dará seguridad, confianza y buena autoestima, desarrollará sus habilidades sociales, y te será más sencillo detectar y corregir anomalías en su desarrollo.

Cómo estimular a mi bebé de:



6 meses

- Acuéstalo boca arriba, toma sus manos, realiza un poco de fuerza para jalarlo y **ánimalo para que se levante**.
- **Platica con él** cuando balbucea, lo motivará a comunicarse.



7 meses

- Deja que **coma solito** con ayuda de sus manos.
- Enséñale a decir **hola o adiós con la mano**, ya sea extendida o abriendo y cerrando.



8 meses

- **Menciona los alimentos** que le vas dando; cerciérate de abrir bien la boca cuando los digas y separar en sílabas, por ejemplo: “so-pa”.
- **Pídele que te dé objetos** que tenga en las manos, llámalos por su nombre y muéstrale tu mano para que te lo dé.



9 meses

- Siéntate un poco alejada de él y muéstrale un juguete para que **se acerque** gateando.
- Dale objetos pequeños para que los tome con su **dedo índice y pulgar**; cuida de que no sean muy pequeños y que no los lleve a la boca.



10 meses

- Permítele **jugar con nuevas texturas** sin importar que se pueda ensuciar mientras come.
- Dale **indicaciones sencillas** como “ten” o “dame”, realiza los movimientos correspondientes y repítelo varias veces.



11 meses

- Estando de pie, **ánimalo a caminar** solo o con tu ayuda.
- Enséñale a **soplar**; opta por burbujas de jabón o un silbato.



12 meses

- Motívalo a que juegue con **otros niños** de su edad.
- Muéstrale la imagen de un animal, menciona su nombre y el sonido que hace, para que él lo **imite**.

Festeja con él los logros y avances obtenidos, y realiza estas actividades **tres veces por semana, o más**; recuerda que **cada niño es diferente y avanza a su propio ritmo**.

Cuéntanos, ¿tu pequeño y tú realizan actividades como estas?