

Su increíble bebé

Eventos y logros 0-3 meses

Durante el 1er mes

- no tiene control de brazos o piernas
- puede levantar y voltear su cabeza pero necesita apoyo para su cabeza
- manos cerradas como puños o un poco abiertas
- ojos siguen un objeto que se mueva despacio a 8 – 12 pulgadas de distancia
- mira las caras de la gente o patrones de color blanco y negro
- escucha con atención a los sonidos y voces
- se estremece con los sonidos fuertes
- reacciona al dolor e incomodidad, llora para pedir ayuda
- mueve el cuerpo entero al llorar
- se siente consolado por la cara de alguna persona, voz o música
- muy seguido para de llorar cuando lo cargan o lo envuelven en una cobijita
- tiene el reflejo de succión y de voltear hacia donde esta la leche
- disfruta de bañarse
- puede voltear hacia una persona o voltear del otro lado de donde esta la persona
- no le gusta que le pongan ropa que tenga que meterse por su cabeza
- puede dormir como 11 a 23 horas al día (los bebés duermen tanto como necesitan)

Durante el 2do mes

- empieza a controlar su cabeza un poco mejor cuando se acuesta sobre su estomaguito y puede voltear la cabeza cuando se acuesta de espalda
- mueve brazos y piernas mas fácilmente
- coge objetos con un movimiento de reflejo
- suelta un objeto después de unos segundos
- usa su vista que ha mejorado para mirar las cosas mas de cerca por un tiempo mas largo
- le gusta que lo acurruquen y lo alimenten
- hace algunos ruidos diferentes pero más que nada llora
- demuestra algo de interés en los sonidos, especialmente a usted (el bebé deja de tomar y escucha)

Más en la parte de atrás



Sostenme, ámame, halágame así,
Enséñame, abrázame,
¡Mirame crecer!

- demuestra molestia, entusiasmo y alegría
- puede calmarse a él mismo al succionar o chupar
- empieza a hacer cosas para llamar la atención: dar pataditas, mover sus brazos y llorar

Durante el 3er mes

- puede mover sus brazos y piernas al mismo tiempo
- voltear su cabeza vigorosamente
- levanta su cabeza por varios minutos
- puede sentarse brevemente, con apoyo
- puede succionar o chupar y ver al mismo tiempo
- descubre sus pies, dice adiós y mira sus propias manos
- busca con sus ojos los sonidos
- empieza a hacer nuevos sonidos como “ooh, ah, aw”
- esta aprendiendo a llorar cuando tiene hambre y a hacer sonidos cuando esta contento
- responde a las caras familiares con todo su cuerpo
- trata de obtener la atención de la persona que lo cuida

Ayude a que su bebé duerma

Para ayudar a que su bebé se duerma, trate de re-crear la vida en el vientre. Enséñele una rutina para estar a gusto como envolverlo* en una cobijita y ayudarlo a que encuentre su dedo gordo o puño de la mano. Mézalo suavemente, con su mano acaricie su espalda, mientras le habla o le canta en voz baja. Acueste a dormir al bebé sobre su espalda.

Los bebés muy chiquitos duermen mejor en un lugar chico y cómodo que en una cuna grande. Así es que, durante el día, use un cargador para bebé o la silla de bebé del carro, la carriola ó el moisés. Muévelo cerca de donde usted este para tener al bebé cerca. Ayude a que el bebé distinga el día de la noche cambiando la rutina. En la noche, ayúdelo a que se quede dormido por periodos más largos limitando la luz, el sonido, y el movimiento. Vístalo en pijamas o ropa de dormir (con acceso fácil para cambiar el pañal en la noche) y acuéstelo en la recámara en la que dormirá toda la noche. Siga una rutina.

Llorando

Responda al llanto de su bebé. Demuéstrele a su bebé su amor al cargarlo, sonreírle, tocarlo y hablarle. Al aprender a confiarle a usted su bebé aprende a confiar en el mundo que lo rodea. Déle atención especial a su bebé y juegue con él cuando este calmado y alerta. **¡Usted no puede malcriar o chiplear a un bebé con amor!**

* Todos los consejos se aplican a niños y niñas.

Los niños aprenden a su propio paso, aunque la mayoría se mueve a través de las etapas de desarrollo al mismo ritmo. Si usted tiene alguna preocupación sobre el progreso de su niño, contacte a su proveedor de salud ó busque información sobre “Intervención Temprana” en su comunidad.