

## Estimulación del bebé de 10-12 meses

- Motor grueso: continua estimulando el gateo, con juguetes para que los alcance, poniendo obstáculos para que los rodee. Coloca un banco pequeño para que tu bebé se ayude a pasar del sentado a de pie. Estando de pie al borde de la cama coloca un juguete sobre la cama a distancia para que rodeando la cama lo alcance, alterna derecha e izquierda. Ayúdalo a caminar tomado de tu mano,
- Motor fino: Motívalo durante la hora de la comida a comer por sí mismo, hay cucharas de material suave como silicon para evitar que se lastime. En una bolsa con cierre guarda juguetes y enséñale a abrir y cerrar el cierre, pídele que saque y meta los juguetes, también puedes intentarlo con velcro o broches de presión. Consigue masa de maíz y dásela para que sienta la textura, muéstrale cómo se puede moldear, hagan bolitas y colóquenlas en un recipiente de boca ancha y luego pídele que las saque. Dale una hoja de papel y crayones para que raye. Otras actividades son: ensartar aros en un poste, encimar vasos, formar torres con cubos.
- Auditivo: Continúa cantando y actuando canciones infantiles. Ahora tu bebé podrá tocar el tambor y el pandero por sí mismo.
- Cognoscitivo: ata una cuerda a un juguete y colócalo a cierta distancia, muéstrale que si jala de la cuerda lo podrá atraer.
- Lenguaje: platica con tu bebé, nombra las actividades que realicen juntos, así como a cada miembro de la familia. Léele un libro de cuentos. Dale ordenes sencillas como llama a papá, dame la pelota.
- Social: procura su interacción con otros niños y adultos. Cada vez que le des una orden dile por favor y gracias.



## Seguridad en el hogar

Esta etapa se caracteriza por que tu bebé empezará a desplazarse, ser más independiente lo cual favorece su autonomía, confianza, y autoestima, recuerda reforzar la seguridad en el hogar, procura que no haya objetos que pueda jalar y lastimarse, protege los contactos de la luz. Puedes realizar el ejercicio de gatear por la casa e identifica los objetos potencialmente peligrosos.



[www.alergologopediatracdmx.com](http://www.alergologopediatracdmx.com)

Universidad

Av. Universidad 1134, 2do piso, Col. Xoco, Delegación Benito Juárez, C.P. 03330, México

Consultorio INAPEG

Oriente 156 No. 139, Col. Moctezuma 2a. Sección, Del. Venustiano Carranza, C.P. 15530, México, D.F. Tel. 55 2643 7786 WhatsApp 55 4383 4061



INAPEG

## Inmunología y Alergia Pediátricas

### Estimulación temprana y neurodesarrollo

**Dra. María Edith González Serrano**



[www.alergologopediatracdmx.com](http://www.alergologopediatracdmx.com)

## El desarrollo psicomotor

El desarrollo psicomotor es el proceso mediante el cual el bebé adquiere habilidades progresivamente gracias a la maduración del sistema nervioso, músculos, nervios y los órganos de los sentidos. Conocer los logros del desarrollo psicomotor permite estimularlo adecuadamente e identificar los signos de alarma oportunamente. Recuerda realizar las actividades de forma divertida, el juego es el mejor estímulo. Ante cualquier signo de alarma es importante acudir con un médico especializado en valoración del neurodesarrollo.



## La importancia del gateo

El gateo es muy importante ya que estimula varios sentidos: tacto, visión tridimensional, equilibrio, fuerza; tiene múltiples beneficios: favorece su independencia, autonomía, autoestima, la exploración, lectoescritura.

## Estimulación del bebé de 7-9 meses

- **Motor grueso:** a un juguete átale una cuerda, acuéstalo y enderézalo un poco con una almohada, motívalo a agarrar el juguete, y ayúdalos a que se sienten tirando de la cuerda. Haz un cabestrillo con un rebozo, colócalo en su pecho en posición de gateo y motívalo a gatear con juguetes llamativos.
- **Motor fino:** ofrécele dos juguetes para que los tome uno en cada mano, luego un tercero para que suelte alguno de los otros. En una caja haz orificios tipo alcancía y dale objetos de diferentes tamaños, formas y texturas para que los introduzca en la caja; posteriormente retira la tapadera para que los saque.
- **Cognoscitivo:** siempre que le des un objeto dile "ten" y cuando se lo pidas dile "dame". Tápate la cara y dile -¿dónde está mamá?-, descúbrete la cara y dile -¡aquí estoy!. Proporcióname juguetes que emitan sonidos para que relacione causa-efecto.
- **Auditivo:** Toca una sonaja o campana a cierta distancia repitiendo el nombre del objeto, y luego le preguntas -¿dónde está la campana?-. Cántale y escuchen música.
- **Lenguaje:** platica con tu bebé y cuando emita bisílabos, respóndele. Con juguetes de animales enséñale su nombre y el sonido, por ejemplo el perro hace -guau, guau. Cuando le hables llámalo por su nombre.
- **Social:** enséñale a decir adiós, hacer ojitos, mandar besitos, aplaudir. Toca alguna canción infantil y enséñale a actuarla por ejemplo pimpon.

### Desarrollo psicomotor y signos de alarma

Area	7-9 meses	10-12 meses
Motor grueso	Se chupa el dedo gordo del pie, se sienta sin apoyo y mantiene el equilibrio, gatea, se rueda 360°	Perfecciona el gateo, se pone de pie con ayuda, camina lateralmente sosteniéndose de los muebles, camina tomado de la mano, lanza la pelota
Motor fino	Es capaz de sostener objetos con las manos estando sentado y acostado boca abajo. Pinza inferior (pulgares y meñique), pinza superior (base del pulgar e índice).	Pinza fina (punta del pulgar e índice), gusta meter y sacar objetos
Lenguaje	Bisílabos: pa, ma, ta, da.	Palabras, ma-ma, pa-pa, agua, abue. Reconoce partes de su cuerpo. Comprende el ten, dame, no.
Social	Tiene un juguete preferido, dice adiós con la mano, hace ojitos, aplaude (imita gestos), juega a esconderse, se reconoce en el espejo, pide brazos, llora con los extraños, reconoce a papá, mamá y otros miembros de la familia.	Señala lo que quiere, responde a su nombre, le gustan las caricias, abrazos, ríe. Interactúa con bebés y adultos.
Visual	Ve en tres dimensiones	Ve en tres dimensiones
Signos de alarma	No dice bisílabos, no se sienta, no se rueda, no coge objetos	Deja de hablar, no se para, no comprende ordenes sencillas, no dice bisílabos.