

## Estimulación del bebé de 4-6 meses

- Visual: pon a su alcance objetos llamativos para que juegue con ellos, pelotas, cubos de diferentes texturas, sonajas. También muéstrale objetos a diferentes distancias, tanto de la casa como del exterior, diciendo siempre el nombre de las cosas.
- Motor grueso: Acuéstalo boca arriba coge sus manos y levántalo suavemente hasta que esté sentado o semi-sentado, con el tiempo podrá sostener su cabeza cada vez mejor. Coloca a tu bebé boca a abajo y dale un masaje suave en su espalda, en esta posición puedes mostrarle objetos a su derecha, izquierda y enfrente. Estando boca arriba coloca objetos a su costado y motívalo a alcanzarlos, eventualmente se girará, alterna derecha e izquierda. Conforme crece tu bebé procura que esté más tiempo sentado, coloca objetos en su regazo, a su izquierda, a su derecha y algunos muéstraselos enfrente a diferentes alturas, para que trate de alcanzarlos.
- Motor fino: procura que los juguetes sean de diferentes texturas y tamaños, algunos que sean grandes para que los tome con ambas manos.
- Auditivo: pon música, canta y baila con tu bebé, algunas canciones puedes actuarlas mientras las cantas. Procura tener juguetes que emitan sonidos como sonajas, un tambor que toque con sus manitas, pandero, etc.
- Lenguaje: Platica con tu bebé, aprovecha cada situación de la vida diaria, mientras lo bañas y vistes nombra las partes de su cuerpo, cuando balbucea y pronuncia bisílabos respóndele, ten una charla con él o ella.



### Estimular jugando

Integra las actividades de estimulación a la vida diaria, aprovecha cada momento, cuando bañas, vistes y alimentas a tu bebé. El juego es la manera natural como los niños aprenden, ríe, juega, y platica con tu bebé.



[www.alergologopediatricdmx.com](http://www.alergologopediatricdmx.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



## Inmunología y Alergia Pediátricas

### Estimulación temprana y neurodesarrollo

**Dra. María Edith González Serrano**



[www.alergologopediatricdmx.com](http://www.alergologopediatricdmx.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.

Ante cualquier signo de alarma es importante acudir con un médico especializado en valoración del neurodesarrollo.



### Tips para estimular a tu bebé

Procura estar tranquila este espacio es para compartir con el bebé en familia.

Emplea juguetes, caricias, música, palabras cariñosas, háblale siempre y mira a los ojos de tu bebé durante las actividades, llámalo por su nombre.

## Estimulación del bebé de 1-3 meses

- **Visual:** muéstrale cartulinas con dibujos en blanco y negro durante los primeros dos meses, cuando cumpla 3 meses incluye el rojo. Procura que los dibujos estén a una distancia de 30-50 cm y muévelos de izquierda a derecha y de arriba a abajo, coloca un móvil (ver motor fino).
- **Motor grueso:** aprovecha cada cambio de pañal para movilizar sus brazos y piernas, abre sus brazos y aproxímalos hacia su pecho, como si se diera un gran abrazo, en cuanto a sus piernas extiéndelas y flexiónalas, presiona suavemente sus plantas.
- **Motor fino:** abre sus manitas mientras das un suave masaje a cada uno de sus dedos, ofrécele objetos para que los tome con sus manitas, alternando izquierda, derecha, enfrente. Coloca un móvil para que esté disponible en todo momento y trate de alcanzar los objetos.
- **Propiocepción:** el momento del baño es ideal para acariciar todo su cuerpo, al finalizar el baño sécalo con suavidad, toca gentilmente su cuerpo con telas de diferentes texturas.
- **Auditivo:** Toca la sonaja, cántale, pon música. Alterna la fuente del sonido con respecto a tu bebé, a su izquierda, a su derecha, por detrás, etc.
- **Lenguaje:** platica con tu bebé y cuando emita sonidos, respóndele, procura gesticular mientras tienen una charla. Nombra las actividades, objetos o personas para que aprenda.

### Desarrollo psicomotor y signos de alarma

Area	1-3 meses	4-6 meses
Motor grueso	Sostiene la cabeza	Se sienta
Motor fino	Coge objetos	Pasa objetos de una mano a otra
Lenguaje	Gorjeo, gutureo, vocalización	Silabeo
Social	Sonríe	Ríe
Visual	Al nacimiento ve 25-30 cm luz y sombras, al 2do mes fija la mirada y sigue objetos ve en blanco y negro, al 3er percibe el rojo y ve objetos alternadamente, se mira las manos.	Ve objetos a distancia.
Auditiva	Al nacimiento se sobresalta con ruidos fuertes, al 2do mes se interesa por voces familiares, al 3er mes gira la cabeza con los sonidos.	Al 4 mes identifica y localiza la fuente del sonido
Signos de alarma	No sigue objetos, no sonrío, irritabilidad constante, pulgar empuñado, no sostiene la cabeza, no succiona adecuadamente, no responde a la luz ni a los sonidos, se sobresalta en exceso con los ruidos, asimetría en el uso de manos	No vocaliza ni balbucea, manos cerradas, es muy pasivo.