

El bebé quiere...



best start
meilleur départ

by/par health **nexus** santé



El bebé quiere...

Tu bebé necesita de muchos cuidados. Todas las cosas que hagas por él, incluso las más pequeñas, van a influir en su desarrollo. Aunque esté muy chiquito, tiene sus propias necesidades y es precisamente en esto en lo que te puede ayudar “El bebé quiere...”.



La bebé quiere que... la consuelen

Tu bebé necesita que la consueles cuando está enferma, cansada o simplemente de mal humor. Cuando llora, ella te indica que te necesita. Cárgala, háblale dulcemente y abrázala con cariño. No la estarás malcriando en lo más mínimo. Aunque no deje de llorar de inmediato, tú le estás comunicando que la escuchas, que ella es importante para ti y que estás a su lado. Todos estos cuidados le dan seguridad y confianza.



La bebé quiere... jugar

Tu bebé aprende jugando. De esta manera, los niños descubren el mundo que los rodea y se conocen así mismos. No necesitas tener todos los juguetes que ves en la televisión o en las revistas, pues muchas veces, los juguetes más entretenidos son los más sencillos. A los niños les encanta jugar con recipientes de plástico, cazuelas y cucharas de madera. ¡Si juegas con tu hijo de esta manera, los dos se van a divertir bastante y van a reír muchísimo!



El bebé quiere que... le lean un cuento

Nunca es demasiado pronto para empezar a leerles cuentos o contarles historias a los niños, incluso a los recién nacidos. Leerle un libro a un bebé o describirle sus ilustraciones antes de dormir o en cualquier otro momento del día debe ser parte de su rutina. Cuando los recién nacidos oyen las palabras de un cuento, empiezan a preparar su cerebro para aprender palabras y oraciones. Además, a los bebés les encanta tocar los libros y ver sus bonitas ilustraciones. Visita la biblioteca cerca de tu casa y saca algunos libros. Muchas bibliotecas tienen material en español.



El bebé quiere que... le canten

Cántale canciones infantiles a tu bebé; cántale en el carro o cántale canciones con movimientos en la casa. ¡Le van a fascinar! Y no es necesario que tengas una buena voz, pues a tu bebé simplemente le encanta oírlo. Existen muchos libros de canciones infantiles, pero la mayoría de nosotros nos acordamos de las que cantábamos cuando éramos niños. Pregúntale a otros padres cuáles son las canciones que les gustan a sus hijos, saca discos compactos de la biblioteca o simplemente inventa las tuyas propias.

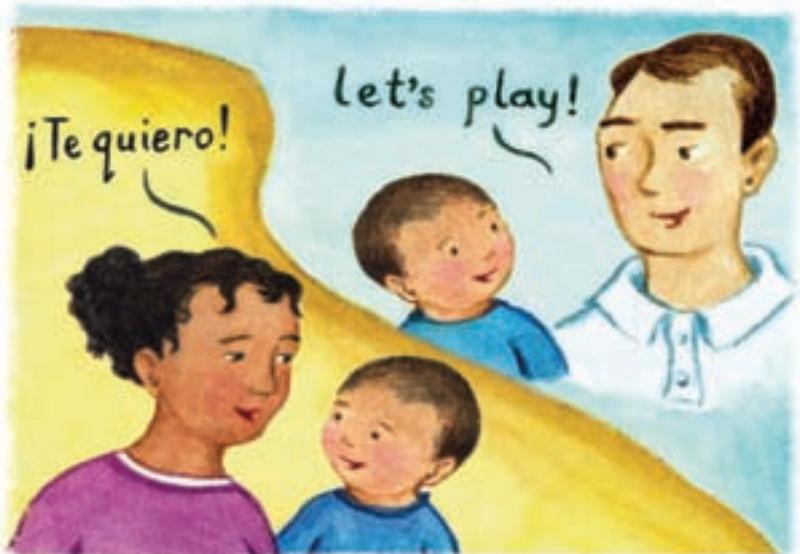


El bebé quiere... aprender a hablar

Los bebés aprenden sonidos, palabras y oraciones cuando oyen hablar a la gente. Dile a tu bebé todo lo que haces:

- “Mamá está pelando las papas.”
- “Papi te cambia el pañal para que estés limpio”.
- “¡Mira! Tus tíos vienen a visitarnos.
- “¡Atrapa la pelota!, etc.

Cuando vayas a la tienda o al supermercado, habla con tu bebé acerca de lo que ves. De esta forma, participas de manera activa para darle a tu hijo la mejor preparación al inicio de su vida. Además, ¡saber hablar es la clave del éxito escolar!



El bebé quiere... aprender tu idioma

Quizá los bebés empiezan a aprender un idioma o más desde el momento en que nacen. Hablar dos o más idiomas, no es solamente útil en el futuro cuando el niño es más grande, pues también le ayuda a estar en contacto con su familia, su cultura y la de otros desde que nace. Cuando los niños empiezan a hablar, es muy normal que mezclen un poco los dos idiomas que se les enseña; pero con el paso del tiempo, aprenden a hablarlos a la perfección. Es importante que tu hijo tenga la oportunidad de usar ambos idiomas con mucha frecuencia.

Te ofrecemos algunas sugerencias para que tu hijo utilice los idiomas que sabe en su vida cotidiana:

- Visita la biblioteca cerca de tu casa y solicita libros o casetes en los idiomas que hablen en casa. Léele estos libros a tu hijo.
- Participa en eventos y programas de la comunidad que celebren tu idioma y herencia cultural. Muchos Centros para Niños Pequeños de Ontario (Ontario Early Years Centres) y Centros de Servicios Familiares (Family Resource Centres) ofrecen materiales en muchos idiomas, y además te brindan la oportunidad de conocer a otras personas de tu comunidad que hablan tu idioma.
- Únete a algún grupo para padres donde hablen tu idioma o crea tu propio grupo.

Recuerda que lo mejor que puedes hacer para ayudar a tu hijo a aprender dos idiomas es hablarle, cantarle, leerle y jugar con él en el idioma en el que te expresas de manera más natural. Tú puedes ayudar a que tu bebé se sienta orgulloso de tu idioma y cultura.



El bebé quiere que... lo cuiden

- Asegúrate de que tu bebé no corra ningún riesgo vigilándolo en todo momento y revisando que no haya objetos peligrosos cerca de él. Enséñale frases como “Detente”, “Está caliente” y “Dale la mano a papá”.
- Sé cuidadosa en las actividades diarias:
 - Lávate las manos y las de tu bebé antes de comer.
 - Abróchale bien el cinturón de seguridad del asiento para bebés cuando viajen en carro.
 - Siempre incluye a tu bebé a la hora de comer, pues es una actividad social muy agradable tanto para él como para la familia.
 - Sal con tu bebé siempre que tengas la oportunidad.
 - No fumes cerca de él ni permitas que otros lo hagan.
- Coméntale las dudas que tengas acerca de su salud a una enfermera que trabaje en la comunidad, al médico de la familia o al farmacéuta. Ellos te pueden dar información.

Lo más importante es que no olvides que tu hijo te necesita de varias maneras durante su desarrollo. Cada niño se desarrolla a su propio ritmo y es importante que observes a tu hijo y lo conozcas muy bien para que puedas cubrir sus necesidades.

¡El bebé quiere unos padres que le den mucho amor!

Para mayores informes:

Centros para Niños Pequeños de Ontario
www.gov.on.ca/children/oeyc

Programa Bebés Saludables Niños Saludables

Un programa de prevención e intervención disponible
a través de las unidades de salud pública de Ontario

Número telefónico para pedir informes (INFOLine) 1-866-532-3161
www.gov.on.ca/children/english/programs/beststart/health/index.html

Programa del Habla y Lenguaje para el Preescolar

www.gov.on.ca/children/english/programs/beststart/speech/index.html

best start
meilleur départ

by/par health **nexus** santé

Best Start: Centro de recursos para el desarrollo de niños pequeños y de los recién nacidos y apoyo para los padres en Ontario (Ontario's maternal, newborn & early child development resource centre) • www.Beststart.org.

*Health Nexus, 180 Dundas Street W., Suite 301, Toronto, ON M5G 1Z8
1-800-397-9567 • www.healthnexus.ca*

*Este documento fue creado con fondos provistos por el Gobierno de Ontario
(Government of Ontario).*



Citizenship and Immigration Canada Citoyenneté et Immigration Canada

Los gastos de adaptación, de traducción y de impresión fueron cubiertos con el apoyo económico del Gobierno de Canadá (Government of Canada) a través de Ciudadanía e Inmigración Canadá (Citizenship and Immigration Canada).