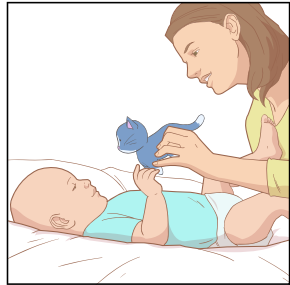
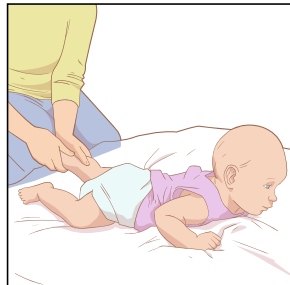


VISIÓN Y **AUDICIÓN**

- Acuéstale boca arriba sobre una superficie dura y segura
- Párate frente a tu bebé y llama su atención con objetos de colores rojo, amarillo o verde. Haz sonidos graciosos o alegres para atraer su mirada.
- Mueve el objeto despacio hacia la derecha y hacia la izquierda, para que lo siga con la vista. Si no puede hacerlo, ayúdalo moviendo suavemente su cabeza.



1. Haz sonar objetos cerca de sus oídos (campanitas, cascabeles, sonajas, etc.) de frente y a la altura de sus ojos.



2. Siempre llámalo por su nombre.
 3. Imita todos los sonidos que haga con un tono suave para animarlo a seguir haciéndolos.
- Observa la expresión de su cara y comunícale tus sentimientos de amor. Sonríe y háblale mientras le atiendes y satisfaces sus necesidades.
 - Aprende a distinguir sus diferentes formas de llanto.
 - Cárgale junto a tu pecho y cántale

MÁS INFORMACIÓN

MESA CENTRAL

2 2362 5555

URGENCIA

2 2362 5333

RESERVA DE HORAS

INDISA.CL / 2 2362 5400

AVDA. SANTA MARÍA 1810, **PROVIDENCIA**


INDISA
CLINICA DE FAMILIA

**CENTRO DE
MEDICINA FÍSICA
Y REHABILITACIÓN**

**EXPERTOS
EN LO MÉDICO
Y EN LO
HUMANO**

PAUTA INFORMATIVA PARA LOS PADRES

MENSAJE INICIAL

La estimulación temprana ayuda a fortalecer el cuerpo y a desarrollar las emociones y la inteligencia de tu hijo o hija. Integra estas actividades a su juego diario. Abrázale, felicítale, sonríele, háblale y dile lo mucho que lo quieres, así, contribuirás a su desarrollo pleno y al cuidado de su salud.

AREAS DEL DESARROLLO

- **Motor Grueso:** son los grandes movimientos del cuerpo, piernas y brazos.
- **Motor fino:** son los movimientos finos y precisos de las manos y dedos

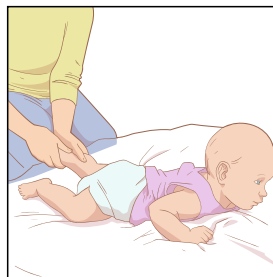
SUGERENCIAS PARA LA ESTIMULACIÓN TEMPRANA

- Desarrolla las actividades en un ambiente tranquilo y seguro.
- Participen ambos padres o aquellas personas encargadas del cuidado diario en la estimulación de los hijos o hijas.
- Las actividades deben realizarse diariamente.
- Repite cada ejercicio por cinco veces, idealmente cada vez que lo muda.
- mantenerse máximo un minuto por cada ejercicio.

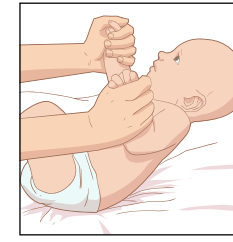
EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA

ACTIVIDADES PARA LEVANTAR Y CONTROLAR LA CABEZA. CONTROL GRUESO

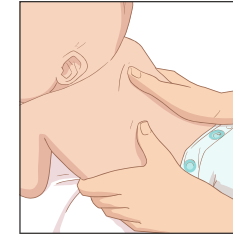
1. Recuéstale boca abajo sobre una superficie firme y extiende sus brazos. Llama su atención con un objeto brillante o mediante sonidos graciosos o alegres



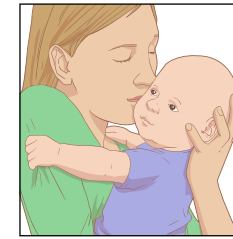
2. Recuéstale boca arriba. Toma suavemente sus brazos y levántale hasta sentarse. Sostenle con firmeza. Luego recuéstale de lado para que se incorpore otra vez. Se realiza a partir del mes corregido o cuando controlen la cabeza.



3. Boca abajo, sobre una superficie dura y apoyado(a) en sus antebrazos, acaricia su espalda o pasa tus dedos a los lados de su columna vertebral, bajando desde el cuello hacia la cadera, pero NUNCA en sentido contrario.

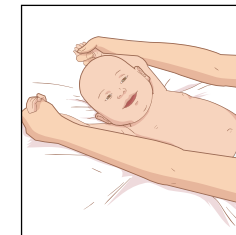
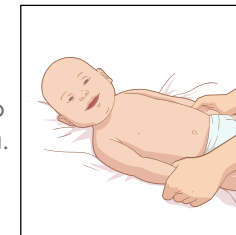


4. Cárgale para que sostenga la cabeza.

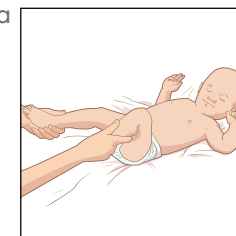


ACTIVIDADES PARA BRAZOS Y PIERNAS

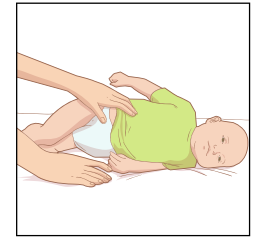
1. Acuéstale boca arriba. Extiende sus brazos con delicadeza hacia abajo, arriba y a los lados, luego crúzalos sobre su pecho. Deja el brazo derecho arriba y el izquierdo abajo y viceversa. Alterna la posición de los brazos.



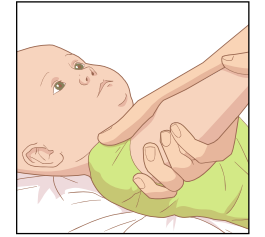
2. Acostado boca arriba, estira y flexiona suavemente sus piernas.



3. En esa misma posición, toma sus brazos y piernas y muévelo hacia un lado y hacia el otro, procurando que su cabeza siga el movimiento del cuerpo.

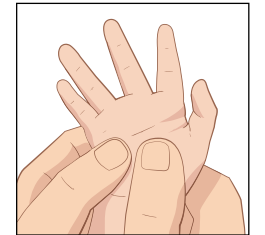


4. Dale masaje de los hombros a las manos y de los muslos a los pies.



MOTOR FINO

1. Para evitar que tenga las manos cerradas mucho tiempo, frótalas con tus dedos desde el dedo meñique hasta la muñeca.



2. Para ayudarlo a abrir sus manos, frota la base de la mano hacia afuera extendiendo su dedo pulgar.

