



ZERO TO THREE
Early connections last a lifetime



4 Meses:

¡EN MOVIMIENTO!

Su bebé de los 4 a 6 meses

Esta etapa se trata de descubrir formas nuevas de conectar con su bebé.

Lo que su bebé puede hacer

Su bebé está aprendiendo a controlar su cuerpo:

- Se empujan hacia arriba para ver el mundo que les rodea y ruedan para acercarse a usted o a un juguete divertido
- Pueden sentarse con ayuda y sostener la cabeza derecha
- Es posible que empiece a mecerse hacia adelante y hacia atrás sobre sus manos y rodillas para prepararse para gatear

Su bebé está usando sus manos y dedos para explorar:

- Extiende los brazos para agarrar juguetes y objetos
- Explora las cosas con sus dedos, manos y boca para aprender lo que pueden hacer

Su bebé está usando sonidos, gestos y caras para comunicarse con usted:

- Cuando usted hace sonar un sonajero, es posible que sonrían y que muevan sus brazos y piernas para demostrarle que quieren seguir jugando
- Responde a los sonidos que le hacen con distintos sonidos — como balbuceos, arrullos y gorgoteos

Lo que puede hacer usted

Coloque a su bebé en diferentes posiciones para ayudarle a desarrollar nuevas habilidades, como rodar, arrastrarse y gatear.

- Déjelo explorar el mundo de nuevas maneras: déle tiempo boca arriba y boca abajo, y ayúdelo a sentarse con apoyo
- Siempre colóquelo boca arriba para dormir

Ofrezca a su bebé juguetes para que los explore.

Elija juguetes de diferentes formas, tamaños, texturas y sonidos. Muéstrelle cómo usar los juguetes agitándolos, golpeteándolos, presionándolos y dejándolos caer.

Observe y responda a las señales de su bebé.

"Estás sonriendo. Creo que te gusta mirarte en el espejo. ¿Quieres volverte a ver?"

Platique con su bebé, interactuando uno tras el otro tomando turnos comunicándose en su intercambio. Cuando le responde a sus balbuceos, su bebé sabe que le importa lo que está diciendo, y esto los ayuda a aprender a hablar.

Cree rutinas para su bebé.

- Ayúdele a saber que es hora de dormir haciendo las mismas cosas en el mismo orden, como baño, alimentación y luego una canción de cuna a la hora de acostarse.

Cada niño crece a su propio ritmo. Su bebé puede alcanzar los hitos del desarrollo más rápido o más lento que otros bebés y aun así estar creciendo bien.



ZERO TO THREE
Early connections last a lifetime



Lo que su bebé puede hacer

Su bebé se está acostumbrando a su mundo alrededor:

- Puede que esté empezando a tener más regularidad en sus horarios de comida y sueño
- Empieza a darse cuenta de la rutina diaria; por ejemplo, cuando se apagan las luces, aprende que es hora de dormir

Lo que puede hacer usted

- Platique con su bebé, interactuando uno tras el otro tomando turnos comunicándose en su intercambio. Cuando le responde a sus balbuceos, su bebé sabe que le importa lo que está diciendo, y esto los ayuda a aprender a hablar.

Otras cosas que saber y probar

Responder al llanto de su bebé no es ni mimarlo ni malcriarlo. Cuando atiende a las señales de su bebé, le ayuda a construir habilidades para pensar y sociales más sólidas. Estos tres pasos pueden ayudarle a entender lo que su bebé está expresando:

- **Observe y escuche.** Busque patrones en su llanto, sonidos, expresiones y movimientos. ¿Se chupa los dedos cuando tiene hambre?
- **Comprenda.** Preste atención a las señales de su bebé para averiguar qué necesita. Por ejemplo, es posible que su bebé se tire de los lóbulos de las orejas cuando tiene sueño.
- **Responda.** Fíjese en las señales de su bebé para decidir qué hacer. Quizás sea mejor hacer una pausa en el juego cuando arquea la espalda y aparte la mirada, lo que a menudo significa que se siente abrumado

Durante esta visita

El equipo de atención medirá la estatura, el peso y el tamaño de la cabeza de su bebé, y revisará su corazón, ojos, oídos, nariz y boca. Su proveedor de atención médica hablará con usted sobre las vacunas en la visita de hoy. El equipo hablará con usted sobre el crecimiento, el sueño, la alimentación y la seguridad de su bebé, y habrá tiempo para las preguntas o inquietudes que tenga.

Lo que viene después

Entre los 6 y los 9 meses, su bebé se volverá aún más curioso y activo. Muchos bebés empiezan a sentarse solos, a gatear y a usar las manos para explorar todo lo que esta a su alcance. También es posible que note que su bebé se vuelve más consciente de los rostros conocidos y desconocidos, y que quiera estar cerca de las personas que más quiere.

¿Tiene más preguntas?

Hable con el proveedor de atención médica de su bebé o con uno de los profesionales que apoyan a su familia.

Reciba mensajes como este en su teléfono

Envíe **SPARKS**
al **274 448**