

Consejos Para Los Padres

Cuando observe señales de que su bebé está listo para estar cerca de usted, usted debe...

- * Interactuar y jugar con su bebé. Este es el mejor momento para que un bebé aprenda, juegue y se alimente.
- * Tenga en mente que aprender es un trabajo duro. Los bebés pueden cansarse muy rápido.

Cuando usted note que su bebé necesita un descanso, aquí hay algunas cosas que puede probar...

- * Deje que su bebé se voltee a otro lado y tenga un descanso. ¡Un tiempo de silencio es bueno para ambos!
- * Cambie el medio ambiente. Mucho ruido o mucha gente puede ser muy cansado para los bebés.
- * Deje de interactuar. Muchas veces incluso los hermanitos pueden ser demasiado para que el bebé pueda manejarlo.



Creado por el UC Davis Human Lactation Center como parte del proyecto FitWIC estudio del comportamiento del bebé.

Fuente de información: Sumner, B., & Barnard, K. (1980). Keys to caregiving. Seattle: NCAST, University of Washington."

Este proyecto es patrocinado en parte con fondos Federales del Departamento de Agricultura, alimentos y servicios de Nutrición de los Estados Unidos. El contenido de esta publicación no necesariamente refleja el punto de vista o políticas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, no son mencionados nombres de negocios, productos comerciales u organizaciones que sugiera que son autorizados por el Gobierno de los Estados Unidos.

Entendiendo las señales del Bebé

¿Es difícil para usted saber que es lo que su bebé necesita? ¿Usted quiere saber como ayudar a su bebé a estar calmado y feliz?



Afortunadamente, los bebés hacen señales que enseñan a los padres que es lo que ellos necesitan. Observando estas señales puede ser más fácil ayudar a su bebé a estar tranquilo y contento.

¡Quiero estar cerca de ti!

Señales de "Cerca de ti" son cosas que su bebé hace para dejarle saber que quiere estar cerca de usted.



Aquí hay algunas cosas que su bebé puede hacer para mostrarle que está listo para interactuar con usted:

- Mira fijamente a su cara
- Mueve sus labios o hace movimientos de succión
- Hace sonidos de alimentación
- Sonríe
- Tiene relajados su cara y su cuerpo
- Sigue su voz y su cara
- Levanta su cabeza



Algunas señales son muy obvias, pero otras pueden ser muy difíciles de notar

¡Necesito un descanso!

Señales de "Necesito un descanso" son cosas que su bebé hace para mostrarle que necesita un descanso de lo que está haciendo o que algo sea diferente.



Aquí hay algunas cosas que su bebé podría hacer para decirle a usted que necesita un pequeño descanso o que algo sea diferente:

- Mira a otro lado, se voltea o arquea su espalda
- Extendiendo sus dedos con sus manos rígidas
- Se duerme
- Frunce el seño o pone una mirada llorosa
- Bostezando



Llorar es también una señal de "necesito un descanso," pero usualmente ocurre después de alguna de las otras señales. Si identifica las señales rápidamente puede prevenir que su bebé llore.