



PARTE DE LA COLABORACIÓN CON EL PROGRAMA
"DESARROLLANDO EL CEREBRO DE SU BEBÉ"
(BETTER BRAINS FOR BABIES)

AUTOR: DR. DIANE W. BALES
COORDINADORA DEL PROGRAMA EXTENSION PARA NIÑOS, JOVENES Y FAMILIAS BAJO RIESGO
(EXTENSION CHILDREN, YOUTH, AND FAMILIES AT RISK COORDINATOR)
DEPARTAMENTO PARA EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS Y LAS FAMILIAS
(DEPARTMENT OF CHILD AND FAMILY DEVELOPMENT)

NÚMERO DE PUBLICACIÓN: FACS 03-1
FECHA DE IMPRESIÓN: ENERO 1999
WEB SITE: <http://www.fcs.uga.edu/outreach>

TITLE: THE BASICS



Esta traducción es ofrecida por Children's Healthcare of Atlanta
Translation provided by Children's Healthcare of Atlanta



Patrocinado por la Universidad de Georgia
Facultad de Ciencias de la Familia y del Consumidor
Iniciativa del programa "Fortaleciendo las comunidades y las familias de Georgia"

La Universidad de Georgia forma parte del Sistema Universitario de Georgia. La Universidad de Georgia es una institución que practica la igualdad de oportunidades y se opone a la discriminación. La Universidad no discrimina a las personas que emplea o admite a razón de su raza, religión, lugar de nacimiento, sexo, incapacidad o situación como veterano. Si usted está incapacitado y necesita ayuda al obtener esta hoja de información en un formato alternativo, por favor llame a la Facultad de Ciencias de la Familia y del Consumidor al (706) 542-7568.



Desarrollando el cerebro de su bebé

Universidad de Georgia, Facultad de Ciencias de la Familia y del Consumidor
(The University of Georgia College of Family and Consumer Sciences)

Lo que debemos saber sobre el cerebro

Lo que le ocurre a un niño cuando es bebé tiene mucho significado en su vida futura. Los bebés que no son amados y a los que no se les da suficiente amor y atención no pueden crecer y ser adultos felices. Lo que le ocurre a un bebé durante los primeros años de su vida también puede cambiar su cerebro.

CONEXIONES EN EL CEREBRO

Un bebé tiene más de 100 billones de células en el cerebro cuando nace. Estas células están ya conectadas a otras células cerebrales al nacer. Estas son las conexiones cerebrales.

El cerebro de su bebé ya sabe cómo hacer ciertas cosas, como por ejemplo a controlar su respiración. El cerebro está programado para mantener el latido de su corazón y para hacer otras cosas que necesita hacer para mantenerse vivo.



CONEXIONES EN EL CEREBRO



Muchas de las células del cerebro no se conectan sino hasta después. Durante los primeros años de vida, las células del cerebro de los bebés crean conexiones por todo el cerebro. Estas conexiones le ayudan a formar sus pensamientos, sus sentimientos y su forma de comportarse.

Antes de que su bebé cumpla los 3 años, su cerebro habrá creado más conexiones de las que necesita. Es parecido a sembrar un jardín. Usted siembra muchas semillas y retira ciertas plantas para que otras tengan más espacio para crecer. El cerebro de su bebé hace algo semejante. El cerebro sabe cuáles conexiones se usan más que otras. El cerebro entonces elimina las conexiones que no se usan mucho. De esa forma, las conexiones que son más importantes tienen más espacio para crecer.

LA EXPERIENCIA ES IMPORTANTE

Todo lo que les ocurre a los bebés les ayuda a crear conexiones en sus cerebros. Todo tiene importancia desde lo que ve, lo que oye, lo que huele, lo que prueba y lo que siente.

¡No hay dos cerebros que sean iguales! El cerebro de cada uno de sus bebés está programado de una manera diferente ya que la vida de cada bebé es diferente. Un bebé que puede escuchar hablar a otras personas puede crear muchas conexiones que están relacionadas con la forma de hablar y de escuchar. El cerebro de un niño sordo no puede hacer esas conexiones porque el niño no puede oír.

La forma en que usted cuida de su niño le ayuda a decidir la forma en que el cerebro se programa. Los padres que hablan con sus bebés les ayudan a hacer más conexiones en sus cerebros las cuáles tienen que ver con el lenguaje. Los padres que cuidan de sus bebés cuando están llorando, les ayudan a sus bebés a crear conexiones cerebrales que tienen que ver con las emociones. Estas conexiones le ayudarán a llevarse bien con otras personas cuando crezca.

¿QUE PUEDE HACER USTED?

Los padres y las personas que cuidan de los niños pueden ayudar a que su bebé desarrolle conexiones en el cerebro. Estas son algunas formas de hacerlo:

Asegúrese de que su bebé nazca saludable. Usted le puede ayudar al cerebro de su bebé a crecer alimentándose saludablemente cuando está embarazada. No tome bebidas alcohólicas y no tome drogas.

Hágase chequeos médicos. Vaya al médico cuando esté embarazada. Esto ayudará a que su bebé nazca saludable.

Asegúrese de que su bebé esté seguro. Haga que su hogar sea seguro para su bebé. Retire las cosas que le pueden hacer daño. Déle lo que necesite cuando esté llorando.

Póngale atención. Un bebé se siente ansioso cuando nadie lo cuida. La ansiedad puede hacer que el desarrollo del cerebro sea más lento.

Hable con su bebé. Cuando él haga un sonido, repítalo. Sonríale. Háblele sobre las cosas que usted está haciendo con él. El jugar con su bebé cara a cara le ayuda a desarrollar conexiones en el cerebro para ese idioma específico. Esto también le ayuda a llevarse bien con otras personas.

Léale a su bebé. El oírle leer le ayuda a su bebé a aprender el idioma. Mientras lee usted puede aprovechar para mecer y abrazar a su bebé. La lectura también le ayuda a su bebé a apreciar los libros.

Escoja una buena persona para que cuide de sus hijos. Los bebés necesitan ser cuidados con amor y necesitan hacer cosas nuevas. Asegúrese de que el lugar donde cuidan de sus hijos sea limpio. Escoja una persona que tenga tiempo para jugar con su bebé individualmente.

Haga preguntas. Muchas personas le pueden ayudar a ser un buen padre. Hágle preguntas al médico cuando usted lleve al niño para que lo revise. Pídale información al personal de su librería sobre los libros que pueden recomendar. Llame a la oficina del Servicio de Extensión de su condado para aprender más sobre la crianza de los niños. ¡Usted no tiene que saberlo todo!