

## LA COMIDA DEL BEBÉ

Ahora su bebé es más activo, por ello es posible que quiera jugar a la hora de comer. Una variedad de comidas le pueden ayudar a mantener el interés por la comida. El comer compota de manzana con una cuchara y otra cosa con un tenedor, puede ser más interesante que el tener sólo una opción. Se puede introducir una taza en vez del biberón a la hora de comer. Es probable que no toda la comida termine en la boca, pero es necesario que aprenda con la práctica para controlar los músculos y para aprender buenas maneras a la mesa. Comprobará que también tiene más interés en comer si lo puede hacer él solo.

## CONSEJOS DE SEGURIDAD

¿Dónde guarda los venenos en su casa?  
¿Dónde están los productos de limpieza?  
¡Esperamos que no estén debajo del fre-  
gadero! Ahora que el bebé está gateando,  
abriendo armarios y cajones y sacando todo  
de éstos, no necesita la preocupación adic-  
cional de que pueda tener acceso a produc-  
tos tóxicos. Se pueden colocar seguros en  
las puertas de los armarios o de los cajones,  
pero éstos no son totalmente seguros tam-  
poco si hay productos químicos peligrosos.  
Ponga todo lo que sea venenoso en un  
armario alto y mejor aún, ¡guárdelos bajo  
llave!

## LA SALUD DEL BEBÉ

Algunos padres se preocupan por la forma en que el bebé permanece de pie. Muchos bebés se apoyan en la parte interior de los pies y tobillos durante los primeros meses en que se ponen de pie. El bebé necesita este apoyo extra para poder mantener el equilibrio, pero a medida que la coordinación mejora y los tobillos se hacen más fuertes, esta postura desaparece. Si parece que el bebé se cae al caminar de esta forma, déjele que camine

descalzo para que los dedos de los pies le ayuden a agarrarse. Cuando el bebé ya ha estado caminando de 4 a 6 semanas, procure que el médico le examine las piernas y pies. Muchos problemas en la forma de caminar se pueden corregir antes de que se conviertan en serios problemas.

## LA ROPA DEL BEBÉ

Como ya se va acercando el primer año de su hijo, las ropas se asemejan más a la ropa de niños o niñas que de bebés. Tiene que seguir considerando ropa que se pueda lavar bien, fácil de poner y quitar y ropa que no se quede pequeña rápidamente. Características de este tipo de ropa incluyen: cinturas de goma en los pantalones, bandas en las muñecas y tobillos, ropas de una pieza sin cintura y con tirantes ajustables.

Si decide comprar ropa de talla mayor, procure que no sea tan grande que el niño no pueda moverse con facilidad. Los pantalones o las mangas muy largos pueden ser incómodos para bebés activos. Si va a recoger el bajo de vestidos o pantalones tenga en cuenta que los tejidos de punto no dejan ver las marcas como lo hacen tejidos de algodón o pana.

*Preparado por Don Bower, Especialista  
de Desarrollo Humano de Extensión y revisado por  
varios autores presentados en el número 39-12*

## Poniendo el Saber a Trabajar

La Universidad de Georgia y la Universidad de Ft. Valley State, el Departamento de Agricultura de los EEUU y condados cooperadores del estado. El Servicio de Extensión Cooperativa ofrece programas educativos, asistencia y materiales a toda persona sin discriminación por raza, color, nacionalidad, sexo o discapacidad.

**Una organización para la igualdad de oportunidad/acción afirmativa  
comprometida a procurar diversidad en sus empleados.**

Folleto CHFD-E(S) 39-11 HD 1-1 Revisado septiembre 2000

Emitted for the advance of the work realized by Extension Cooperative, Acts of 8 de mayo y 30 de junio, 1914, con la cooperación de la Facultad de Agricultura y Ciencias del Medio Ambiente de la Universidad de Georgia y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

Gale A. Buchanan, Decano y Director

La Universidad de Georgia  
Servicio de Extensión Cooperativa  
Facultad de Agricultura y Ciencias del Medio Ambiente  
Athens, GA 30602



COOPERATIVE EXTENSION SERVICE  
U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE  
THE UNIVERSITY OF GEORGIA  
COLLEGE OF AGRICULTURAL AND  
ENVIRONMENTAL SCIENCES  
ATHENS, GA

OFFICIAL BUSINESS  
PENALTY FOR PRIVATE USE \$300

Este folleto informativo se lo ofrece:

Agente de Extensión del Condado

# Bebés Buenos



UNDÉCIMO MES  
Sensibles y activos



SERVICIO DE EXTENSIÓN COOPERATIVA  
La Universidad de Georgia con la cooperación  
de la Facultad de Ciencias de la Familia y del Consumidor  
y la Facultad de Ciencias Agrícolas y del Medio Ambiente



# Bebés Buenos

## UNDÉCIMO MES: Sensibles y activos

Su bebé continúa aprendiendo en el undécimo mes imitando a personas y cosas a su alrededor. Este aprendizaje le ayuda en el desarrollo.

### EL DESARROLLO DEL BEBÉ

#### Desarrollo físico

La mayoría de los bebés ya pueden ponerse de pie en este mes, algunos pueden caminar y otros aún necesitarán apoyo para ponerse de pie. La destreza al usar las manos va mejorando. La coordinación entre vista y tacto es mejor. De hecho, el bebé ya podrá llenar la cuchara y metérsela en la boca con éxito; ¡por lo menos la mayor parte del tiempo!

#### Espere algunos de estos desarrollos:

- Puede agacharse y ponerse en cunclillas.
- Se sienta en una silla sin dificultad.
- Puede ser capaz de desatarse y quitarse los zapatos.

#### Desarrollo mental

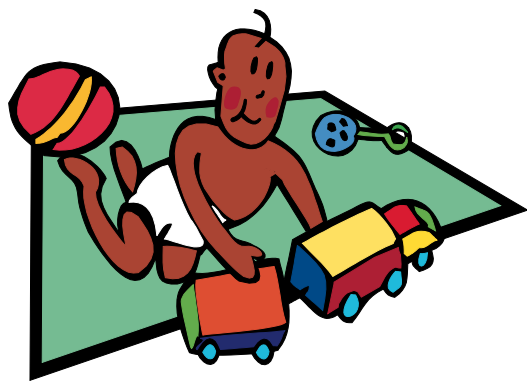
Gran parte del desarrollo mental del bebé ocurre a través de la imitación — por lo menos de forma parcial. ¿Nota que el bebé le imita? Esto le ayudará al bebé a aprender a hablar, vestirse y a adquirir otras habilidades importantes. Su hijo o hija ha comenzado a desarrollar la memoria—un elemento esencial en el aprendizaje.

Ahora es posible que pueda señalar objetos familiares cuando usted los va nombrando, imitar algo que usted hizo el día anterior e imitar su tono y forma de hablar si no imita ya las palabras que usted dice. Su bebé no está riéndose de usted, solo está practicando las cosas que ve y escucha en su mundo.

#### Otros tipos de desarrollo que pueden aparecer:

- Puede ser capaz de resolver problemas simples por sí mismo.
- Balbucea “frases” cortas.
- Dice unas pocas palabras simples juntas como “guau, guau” o “mamá agua.”
- Entiende lo que se le dice independientemente de lo que él pueda decir.

Ahora que su bebé entiende más palabras y los sentimientos que van unidos a éstas, necesita tener cuidado de lo que se dice a su alrededor y de cómo se dice. Si se dicen palabrotas delante del bebé, no se sorprenda si el bebé las dice y lo haga en situaciones apropiadas. Si al bebé se le habla incorrectamente, él aprenderá cómo decir ciertas palabras incorrectamente y tendrá que “desaprender” esta forma de hablar más adelante. Recuerde entonces que tiene que hablar con claridad. Esto no significa que usted no debe imitar los sonidos que él hace para animarle en sus esfuerzos por hablar.



La forma de hablar del bebé no será muy clara al comienzo. No se preocupe; con la práctica llega la perfección. Continúe animándole a que hable y lo hará con más claridad con el tiempo.

### JUEGOS DE APRENDIZAJE ENTRE PADRES E HIJOS

A medida que el bebé se convierte en más activo, los juegos tienen que ser más activos también. Intente el siguiente juego como ejercicio previo al juego de agarrar la pelota. Llame la atención del bebé sobre una pelota grande y ligera y hágala rodar en el suelo algo lejos del alcance del bebé. Ahora diga, “ve y tráeme la pelota.” Prémiele cuando le traiga la pelota y ¡hágalo otra vez! Al decirle “bien hecho” u “otra vez,” usted le hace saber que le valora y que tiene paciencia para que aprenda.

### EL TEMPERAMENTO DEL BEBÉ

Ahora el bebé puede expresar muchas emociones y puede saber las emociones y estados de ánimo de los demás. Empieza a verse como una persona separada de otros y a distinguir entre los demás. Tendrá miedo de algunas personas y confiará en otras. Empieza a relacionarse con otros.

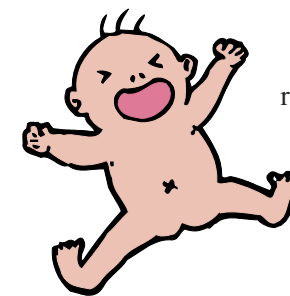
Quizás el cambio más inquietante sea el temperamento del bebé y el “no.” Algunos niños pueden decir “no” hasta el punto de ponerse de muy mal humor (pataleta), pero generalmente esto no ocurre tan temprano. Tanto si tiene ahora problemas con pataletas y berrinches o más adelante, los siguientes consejos le pueden servir de ayuda.

### PATALETAS

La primera vez que el niño se tira al suelo dando patadas, gritando y chillando puede llevar a los padres a tomar diferentes actitudes. Los padres en ningún caso deben ceder—un poco de aliento puede ser de gran ayuda en situaciones de este tipo y el com-

portamiento negativo puede llegar a ser incontrolado. El castigo sólo consigue confundir y asustar a su bebé; por ello, es necesario otro tipo de solución.

¿Qué deben hacer los padres? Aunque sea difícil ignorar el comportamiento negativo (siempre y cuando el niño no se esté haciendo daño) es probablemente lo mejor.



Cuando los padres no responden, la mayoría de los bebés chillán aún más y dan patadas aún más fuertes. Al final, cuando no consiguen reacción alguna de los padres, se calman y vuelven a su actividad normal. Ésta

es sin duda una buena solución al problema. Los berrinches o pataletas ocurren cuando el bebé se frustra y no sabe otra mejor forma de afrontar el problema. Procure reforzarle en formas más aceptables de soportar el estrés. Sea sensible a las sensaciones de frustración del bebé y ayúdele a resolverlas antes de que pierda control.

### LOS ERRORES DE LOS PADRES

Muchos padres tienen miedo de cometer errores que afecten por siempre a su hijo o hija. Es importante (y aliviador) recordar que a los niños les afectan más los sentimientos detrás de las palabras que las propias palabras. Por supuesto, comportamiento incontrolado por parte de los padres que resulte en golpear o agitar al bebé puede causar un daño permanente. Estos comportamientos no solo pueden causar daño físico al bebé, sino que le enseñan a temer al padre o la madre. Si los padres son capaces de relajarse, disfrutar de su tarea como padres y expresar cariño por su hijo regularmente, el niño tendrá una buena oportunidad de convertirse en una persona segura y capaz.