

- Colocarle música relajante para estimular la inteligencia y desarrolla su percepción sensorial
- Hacerle sonidos suaves Con un sonajero en un oído seguido del otro, él bebe con el tiempo debe buscar el sonido girar la cabecita hacia el sonido.



- Coloque al bebe en posición boca abajo y pásale la mano suave pero firme por la espalda eso le ayudará a que levante la cabeza.
- No arropes demasiado al bebe, en ocasiones lo puedes dejar sin pañal para que se mueva libremente.

Recuerda:

Los juguetes necesarios para los bebes son aquellos que estimulen los sentidos como por ejemplo un móvil de colores, un sonajero, o una caja musical, los puedes hacer tú misma.

PROGRAMA CLINVER CANGURO



Nada mejor que estar entre tus brazos.

CLÍNICA VERSALLES CALI

Avenida 5norte #23N70
Edificio consulta externa
TELEFONO: 6089990 EXT 2626 -2625
Lunes a Viernes HORARIO: 7AM – 5PM.

Realizado por: Erika Prager Flórez Psicóloga
Programa Canguro.



CLÍNICA
VERSALLES

ESTIMULACIÓN BEBES
ENTRE 0 Y 3 MESES DE
VIDA



Uno de los estímulos más importantes en esta etapa es el contacto piel a piel.

- La posición canguro es una de las necesidades básicas de tu bebé.

- En la Posición Canguro puedes hablarle, mimarlo, consentirlo, cantarle, leerle un cuento, besarle la cabecita, todo estos estímulos harán que tu bebe crezca sano emocionalmente y llenos de amor.
- Los ejercicios de estimulación preparan al bebe para enfrentarse y explorar al entorno.
- Es importante sacar una hora de nuestro tiempo para dedicarnos al bebé.



Debemos tener presente lo siguiente: el bebe o la bebe deben estar tranquilos, receptivos, sin sueño y sin hambre.

Se deben respetar las horas de sueño y alimentación!

¿CÓMO ESTIMULO A MI BEBE EN POSICIÓN CANGURO?



- Dale un suave pero firme masaje en la espalda, piernas y brazos a su bebé.
- Dale un suave pero firme masaje en la espalda, piernas y brazos a su bebé.
- Acarícialo la cabecita, la cara, las manitas.
- Aliméntalo al seno, durante la lactancia puedes hablarle, mirarlo a los ojos, colócale un dedo tuyo dentro de la manito de el para que la agarre, esto le genera confianza y protección al bebe.
- La posición canguro ayuda al bebe a desarrollar equilibrio y se tranquiliza al escuchar los latidos de tu corazón.

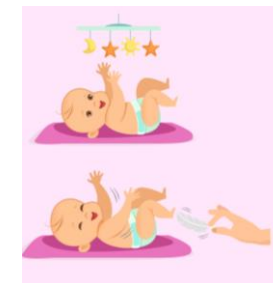
Aún tu bebe está muy pequeño pero puedes empezar a realizar algunos ejercicios suaves que le ayudarán a descubrir nuevas sensaciones y despertaran sus primeros estímulos.

“Se deben realizar después de sacarlos de posición canguro, antes no.”

- Realice los ejercicios con gusto, con amor y paciencia, recuerda que cada

bebe es diferente, cada uno crece a su propio ritmo.

- Jugar con los dedos de las manos y pies.
- Realizar masajes con aceite o crema de forma circular en todo el cuerpo.
- Puedes utilizar diferentes texturas como por ejemplo: lana, estropajo, espuma y pasarlo por los brazos y piernas, esto ayuda a la estimulación sensorial y gana tono muscular.
- Estando él bebe boca arriba pasarle un objeto impreso preferiblemente a blanco y negro de lado a lado frente a sus los ojos. A una distancia de 25cms, él lo seguirá primero con los ojos y más adelante con la cabeza.



- Toma sus manos y enséñale a hacer arepitas.
- Boca arriba hazle el movimiento de bicicleta con las piernitas, esto ayudará también con la estimulación para hacer popó más fácil.
- Muéstrale juguetes al frente para que el trate de alcanzarlo.