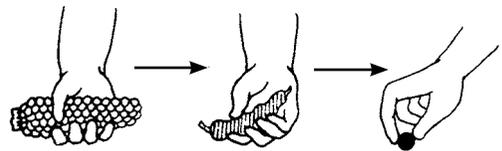


Estimulación temprana y actividades para el desarrollo

En este capítulo presentamos actividades para ayudar a los niños pequeños a desarrollarse. Estas actividades son muy valiosas para los niños que están **retrasados física y mentalmente**. También son útiles para los niños con la mente normal pero con discapacidades físicas que les dificultan el desarrollo físico y mental.

Describimos también diferentes actividades para desarrollar habilidades básicas en el orden en que los niños normalmente lo hacen. Empezamos con el control de la cabeza, y pasamos a habilidades más avanzadas: la habilidad de alcanzar y agarrar cosas, sentarse y balancearse, gatear, pararse, caminar y hablar. (Discutimos las actividades del cuidado personal—como comer, vestirse e ir al baño—en otros capítulos, más adelante.)

En cualquier área del desarrollo, un niño avanza a través de diferentes etapas. Por ejemplo, cuando el niño aprende a agarrar cosas, primero tiene que usar toda la mano, pero después lo puede hacer con el pulgar y un dedo.



Para decidir con cuáles actividades empezar, primero vea los cuadros en las págs. 292 y 293 para **establecer el nivel de desarrollo** de su niño. Luego vea las páginas 302 a 316 y **escoja las actividades que le ayudarán a su niño a seguir avanzando**. Cuando pueda hacer estas actividades, pase a las siguientes.

Un niño avanza en muchas áreas a la vez. Trate de ayudarlo en varias áreas. **En cada área, escoja actividades que le ayuden a hacer mejor lo que ya hace, y luego a dar el siguiente paso.**

Muchas veces, una actividad que le ayuda a un niño a desarrollarse en un área también le ayudará en otras.

Por ejemplo, nosotros incluimos la actividad de este dibujo bajo **“control de la cabeza”**. Pero la actividad también ayuda a desarrollar **los sentidos** (vista, tacto, oído), **el control de las manos, la coordinación entre ojos y manos, el equilibrio y la flexibilidad del cuerpo**. Además, si usted la hace amistosamente, felicitando al niño, puede ayudarlo a **desarrollar su confianza y su habilidad para relacionarse** con los demás. Y si se le habla al niño al jugar, nombrando cada objeto y acción, también lo preparará para aprender a hablar.



Cuando ayude a su niño con estas actividades, recuerde que hay que **avanzar poco a poco** para que el niño desarrolle cada nueva habilidad fácilmente. **Felicítelo cada vez que tenga éxito o que trate con ganas**. Siga las sugerencias de las páginas 296 a 299 para ayudar al niño a desarrollar nuevas habilidades.

PRECAUCION: Muchas de las actividades de este capítulo son útiles para los niños con parálisis cerebral u otras discapacidades físicas. Pero algunas tienen que ser cambiadas o **adaptadas**. Lea los capítulos sobre la discapacidad de su niño. Y **sobre todo: PIENSE COMO RESPONDE EL NIÑO. VEA QUE TANTO UNA ACTIVIDAD ESTIMULA—O ATRASA—TODO EL DESARROLLO DEL NIÑO. NO SOLO SIGA INSTRUCCIONES. ADAPTE O INVENTE ACTIVIDADES QUE SATISFAGAN LAS NECESIDADES DE SU NIÑO.**

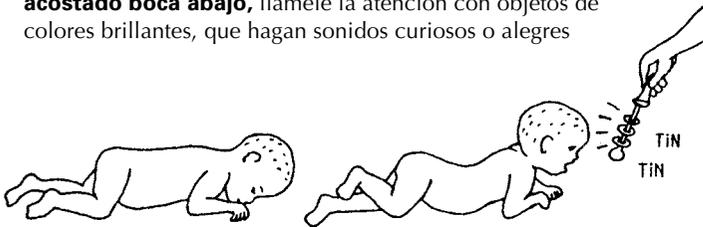
PC

1. Actividades para ayudar al niño a levantar y controlar la cabeza (y usar los ojos y oídos)

PC

Una de las primeras habilidades que desarrolla un niño normal es la de levantar y controlar la cabeza. Para poder voltearse, sentarse o gatear, el niño primero necesita aprender a controlar la cabeza. Normalmente, un niño recién nacido puede levantar o sostener la cabeza por un momento, y en los primeros meses de vida desarrolla un buen control. Muchas veces, **los niños de desarrollo lento se tardan en controlar la cabeza. Necesitamos ayudarles a controlarla mejor antes de tratar de enseñarles a voltearse, sentarse, gatear o caminar.**

Para animar al niño a levantar la cabeza **cuando está acostado boca abajo**, llámeme la atención con objetos de colores brillantes, que hagan sonidos curiosos o alegres

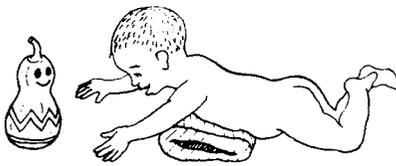


Si no levanta la cabeza, para ayudarle, acuéstelo así. Empújelo firmemente los *músculos* a cada lado de la columna y vaya bajando despacio la mano desde el cuello hasta la cadera.



Si al niño se le dificulta levantar la cabeza por tener débiles los hombros o la espalda, póngale una cobija doblada bajo el pecho y los hombros. Agáchese frente a él y háblele. O ponga un juguete a su alcance para llamarle la atención y animarlo a que se mueva.

Si el niño no puede levantar la cabeza cuando está acostado boca abajo, recárguelo sobre su pecho de modo que esté casi sentado. Así le costará menos trabajo levantarla.



Algunos niños pueden hacer más cosas si están sobre una 'cuña'. (Vea la pág. 571.)



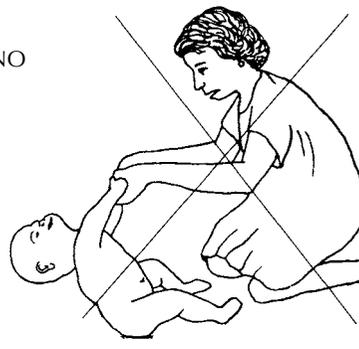
PC

Para ayudarle a desarrollar el control de la cabeza **cuando está boca arriba**, agárrelo abajito de los hombros y vaya levantándolo despacio hasta que la cabeza le cuelgue hacia atrás un poco. Luego acuéstelo otra vez.

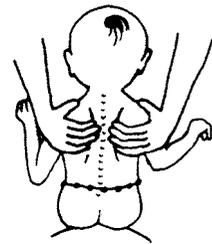


PRECAUCION: No levante así al niño si la cabeza le cuelga mucho. Al empezar a levantarlo, fíjese si aprieta los músculos del cuello. Si no, no lo levante. Tampoco levante así al niño si esto hace que las piernas se le enderecen rígidamente. (Vea "Parálisis cerebral", pág. 102.)

ASI NO



Si un niño con parálisis cerebral se entiesa cuando usted le jala los brazos, empújelo las paletillas hacia adelante al levantarlo.



Si el niño no puede alzar la cabeza cuando usted lo levanta, no lo haga. Mejor, siéntelo, recárguelo hacia atrás un poco y anímelo a que mantenga levantada la cabeza. Repita esto a menudo y, a medida que vaya ganando más fuerza y control, recárguelo más y más—pero no deje que la cabeza se le vaya para atrás.



Puede que el niño casi no trate de levantar o sostener la cabeza cuando usted lo alimenta. En ese caso, en vez de meterle el pezón (o la comida) en la boca, sólo póngaselo junto a los labios y exíjale que se acerque para tomarlo.



BUENAS POSICIONES PARA CARGAR A UN NIÑO

Cargar a un niño así le ayuda a desarrollar buen control de la cabeza cuando está boca abajo.



Si a un niño con parálisis cerebral se le estira el cuerpo rígidamente y se le juntan con fuerza las rodillas, póngalo en posiciones que le mantengan la cadera doblada y las rodillas separadas. Estas posiciones le ayudarán a relajarse y a tener más control.



Cargar a un bebé así le permite a él mover libremente los brazos y la cabeza.

PC



A medida que su niño controle mejor la cabeza, juegue con él, apoyándole el cuerpo pero dejándole libres los brazos y la cabeza. Lámele la atención con objetos y sonidos interesantes de modo que mueva la cabeza primero hacia un lado y luego hacia el otro.



2. Actividades que animan al niño a girar y voltearse

Cuando un bebé tiene buen control de la cabeza, muchas veces el siguiente paso de su desarrollo es voltearse. Para poder voltearse tiene que torcer el cuerpo y la cabeza de lado. **Un bebé necesita aprender a torcer o girar el cuerpo antes de poder aprender a gatear y caminar.**

Normalmente los bebés aprenden a voltearse solos. Pero los bebés de desarrollo lento aprenderán más pronto con ayuda y estímulos especiales. Primero ayude al niño a aprender a levantar y voltear la cabeza hacia los lados, después enséñele a girar los hombros y el cuerpo.

Llámele la atención al niño mostrándole un juguete o una sonaja;



Anímelo a que trate de alcanzar el juguete a su lado,

luego mueva el juguete hacia un lado para que el niño voltee la cabeza y los hombros.



luego mueva el juguete hacia arriba para que el niño se voltee hasta quedar boca arriba.

Si no se voltea después de varios intentos, ayúdele levantándole la pierna.



Nota: Si el niño tiene espasticidad quizás tenga usted que acomodarle este brazo para que pueda voltearse.

También enséñele a voltearse hacia un lado estando boca arriba. Ofézcale un juguete por un lado y anímelo a que lo tome.



PC

Nota: Si el niño está muy tieso, antes de hacer otros ejercicios o actividades,

primero ayúdele a relajarse moviéndole las piernas de un lado a otro,



o hágalo 'bolita' y lentamente gírele las piernas y la cadera de lado.



O gírele el cuerpo hacia un lado y luego hacia el otro. Para que él ayude, pídale que trate de agarrar algo que le guste. Felicítelo cuando lo haga.

PC

Recuerde: LA PRIMERA REGLA DE LA **TERAPIA:** AYUDE SOLO LO NECESARIO, ANIMANDO AL NIÑO A HACER CADA VEZ MAS POR SI MISMO.

3. Actividades para aprender a alcanzar y agarrar objetos y desarrollar la coordinación entre ojos y manos

Casi todos los bebés nacen con el 'reflejo de agarre'. Si usted pone un dedo en la mano de un bebé, la mano lo agarra automáticamente— y tan fuerte que usted podría levantar al niño.

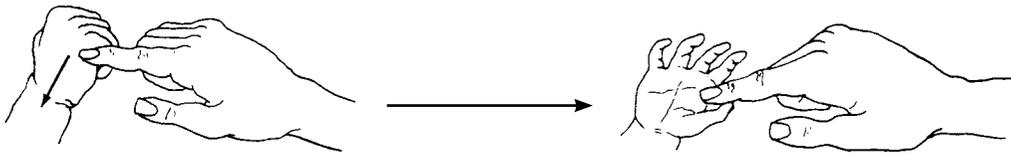


Usualmente este reflejo desaparece y el bebé va aprendiendo a agarrar y a soltar las cosas a su gusto.

Los bebés de desarrollo lento a veces no tienen o apenas tienen ese reflejo y se tardan en aprender a sostener las cosas. Las siguientes actividades pueden ayudarles a estos niños.

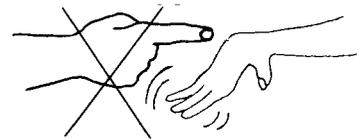
Si el bebé siempre tiene la mano cerrada, frótele desde el dedo meñique hasta la muñeca.

Muchas veces, esto hace que levante y abra la mano y que le agarre el dedo.



PRECAUCION: Si le frota la mano así a un niño con espasticidad, puede que él abra la mano o la apriete con rigidez. Si esto pasa, no lo haga, sino que busque alguna manera que le dé más control.

¡NO!



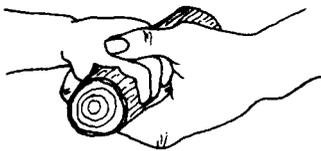
PC

Si el niño abre bien la mano, pero no puede sostener las cosas, póngale un objeto en la mano y dóblele los dedos alrededor del objeto. Asegúrese de que el dedo gordo esté del lado opuesto de los demás dedos.

Poco a poco suétle la mano y jale el objeto contra sus dedos o tuérzalo de un lado a otro.

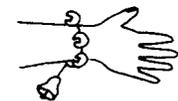
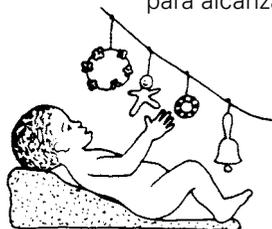
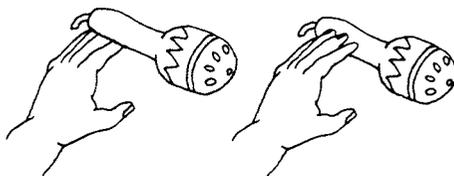
Cuando crea que lo tiene bien agarrado, suelte el objeto.

Repita esto varias veces con cada mano.



Cuando el bebé pueda sostener un objeto que le ponga en la mano, anímelo a agarrar un objeto que apenas le toca las puntas de los dedos. Primero tóquelo por encima de la mano con el objeto, luego póngaselo bajo la punta de los dedos.

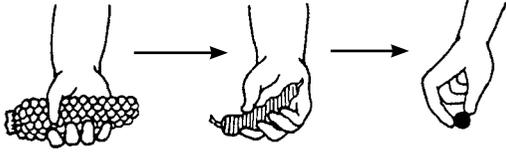
Anime al bebé a agarrar cosas ofreciéndole sonajas, juguetes de colores o algo de comer puesto en un palito. Cuelgue juguetes interesantes, sonajas y campanillas donde el niño pueda verlos y alcanzarlos. Así aprenderá a levantar la mano para alcanzar algo.



Si el niño parece no tener conciencia de sus manos, póngale pulseras de cascabeles.

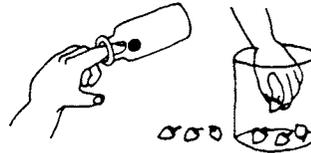
También vea la pág. 327, donde describimos cómo ayudar a un niño a descubrir sus manos poniéndole algo dulce en un dedo y enseñándole a llevárselo a la boca.

Al principio un bebé solamente puede agarrar objetos grandes usando toda la mano. Después aprende a agarrar cosas más chicas usando los dedos. Ayúdele a hacer esto jugando con objetos de diferentes tamaños.



A medida que el niño gane más control, use juguetes y juegos para ayudarle a desarrollar la **coordinación entre ojos y manos**. Vea los ejemplos de la pág. 318.

Para que gane fuerza para agarrar las cosas, juegue con él a 'jalonear' algún objeto.



Juegue a meter y sacar cosas en cajas y botes.

Al jugar y al *imitar* el trabajo de otros, el niño se vuelve más hábil con las manos.

PC

4. Actividades para controlar el cuerpo, balancearse y sentarse

Normalmente cuando un bebé ya puede controlar bien la cabeza, empieza a sentarse, pasando por las siguientes etapas.

Se sienta si se le acomoda y sostiene.



Se sienta y se balancea con los brazos.



Se sienta balanceándose con el cuerpo y usa las manos para jugar.



Estando acostado, se levanta hasta sentarse.



Para sentarse bien, un niño necesita poder sostener el cuerpo, usar las manos para detenerse y apoyarse, y finalmente balancearse con el cuerpo para poder voltearse y alcanzar objetos.

Si el niño se cae cuando usted lo sienta, enséñele a detenerse extendiendo los brazos. Acuéstelo sobre un tronco, sosténgalo de la cadera y ruédelo lentamente hacia los lados. Anímelo a que se detenga con una mano.



O haga lo mismo con el niño sobre su barriga.



Cuando el niño pueda sostenerse estando acostado, siéntelo, apóyelo de la cadera y despacio empújelo de lado a lado,



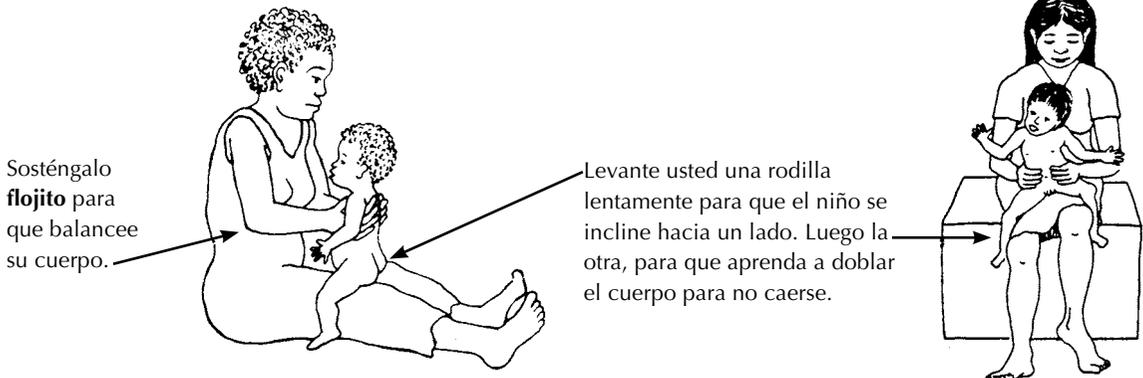
y hacia atrás y adelante para que aprenda a detenerse con los brazos.



PRECAUCION: El niño necesita poder levantar y voltear la cabeza antes de poder levantar el cuerpo.

Para que el niño se pueda balancear mejor al estar sentado, primero siéntelo en sus rodillas de modo que le dé la cara.

Después puede sentarlo de espaldas para que pueda ver lo que pasa a su alrededor.



Sosténgalo flojito para que balancee su cuerpo.

Levante usted una rodilla lentamente para que el niño se incline hacia un lado. Luego la otra, para que aprenda a doblar el cuerpo para no caerse.

Puede hacer lo mismo con el niño sentado sobre un tronco.

A medida que él se balancee mejor, baje las manos y sosténgalo de la cadera y luego de los muslos para que dependa menos de su apoyo.



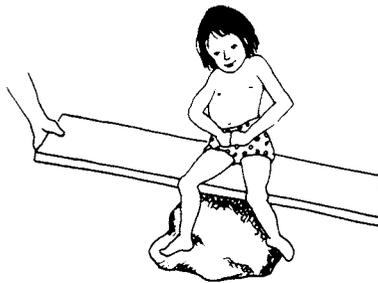
Pídale que agarre algo con las manos para que aprenda a usar el cuerpo y no los brazos para balancearse.

Con un niño mayor que tiene mal equilibrio usted puede hacer lo anterior sobre una 'tabla floja'

O puede usar una pelota grande.



Al principio déjelo que se detenga con los brazos.



Después vea qué tanto puede balancearse sin usar las manos. Convierta esto en un juego.



Mueva la pelota de lado a lado y también hacia atrás y hacia adelante.

Nota: También puede hacer estos ejercicios sentando al niño sobre una mesa y empujándolo con cuidado hacia atrás, hacia los lados, y hacia adelante. O **aún mejor, mueva la mesa.**



Al **empujar** al niño, él tiene que usar los brazos para detenerse.

Pero si **mueve la mesa**, él tiene que usar el cuerpo para balancearse. Esta es una habilidad más avanzada.

Enséñele al niño a que aprenda a mantener el equilibrio mientras usa las manos y voltea el cuerpo,

cuando esté sentado en el piso,...



NADA MÁS OTRO POQUITO. ¡MUY BIEN! AGÁRRALO.



...y cuando esté sentado sobre un tronco o un asiento.

Cuando el niño ya se sostenga sentado, ayúdele a que aprenda a sentarse solo.

Estando de espaldas, cuando el niño se empiece a sentar, empújale la cadera más alta.



Cuando está boca abajo, primero ayúdele a levantar los hombros.



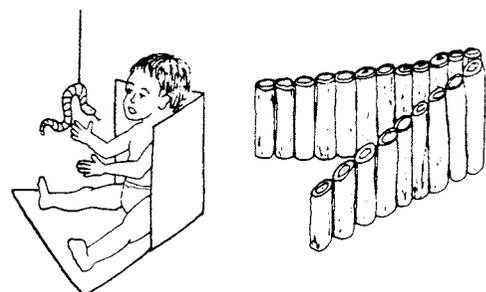
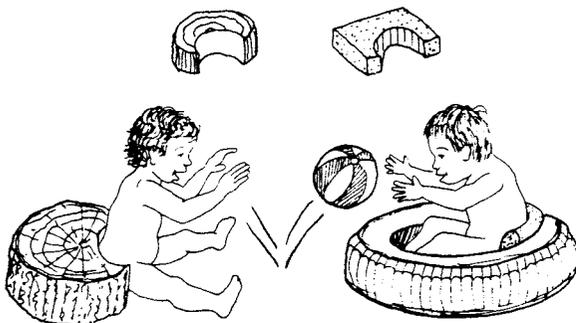
Luego, empújale la cadera hacia abajo y hacia atrás. Al fin, ayúdele a darse la vuelta hacia un lado, levantarse sobre un codo y sentarse.



Ayúdele a sentarse por sí mismo. **No lo jale usted. Felicítelo cada vez que lo haga bien, o que trate de hacerlo.** Ayúdele cada vez menos hasta que pueda sentarse solo.

Algunos niños necesitarán algo que los sostenga para sentarse bien. Lo que se use debe ser **lo más bajo posible**, pero que a la vez le permita al niño sentarse derecho. Muchas veces, basta con que le apoye la cadera al niño. Aquí tiene 2 ejemplos:

Para el niño que necesita tener más apoyada la espalda, se pueden hacer asientos sencillos en forma de esquina, de cartón o madera, o con postes en el suelo.



Damos más ideas de cómo sentar y acomodar a un niño en los Capítulos 64 y 65. En la pág. 573 hay varios ejemplos de asientos especiales.

5. Actividades para aprender a arrastrarse y gatear

Para moverse, muchos bebés empiezan por **arrastrarse**,



y luego **gatean**



o **'caminan de nalgas'**.



Nota: Algunos bebés nunca gatean sino que pasan directamente de sentarse, a pararse y a caminar. Que gateen o no a menudo depende de las costumbres o la influencia de la familia.

Si el bebé puede levantar bien la cabeza cuando está acostado boca abajo, animélo a que empiece a arrastrarse de esta manera:

Ponga comida o un juguete que al niño le guste apenas fuera de su alcance.

Al principio quizás ayude a apoyarle los pies.



¡VE Y AGARRA EL MONITO!

PRECAUCION:

Si el niño tiene parálisis cerebral, el apoyarle los pies podría causar que las piernas se le pongan rígidas. Si esto pasa, no se los apoye.

Si el niño no puede doblar la pierna para empujarse, ayúdele levantándole la cadera.

PC



Si el niño tiene dificultades para empezar a arrastrarse o a gatear,

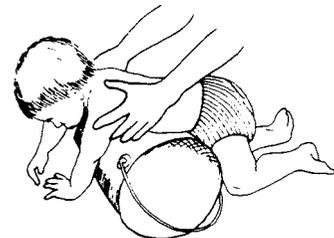
móntelo sobre su rodilla. Juegue al 'caballito'. Mueva la rodilla lentamente hacia arriba y abajo y hacia los lados para que el niño pase su peso de lado a lado.

TIÑO TE ESTÁ LLAMANDO. ¿LE PUEDES DAR LA MANO?

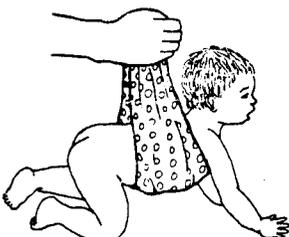


Anímelo a levantar una mano y a aguantar su peso con la otra. Luego ayúdele a moverse hacia adelante.

O ponga al niño sobre un tronco o un balde (cubeta). Para que aprenda a sostener su peso con los codos derechos, empujele los hombros hacia abajo un rato y luego suéltelos. Repita esto varias veces.



Si al bebé se le dificulta empezar a gatear, sosténgalo así con una toalla. A medida que gane más fuerza, vaya sosteniéndolo menos.



Muévalo de lado a lado para que pase su peso del brazo y la pierna de un lado al brazo y la pierna del otro.

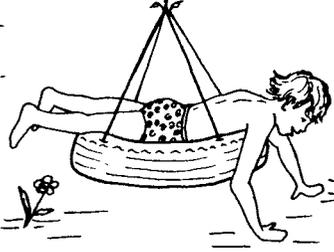


Los hermanitos mayores le pueden ayudar. Anime al niño primero a estirarse—y luego a gatear—para agarrar algo que quiera.

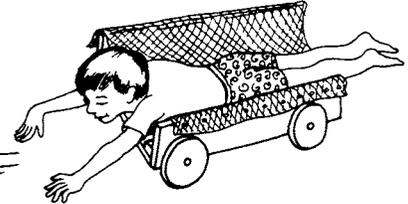


Puede colgar una toalla para sostener al niño de una viga o rama o del marco de una puerta, así.

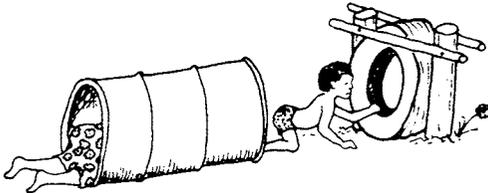
A un niño con las piernas espásticas lo puede colgar con las piernas apoyadas, para que se mueva con los brazos.



O le puede hacer un carrito.



Cuando el niño esté aprendiendo a gatear, animelo a que gatee al jugar.



El niño puede subirse y bajarse gateando de un monte de paja o arena. Esto le mejorará la fuerza y el equilibrio.



Para preparar a caminar a un niño mayor con problemas de equilibrio, primero pídale que **gatee hacia atrás y hacia los lados.**

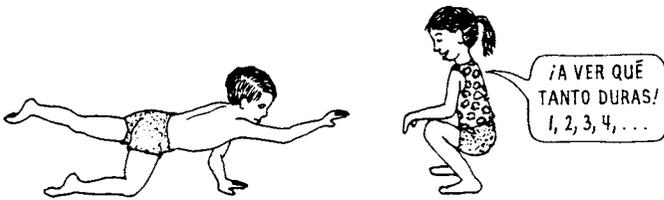


También pídale que levante un brazo o una pierna y que pase su peso hacia adelante y hacia atrás.

Al principio quizás tenga usted que sostenerle la pierna o el brazo al niño mientras lo mece lentamente de lado a lado.



Después, pídale al niño que practique a detener en el aire el brazo de un lado y la pierna del otro al mismo tiempo.



¡A VER QUÉ TANTO DURAS!
1, 2, 3, 4, ...

Una 'tabla mecedora' es divertida y mejora el equilibrio.



Cuando el niño se pueda balancear sobre las manos y las rodillas, puede empezar a pararse—y a caminar—de rodillas con un poco de ayuda. Puede caminar de lado agarrado de una cuerda.



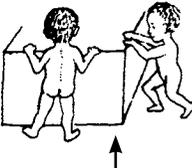
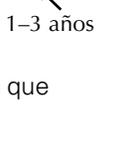
PRECAUCION: No haga esto con un niño que tiene espasticidad si se le doblan las rodillas al pararse.

Hay muchas maneras en que el niño puede practicar a pararse de rodillas y a cambiar su peso de lado a lado—maneras divertidas que lo incluyen en las actividades familiares.



6. Actividades para pararse, caminar y balancearse

Normalmente un niño progresa a través de estas etapas:

<p>Automáticamente carga parte de su peso cuando se le sostiene así.</p> <p>(reflejo de pararse)</p> <p>0-3 meses</p> 	<p>Automáticamente 'da un paso' si se le inclina hacia adelante.</p> <p>(reflejo de marcha)</p> <p>0-3 meses</p> 	<p>Se hunde cuando se le trata de parar.</p> <p>3-6 meses</p> 	<p>Se para deteniéndose.</p> <p>7-9 meses</p> 	<p>Se levanta hasta pararse.</p> <p>9-12 meses</p> 	<p>Da pasos de lado deteniéndose.</p> <p>9-12 meses</p> 	<p>Da pasos de un objeto a otro.</p> <p>9-12 meses</p> 	<p>Camina agarrado con las dos manos, con una mano y finalmente sin apoyo.</p> <p>1-3 años</p> 
---	--	---	---	---	---	--	--

Usted puede preparar al niño para caminar enseñándole cada uno de estos pasos a medida que se desarrolle.

PRECAUCION: Si el niño no puede balancearse estando sentado, todavía no trate de hacerlo caminar. Primero ayúdele a mejorar su equilibrio.

Sostenga así al bebé para que use el **reflejo de marcha** y fortalezca sus piernas. Hasta puede hacerlo botar suavemente.



Cuando el niño empiece a pararse, apóyelo de las caderas. Sepárele los pies para que tenga un soporte amplio. Al principio póngase enfrente del niño al hacer esto, y más tarde póngase detrás de él.



Cuando tenga mejor equilibrio, apóyelo un poco de los hombros.

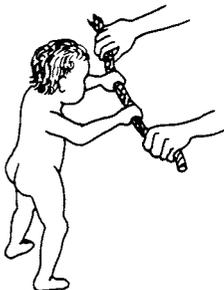


PRECAUCION: A un niño con espasticidad, esta actividad le puede aumentar la rigidez de los músculos. NO LA HAGA. (Vea las págs. 93 y 291)

Inclínelo despacio de lado a lado para que aprenda a pasar su peso de una pierna a la otra.

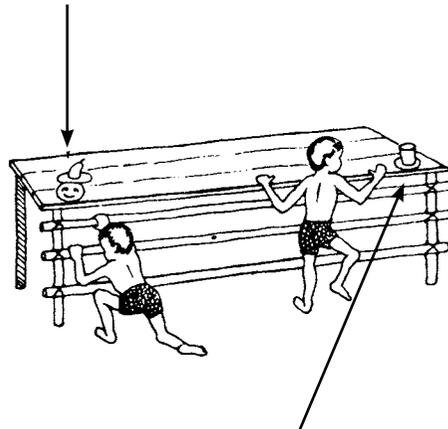
PC

O deje que el niño se agarre de una cuerda o manguera. Como éstas son flexibles él tendrá que balancearse más.



Después, puede agarrar la cuerda con una sola mano.

Para que el niño se pare, ponga un juguete que le guste en la orilla de una mesa.



Para que dé pasos, ponga algo que le guste al otro lado de la mesa.

Cuando el niño casi pueda caminar solo pero tenga miedo, amárrele un trapo alrededor del pecho.

Sostenga el trapo pero **déjelo flojo**. Esté listo para detener al niño si se va a caer.



PRECAUCION: No deje que el niño se cuelgue del trapo. Necesita sostener su propio peso. El trapo es sólo para detenerlo si se va a caer.

Otras actividades que **mejoran el equilibrio**:

- Agarre al niño **suavemente** de los sobacos (axilas) e inclínelo con cuidado de lado a lado y hacia atrás y adelante. Déjelo que se enderece solo. Convierta esto en un juego.



Al principio sostenga al niño cuando haga esto. Cuando mejore su equilibrio, hágalo sin sostenerlo—pero esté listo para agarrarlo si se va a caer.

Puede practicar a caminar de lado y hacia atrás.

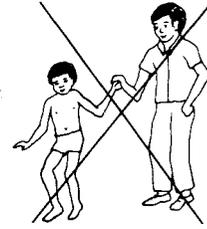
Nota: Caminar hacia atrás ayuda a los niños que caminan de puntas a bajar los talones.



Es mejor detener a un niño,

ASI
Su equilibrio está centrado en su cuerpo.

NO ASI
Su equilibrio no está centrado.



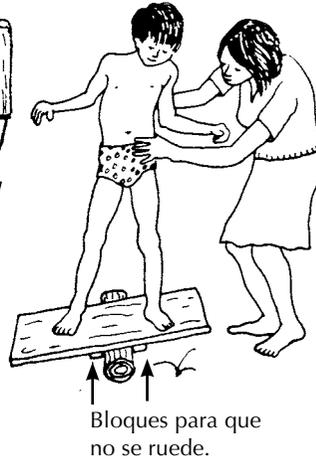
- **Sólo sostenga al niño lo necesario**, hasta que él aprenda a caminar solo.

- Para **un niño mayor, una tabla de equilibrio** sencilla puede convertir el ejercicio en juego. Empezé despacio—sobre todo si el niño tiene parálisis cerebral.

PC



Dibuje un cuadro en el suelo y ayúdele a dar pasos hacia adelante, hacia atrás y hacia los lados. Siga los 4 lados del cuadro, siempre mirando en la misma dirección. Para que el niño se divierta, ponga una ficha o una pieza de un rompecabezas en cada esquina, para que las recoja.



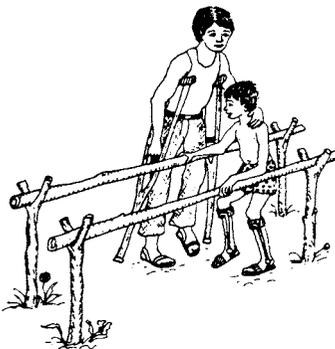
Bloques para que no se ruede.

Una tabla de equilibrio con una base amplia es mejor porque se mece más suavemente. (Vea la pág. 576.)

Algunos niños necesitarán agarrarse de un poste.



- Unas **barras paralelas** sencillas pueden ayudarle a un niño con las piernas débiles o con problemas de equilibrio a empezar a caminar.



- Una **carretita** o **andadera** hecha en casa puede darle apoyo e independencia al niño que está aprendiendo a caminar o que tiene problemas de equilibrio.



Una andadera de madera con triplay le ayuda a este niño de desarrollo lento a empezar a caminar. (Para diseños de andaderas, vea la pág. 581.)

7. Actividades para desarrollar la comunicación y el lenguaje

La habilidad para comunicarse de un niño normal se desarrolla a través de estas etapas:

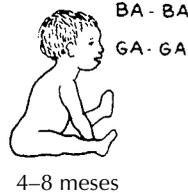
El niño expresa sus necesidades por medio de los movimientos del cuerpo, las muecas y el llanto.



Hace 'ruidos alegres'—gorjea.



Balbucea—escucha sonidos y trata de imitarlos.



Dice unas cuantas palabras.



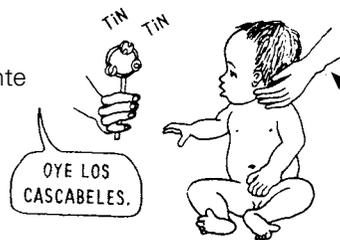
Empieza a juntar palabras (e ideas).



El aprendizaje que prepara a un niño para hablar empieza temprano, mucho antes de que él diga su primera palabra. El lenguaje se desarrolla en base al movimiento del cuerpo, el uso de la boca y la lengua al comer y el uso de los sentidos—mediante las relaciones con la gente y los objetos.

Una de las primeras etapas del desarrollo del lenguaje en el niño es el darse cuenta de diferentes sonidos y responder a ellos. Un niño retrasado puede necesitar más ayuda y estímulos.

Haga ruido con sonajas, campanas, cascabeles y tambores, primero directamente frente al niño y después por un lado para que se voltee.



Si no voltea la cabeza, vuelva a poner el objeto enfrente de él para que lo vea, y muévalo otra vez.

O voltéele la cabeza suavemente para que vea lo que está haciendo ruido. Ayúdele cada vez menos—hasta que voltee solo.

Repita el balbuceo del niño: 'hable' con él en su lenguaje. Pero cuando empiece a decir palabras, repítaselas en forma clara y correcta— **no en lenguaje de bebé.**



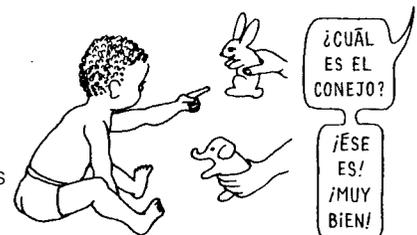
Para que el niño se acostumbre al lenguaje, **explíquelo todo lo que usted haga.** Use palabras claras y sencillas—y siempre las mismas. Nombre juguetes, objetos y partes del cuerpo. Repita las palabras a menudo.



La comprensión del lenguaje consiste no sólo en escuchar los sonidos, sino también en observar los labios y las expresiones de quien esté hablando. Así que **háblele al niño a su altura.**



Un niño entiende palabras antes de poder decirlas. **Juegue a hacerle preguntas** para que escuche y aprenda. El puede responder señalando con el dedo o moviendo la cabeza. Repita las palabras. Hágale preguntas fáciles. Premie al niño por sus éxitos.



El ritmo es importante en el desarrollo del lenguaje. **Cante, toque música y haga que el niño imite sus movimientos:** aplauda, tóquese los dedos de los pies o toque un tambor.



Imite los sonidos del bebé y haga que él repita los mismos sonidos cuando usted los haga. Luego diga palabras parecidas a esos sonidos.

Imite también el uso de la boca: ábrala mucho, ciérrela bien, saque la lengua, sople.

PRECAUCION: Anime al niño a hacer gestos y señas, pero no tanto que el niño no sienta la necesidad de usar palabras.



PROBLEMAS ESPECIALES EN EL DESARROLLO DEL HABLA

PC

Una boca que siempre está abierta o babea es una boca pasiva (inactiva). Esta dificulta el desarrollo del habla. A menudo los niños con síndrome de Down o parálisis cerebral de tipo flácido (aguado) tienen este problema.

Aquí tiene algunas sugerencias para ayudar al niño a no babea, y para fortalecerle la boca, los labios y la lengua para que pueda aprender a comer y hablar.

PRECAUCION: Si el niño siempre tiene la boca abierta y babea, ¡no le diga todo el tiempo que la cierre! Esto no le ayudará, sino que hará que se frustre.



Frótele al niño el labio de arriba o dele golpecitos, o empújele un poco el labio de abajo varias veces.



O estírele suavemente los músculos de los labios. Quizás esto le ayude a cerrar la boca.

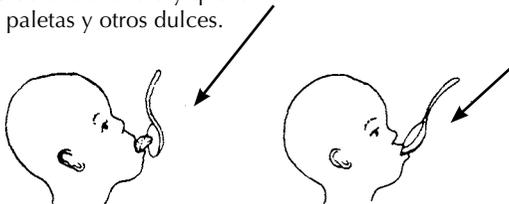


Para fortalecerle la lengua y los labios, póngale miel o algo dulce y pegajoso en los labios. Pídale al niño que lama el dulce.



También puede ponerle dulce pegajoso atrás de los dientes y en el cielo de la boca. Al lamerlo, la lengua se prepara para pronunciar las letras T, D, N y L.

También pídale al niño que lama algo pegajoso de una cuchara y que lama o chupe paletas y otros dulces.



Al alimentar al niño, póngale la comida en un lado de la boca y atrás de los dientes para que ejercite la lengua. También procure que use los labios para quitar la comida de una cuchara.

Empiece a darle al bebé alimentos que tenga que masticar en cuanto pueda tomarlos (después de los 4 meses). Eso ayudará a desarrollarle la boca y la quijada.

PC

PRECAUCIONES: No haga los ejercicios de la lengua con un niño con parálisis cerebral que empuje la lengua hacia afuera sin querer. Los ejercicios podrían empeorar el problema.
Después de darle algo dulce o pegajoso al niño, límpieme bien los dientes.

Anime al niño a que juegue:

chupando y haciendo burbujas con un popote (pajuela, sorbete, bombilla)



haciendo burbujas de jabón



soplando



tocando silbatos.



PRECAUCION: A los niños con parálisis cerebral, estos ejercicios les pueden aumentar la rigidez involuntaria de los músculos o las muecas de la boca. Si esto sucede, NO LOS HAGA.

PC

Anime al niño a meterse juguetes limpios en la boca y a morderlos (pero no a chuparse el dedo).

Muévale al niño los labios hacia arriba y abajo con el dedo para que aprenda a hacer diferentes sonidos,

BBBB



o apriétele los labios mientras él hace ruidos.

MMMM



Puede ayudarle a un niño con parálisis cerebral a controlar la boca para comer y hablar sosteniéndole el cuerpo en una posición firme. Escoja la posición en que él esté más relajado (menos espástico). Usualmente esta posición se logra doblándole hacia adelante la cabeza, los hombros y la cadera. Por eso a veces se dice:

“PARA BIEN HABLAR, LA CADERA HAY QUE CONTROLAR”



Usted puede ayudarle al niño a hacer diferentes sonidos empujándole y dándole golpecitos en el pecho.

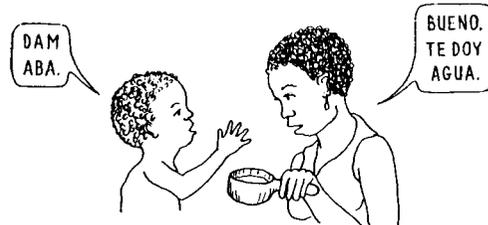
Imite los sonidos que haga y anímelo a que los haga él solo.

Si el niño no puede controlar bien la quijada cuando trata de hablar, trate usted de controlársela con los dedos así. (Vea la pág. 323.)

Anímelo a repetir sonidos que requieran que mueva la quijada.



Cuando el niño no pueda pronunciar bien las palabras, **no lo corrija**. Mejor repita las palabras claramente, mostrándole que usted le entiende.



RECUERDE—El niño necesita muchos estímulos para aprender a hablar. Juegue con él, hablele y cántele a menudo. Hágale preguntas y dele tiempo para contestarlas. **No trate de ‘obligarlo a aprender’, sino que dele muchas oportunidades de aprender.** Hágale preguntas que tenga que contestar con unas cuantas palabras, no sólo con ‘sí’ o ‘no’.

¿Está sordo su niño? Si su niño se tarda en hablar, revise qué tan bien oye. (Vea la pág. 447.) Aunque escuche algunos sonidos, quizás no oiga lo suficiente para entender lo que se le dice.

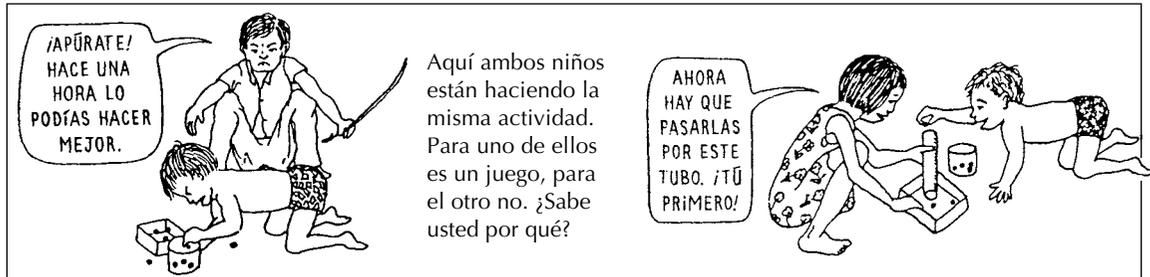
Además, algunos niños que oyen bien pueden nunca llegar a hablar. Por ejemplo, ciertos niños con parálisis cerebral no pueden controlar la boca, la lengua o los músculos de la voz. Para estos niños, como para los niños sordos muy pequeños, debemos encontrar otras formas de comunicación. (Vea el Capítulo 31.)

8. Los primeros juegos y juguetes

La mejor manera en que los niños aprenden es jugando. **Por eso, trate de que cualquier actividad que hace con el niño se convierta en un juego.**

Lo que convierte algo en un juego no es lo que se hace, sino **la manera en que se hace**. Mientras que algo sea divertido, y el niño quiera hacerlo, es un juego. Pero si deja de ser divertido, o el niño lo hace sólo porque 'tiene que hacerlo', deja de ser un juego. Los niños chicos (y los grandes que aprenden lentamente) sólo se interesan en las cosas por poco tiempo. Muy pronto se aburren y dejan de aprender. Por lo tanto, para que una actividad sea juego y siga siéndolo,

1. hágala sólo por poco tiempo y
2. busque la manera de ir cambiándola un poco para que sea siempre nueva e interesante.



No es necesario planear u organizar todos los juegos; muchas veces un niño aprende más cuando no todo está planeado. Un juego necesita ser algo **sorpresivo, aventurado y libre**. Es importante que el niño aprenda a **jugar con otros niños**. Pero también es importante que pueda **jugar solo**. Necesita aprender a vivir y entretenerse con otra gente—y consigo mismo.

No hablamos mucho sobre el juego por separado, porque en general no es una actividad separada. Es la mejor manera de hacer casi cualquier actividad. Por eso, en todo este capítulo—y en el libro—a menudo damos ideas de cómo convertir el ejercicio, la terapia y el aprendizaje en juego.

Los juegos, como cualquier actividad, deben escogerse de manera que correspondan al nivel de desarrollo del niño y que le ayuden a dar un paso adelante. Deben ser lo SUFICIENTEMENTE DIFÍCILES PARA QUE SEAN INTERESANTES, pero lo SUFICIENTEMENTE FÁCILES PARA QUE EL NIÑO LOGRE HACERLOS. Por ejemplo:

Si el niño está al nivel de un bebé chiquito, le ayudarán los juegos en los que use los ojos y levante la cabeza.



Si el niño ya se puede sentar, pero tiene dificultades para balancearse o para separar las rodillas, busque juegos que le ayuden a hacerlo.



Si el niño necesita practicar cómo pasar su peso de una rodilla a la otra para poder pararse y caminar, puede jugar a imitar diferentes cosas. Aquí tiene 2 ideas:

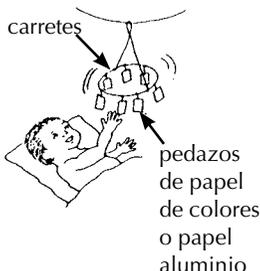
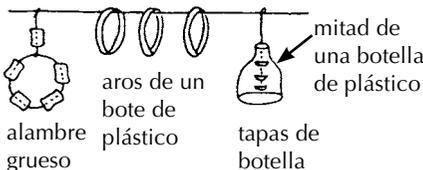


JUGUETES Y OBJETOS QUE ESTIMULAN LOS SENTIDOS

El juego es más importante que los juguetes. Casi cualquier cosa—vasijas, flores, sandalias, frutas, llaves, una herradura—puede servir de juguete, si se usa en un juego.

Los juguetes sirven como estímulos para un niño, cuando juega solo y cuando juega con otros niños. Muchas cosas en una casa pueden servir de juguetes.

Con cualquier cosa se pueden hacer juguetes colgantes que el niño admire y toque.



Para un niño cariñoso, el cuidado de los bebés es una experiencia educativa que combina el trabajo y el juego.

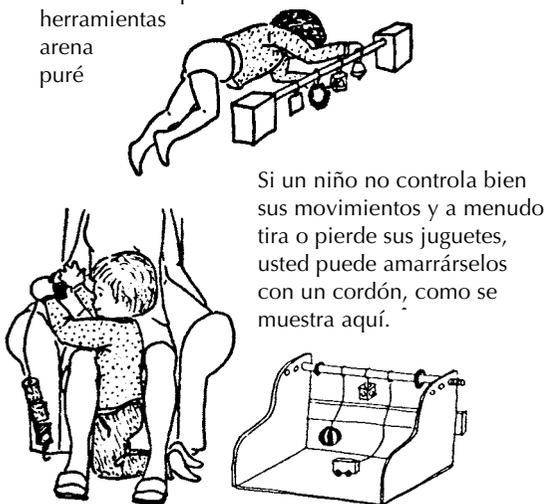


PRECAUCION: Asegúrese de que los juguetes estén limpios y no sean peligrosos.

Aquí tiene algunos ejemplos de juguetes interesantes. Use su imaginación y los recursos que tenga a la mano para hacer éstos y otros juguetes.

Juguetes para el tacto

- ropa suave o cobijas
- barro
- animalitos mazorcas
- cuerdas
- cámaras de llanta para nadar y bañarse
- cadenas
- tomillos y tuercas
- poleas
- dedos de las manos y los pies
- piedras
- bules, júcaras
- cuentas
- muñeca de trapo
- canicas
- herramientas
- frutas
- arena
- lodo
- puré



Juguetes para el gusto o el olfato

- comida
- flores
- frutas
- animales
- especies
- perfumes

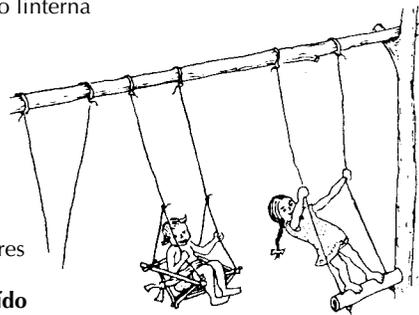
Juguetes para la vista

- espejos
- colores
- papel de colores o papel aluminio
- actividades diarias de la familia
- títeres
- revistas viejas con dibujos
- calidoscopio
- lámpara de mano o linterna (tacto)



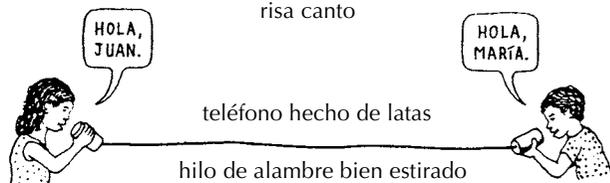
Juguetes para el equilibrio

- columpios
- hamacas
- sube y bajas
- caballitos mecedores



Juguetes para el oído

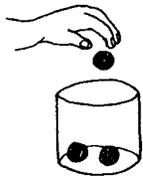
- sonajas
- marimba
- guitarra
- cascabeles
- flautas
- silbatos
- tambor
- pajaritos
- campanillas
- ruidos de animales
- pulseras en las muñecas y los tobillos del niño, que suenan cuando se mueve
- conchas marinas u otros juguetes con eco
- risa canto
- sartén que se usa de tambor



JUGUETES PARA DESARROLLAR LA MENTE DEL NIÑO Y SU COORDINACION ENTRE OJOS Y MANOS

Juguetes para aprender cómo acomodar cosas

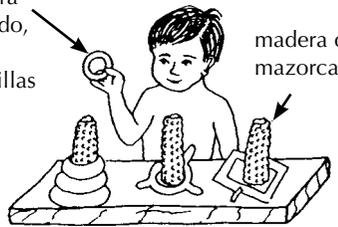
Empiece con algo sencillo—por ejemplo, echando cosas en un bote y luego sacándolas.



A medida que el niño se desarrolle, haga cosas más complicadas.

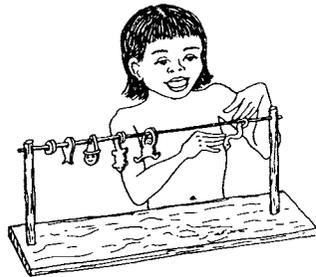
aros de madera
alambre torcido,
barro cocido,
huesos o hebillas

base de
madera o de
varias capas
de cartón



Nota: Los aros pueden ser de diferentes tamaños, colores o formas de modo que el niño aprenda qué va con qué.

Para desarrollar el movimiento voluntario de las manos y los brazos, el niño puede mover cuentas o bloquecitos a lo largo de una varilla o un alambre.

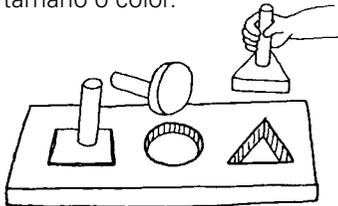


El ejercicio es más divertido si se usan figuras de animales o figuras chistosas. Además, así otros niños también querrán jugar.



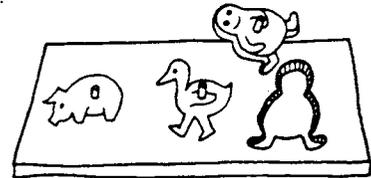
Juegos de reconocer formas, tamaños y colores

El niño junta los objetos que tienen la misma forma, tamaño o color.

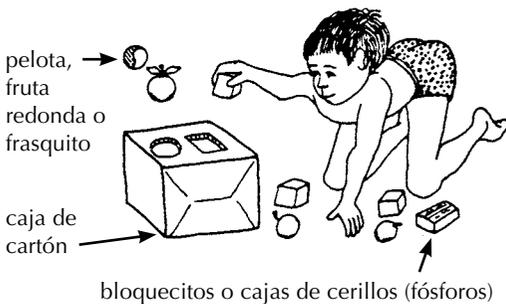


Los postecitos pegados a las figuras sirven para desarrollar el control fino de las manos.

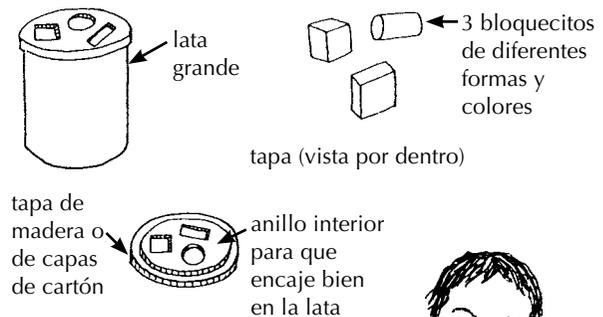
postecito



Empiece con juegos más sencillos de figuras redondas o cuadradas.



Luego avance a los juegos más complicados con figuras de formas diferentes.



Rompecabezas:

Los de cartón y los bloquecitos para armar también ayudan al niño a aprender cómo encajan o se relacionan diferentes colores y formas. Damos sugerencias para hacer diferentes rompecabezas en la pág. 476.

Muchas otras ideas para hacer juguetes sencillos están incluidas en el Capítulo 49, "Un taller de niños para hacer juguetes", págs. 463 a 476.

