

## Puntos de discusión

- Vacunas
- Ventanas de oportunidad
- Golpear sobre la cabeza

# 2 Meses

## Plan semanal 2 (Plan 2 cada dos semanas)

### Recursos para educadores de padres

- Enfermedades prevenibles
- Períodos críticos: Ventanas de oportunidad



### Folletos para padres

- Su hijo o Su bebé, de los 1½ a los 3½ meses: Desarrollo intelectual, págs. D-81/D-91
- Su hijo o Su bebé, de los 1½ a los 3½ meses: Desarrollo de la motricidad, págs. D-85/D-95
- Ventanas de oportunidad
- ¡Las vacunas son importantes!

### Video

 Video de neurociencia de *Nacido para aprender*<sup>TM</sup>: Segmento #6, Ventanas de oportunidad

### Materiales

- Manta del bebé
- Trozo de lana, cinta o elástico que se pueda colocar a lo ancho de la cuna
- Varios juguetes pequeños del bebé o artículos del hogar

## Proceso

### I. Promoción del vínculo

II. **Observaciones.** Durante la visita considere *el niño como un todo* cuando comparta observaciones específicas relacionadas con cada aspecto del desarrollo.

III. **Discusión.** Incorporar durante toda la visita.

A. **Repase la visita anterior usando el Registro de visita personal.** Pregunte a los padres qué observaron al llevar a cabo la(s) actividad(es) de seguimiento para padres.

B. **Comentarios e inquietudes de los padres.** Invite a los padres a compartir, ahora y durante toda la visita.



C. **Características del desarrollo.** Use los folletos *Su hijo o Su bebé, Desarrollo intelectual y Desarrollo de la motricidad*. Pregunte a los padres qué características ya están observando. Anote las observaciones en el formulario *Puntos de referencia: De los 1½ a los 3½ meses* después de la visita.



D. **Vacunas.** Use el folleto *¡Las vacunas son importantes!* (Consulte el recurso *Enfermedades prevenibles*.)

1. Discuta la importancia de seguir el esquema de vacunación del proveedor de cuidados de la salud.
2. Pídale a los padres que le informen cuando el bebé recibe las vacunas. Anótelas en el registro de visitas al hogar.
3. Haga énfasis en la importancia de llevar un registro riguroso de las vacunas. Pregúntele a los padres cuáles son sus planes para llevar el control de las vacunas de su hijo.



E. **Ventanas de oportunidad.** Use el folleto *Ventanas de oportunidad*. (Consulte el recurso *Períodos críticos: Ventanas de oportunidad*.)

1. Existen períodos en el desarrollo del cerebro de un bebé donde ocurren tipos específicos de aprendizaje.
2. Durante esos períodos, el establecimiento de conexiones entre las neuronas es más susceptible a la estimulación del ambiente.
3. Una vez que pasa ese período susceptible para una habilidad, es más difícil cambiar la estructura del cerebro para adaptarse al aprendizaje nuevo. Las sinapsis se vuelven permanentes y ocupan espacio en el cerebro para servir a otras habilidades.

4. Estos períodos importantes de crecimiento cerebral se denominan “ventanas de oportunidad” porque los padres tienen una gran oportunidad de contribuir con el desarrollo del cerebro en estos períodos.

📺 5. Con los padres, mire y hable sobre el segmento #6 del video, *Ventanas de oportunidad*.

F. **Golpear sobre la cabeza.** Para poder golpear objetos mientras el bebé está acostado boca arriba, el niño debe coordinar las habilidades motrices, intelectuales y visuales. Es un paso hacia poder alcanzar y tomar objetos.

1. Motricidad: El bebé está superando los reflejos típicos del recién nacido y está adquiriendo mayor control del movimiento de los brazos.
2. Aspecto intelectual: El bebé se está dando cuenta de que los objetos existen independientemente de su cuerpo. Su curiosidad lo lleva a intentar alcanzar y tocar objetos interesantes.
3. Visión: Los ojos del bebé están comenzando a funcionar juntos para enfocar claramente la imagen de un objeto en su totalidad, y puede ver a mayor distancia. A esta edad comienzan a abrirse las ventanas de oportunidad en lo que respecta al desarrollo visual. Los ojos del bebé deben moverse juntos para enfocar un objeto, de manera que los centros visuales en el cerebro puedan integrar las imágenes de ambos ojos.

#### IV. **Actividad para padres e hijos:** Golpear un móvil

A. **Razón fundamental.** Explique a los padres por qué esta actividad es importante.

1. Jugar a golpear objetos ayuda a los bebés a:
  - a. adquirir mayor control de los brazos.
  - b. alimentar su curiosidad.
  - c. practicar mover ambos ojos juntos.
  - d. comenzar a coordinar los ojos y las manos al jugar.

B. **Interacción entre padres e hijos**

1. **Golpear un móvil**
  - a. Amarre un trozo de lana, cinta o elástico a las patas de la mecedora o silla, o a lo ancho de la cuna, de forma tal de colocar al bebé debajo de la cinta.
  - b. Ayude a los padres a buscar objetos en el hogar que puedan interesarle al bebé y puedan colgarse de la lana.
  - c. Use otros trozos de lana para amarrar los objetos al primer trozo de lana que colocó, a una altura que el bebé pueda alcanzar estando acostado boca arriba.
  - d. Muéstrelle al bebé cómo levantar el brazo para golpear los objetos. Haga énfasis en que puede llevar un tiempo para que el bebé aprenda cómo hacerlo. Al principio ocurrirá en forma accidental.
2. **Compartir libros**
  - a. Pregunte si los padres han colocado un libro para que el bebé pueda verlo.
  - b. Enfatique que los padres pueden leer a su bebé en voz alta materiales que les interesen a ellos, como el periódico o revistas.
3. **Actividad de seguimiento para padres.** Pida a los padres que durante el período entre una y otra visita hagan lo siguiente:
  - a. Dejen que el bebé juegue acostado debajo del móvil para golpear objetos varias veces al día.
4. **Actividad opcional/ampliada.** Use esta actividad si todavía cuenta con tiempo en esta visita.
  - a. Cambien al bebé de posición para que los pies golpeen los objetos del móvil al patear.
  - b. Con los padres, observe si el bebé golpea accidentalmente alguno de los objetos que cuelgan.
  - c. Explique que luego de algunas semanas de juego, el bebé aprenderá que con los pies puede provocar que los objetos se muevan. Luego el bebé repetirá estas acciones por iniciativa propia.

C. **Observaciones compartidas.** Ayude a los padres a observar el juego de su hijo y a considerar estas preguntas:

1. ¿El bebé golpeó accidentalmente con la mano alguno de los objetos que colgaban?
2. ¿Pareció darse cuenta que había provocado el movimiento de algún objeto?
3. ¿Fue capaz de concentrarse en el objeto empleando ambos ojos?

## V. **Resumen**

- A. **Observaciones clave.** Reitere una o dos observaciones clave sobre el desarrollo del niño.
- B. **Puntos fuertes de los padres.** Señale un punto fuerte de los padres.
- C. **Seguimiento para padres.** Recuerde a los padres que continúen con la(s) actividad(es) de seguimiento. Diga a los padres que en la siguiente visita estará muy interesado en saber sus experiencias con la(s) actividad(es) de seguimiento. Repase lo siguiente con los padres antes de concluir la visita:
  - 1. Recursos/referencias
  - 2. Reuniones en grupo/eventos comunitarios
  - 3. Próxima visita

SAMPLE

## PERÍODOS CRÍTICOS: VENTANAS DE OPORTUNIDAD

Los bebés nacen con millones y millones de conexiones (conocidas como sinapsis) entre las neuronas, pero el sistema nervioso todavía es bastante inmaduro. Entre el nacimiento y la edad adulta se fortalecen muchas conexiones, y otras desaparecen. Los científicos creen actualmente que hay dos grandes etapas de formación de sinapsis entre las células del cerebro. El primer período ocurre antes del nacimiento, cuando aún no se requiere experiencia. Durante este primer período prenatal, centenares de millones de neuronas se dividen a partir de las células madre. Estas neuronas luego establecen conexiones para formar circuitos cerebrales que controlan muchos comportamientos no aprendidos y reflejos de los recién nacidos, como la respiración, la frecuencia cardíaca, la temperatura corporal, la presión arterial y los reflejos. Luego del nacimiento, las sinapsis comienzan a reorganizarse para fortalecer algunas conexiones

y eliminar otras. Esta etapa del desarrollo depende fundamentalmente de la experiencia.

### La importancia de la estimulación en el desarrollo del cerebro

El último período de reorganización de las conexiones entre las células cerebrales está muy controlado por el entorno que el bebé experimenta. Las sendas que se usan están integradas a la programación permanente del cerebro. Las conexiones que no se usan adecuadamente se eliminan. Es esencial que los bebés experimenten el mundo que los rodea. Los niños criados en condiciones de grandes privaciones y descuido tienen cerebros con anomalías que persisten mucho después de haberse eliminado las privaciones.

### Períodos críticos en el desarrollo del cerebro

Una vez que se estabilizan las conexiones entre las células del cerebro, hay límites para la capacidad del cerebro en cuanto a volver a programarse. Hay límites de tiempo, o períodos críticos, en los que la estimulación del ambiente y la

práctica de las habilidades son de vital importancia. Durante estos lapsos, el cerebro está muy activo estableciendo y rompiendo conexiones para habilidades específicas. Estos períodos críticos son las “ventanas de oportunidad”.

La naturaleza favorece estas ventanas de oportunidad en diferentes momentos, algunas empiezan alrededor del nacimiento, otras después, y luego “se cierran”, o por lo menos “disminuyen”, a medida que va creciendo el niño. En el período en que las ventanas de oportunidad están abiertas, la falta de estimulación adecuada o las experiencias negativas pueden tener un fuerte impacto a largo plazo. El desarrollo cerebral ocurre en ondas. El momento de la “ventana de oportunidad” es diferente para cada habilidad que el niño desarrolla.

### Vista

En las investigaciones realizadas con gatos y monos, los estudios demostraron que los dos ojos compiten por espacio en la corteza cerebral. Si un ojo tiene menos experiencia visual que el otro, por ejemplo al llevar un parche, el ojo cerrado

# Ventanas de oportunidad

**U**sted tiene una gran oportunidad para facilitar el desarrollo cerebral de su hijo. Las conexiones entre las células cerebrales no se forman al azar. Se fomentan con el desarrollo físico de su hijo, las observaciones que hace sobre lo que sucede a su alrededor y su participación activa en el mundo.

## Definición de ventanas de oportunidad

La vista, la audición, el lenguaje, el movimiento, la resolución de problemas: cada una de las áreas responsables de diferentes habilidades que se hallan en el cerebro de su hijo tiene un período de sensibilidad para el desarrollo. Durante este momento ideal, el cerebro de su hijo está más listo para hacer las conexiones para aprender habilidades nuevas. Estos períodos críticos se llaman “ventanas de oportunidad” porque, durante estos períodos, los padres tienen la oportunidad de trabajar con la naturaleza para ayudar a su bebé a desarrollar las habilidades que está adquiriendo.

## Cómo darse cuenta de que la ventana de oportunidad está abierta

La mayoría de los momentos ideales para el aprendizaje empieza muy temprano, seguramente durante los primeros 3 años de vida. Al observar a su bebé, a menudo usted podrá decir qué ventanas de oportunidad están abiertas en un momento específico.

Por ejemplo, su recién nacido mira fijamente y con mucha atención su rostro. Parece concentrarse en enfocar sus ojos a unos

pocos pies de distancia. Los patrones de gran contraste captan su atención. Entonces, usted se da cuenta de que los primeros meses de vida son un momento ideal para que el cerebro de su hijo desarrolle la vista.

Piense en su niño pequeño, curioso y activo. Su cuerpo siempre está en pleno movimiento. Desarrolla formas de obtener los objetos que desea con mucha inventiva. Usted ve que las ventanas de oportunidad están abiertas para el desarrollo motriz y para las habilidades intelectuales de resolución de problemas. Las conexiones para esas habilidades se forman a un ritmo acelerado.

## Las habilidades emergentes en mi hijo:

---



---



---



---



---



---

## **Cuando la ventana de oportunidad se cierra**

Si bien el aprendizaje se lleva a cabo con mayor facilidad durante esos momentos ideales, el cerebro continuará usando el mismo proceso de formar conexiones para aprender y refinar gran parte de las habilidades más adelante en la vida de su hijo. Podría ser más difícil y requerir más esfuerzo, pero generalmente se pueden establecer conexiones nuevas.

## **Saque todo el provecho posible de una ventana que está abierta**

Una relación cariñosa con su hijo facilita sacar provecho de las ventanas de oportunidad para el desarrollo cerebral cuando sea que ocurran. Cuando usted observa los intereses de su bebé y le presta atención, puede estar tranquilo de que está sacando el máximo provecho posible de las oportunidades para aprender que proporciona la naturaleza.

Usted es el primer maestro de su hijo y el más importante. ¡Disfrute de esa oportunidad!

1½ a  
3½  
MESES

Folleto para padres  
Su hijo

## EL DESARROLLO SOCIAL Y EMOCIONAL DE SU HIJO



### Observe si su hijo:

Sonríe intencionalmente.

Conoce a los familiares más cercanos.

Demuestra entusiasmo cuando ve u oye a las personas a cargo.

Usa el llanto para comunicarle lo que necesita.

Se calma al succionar.

### Formas en que usted puede ayudar

El contacto visual y la sonrisa son muy importantes. Mantenga el contacto visual con su bebé mientras lo alimenta y conversa con él. Siempre devuélvale la sonrisa cuando su hijo le sonría.

Deje que su hijo se sienta seguro de su amor arrullándolo, cantándole, hamacándolo y hablándole suavemente..

Bríndele mucho cariño y atención cuando el bebé esté alerta.

Acuda a su bebé de inmediato cuando lllore. Su bebé llorará menos si confía en que sus necesidades serán satisfechas.

Calme y tranquilice a su bebé cuando esté incómodo masajeándole suavemente la espalda, los hombros, los brazos y las piernas.

Permítale que succione para satisfacer sus necesidades emocionales y de succionar.



**1½  
a 3½  
MESES**

### **Observe si su hijo:**

Imita algunas expresiones faciales.

### **Formas en que usted puede ayudar**

Observe cuando su bebé imita sus expresiones faciales. Imítelo de una manera recíproca para animarlo a realizar un intercambio de ida y vuelta.

### **EL CEREBRO DE SU HIJO**

- Establece las conexiones para sentirse seguro cuando se satisfacen las necesidades de su hijo.
- Genera sentimientos de confianza cuando usted cuida a su hijo.