



Ministerio de Salud

Guía para la evaluación y estimulación temprana del niño de 0 a 1 año



AUSPICIADO POR:



Ministerio de Salud

Guía para la evaluación y estimulación temprana del niño de 0 a 1 año

Programa de Salud y
Atención Integral a la Niñez

Clínica de Crecimiento y Desarrollo



Auspiciado por:



Clínica de Crecimiento y Desarrollo

Dr. Efraín Barreiro. Ginecólogo
Coordinador Nacional de Salud Sexual y Reproductiva

Dra. Vielka Vega. Pediatra
Programa de Niñez, Salud Sexual y Reproductiva

Autoras:

Lic. Amarelis Quintero
Enfermera Materno Infantil

Lic. Julia de Domínguez
Enfermera Pediatra

Revisión técnica:

Lic. Ana María Cardellicchio
Psicóloga

Lic. Xenia Moreno de De León
Enfermera Materno Infantil

Mgtra. Eda Medina de Wong
Coordinadora de Investigación de Enfermería

Diseño gráfico e impresión:



Telefax: 260-9771
www.editoranovoart.com

Diagramación y portada: Maika I. Fruto

Ilustraciones: Gabriel Contreras

Edición de textos y estilo: Montserrat de Adames

Impresión auspiciada por: Club Kiwanis Metropolitano

Primera edición
Panamá, julio 2007





Mensaje	5
Presentación	6
Introducción	7
Justificación	8
Consideraciones para aplicar las actividades	9
Estimulación temprana como estrategia para favorecer el desarrollo	10
Cuadro de actividades del recién nacido (0 a 28 días de edad)	11
Ejercicios para el recién nacido (0 a 28 días de edad)	12
El niño de 1 a 3 meses	13
Cuadro de actividades del niño de 1 mes	14
Ejercicios para el niño de 1 mes	15
Cuadro de actividades del niño de 2 meses	16
Ejercicios para el niño de 2 meses	17
El niño de 3 a 6 meses	18
Cuadro de actividades del niño de 3 meses	20
Ejercicios para el niño de 3 meses	21



Cuadro de actividades del niño de 4 meses	22
Ejercicios para el niño de 4 meses	23
Cuadro de actividades del niño de 5 meses	24
Ejercicios para el niño de 5 meses	25
Cuadro de actividades del niño de 6 meses	26
Ejercicios para el niño de 6 meses	27
El niño de 7 a 9 meses	28
Cuadro de actividades del niño de 7 a 9 meses	30
Ejercicios para el niño de 7 a 9 meses	31
El niño de 9 a 12 meses	33
Cuadro de actividades del niño de 9 a 12 meses	35
Ejercicios para el niño de 9 a 12 meses	36
Hoja de evaluación y seguimiento neurológico	37
Instructivo	38
Referencias bibliográficas	39
Notas	40





El Club Kiwanis Metropolitano, fundado el 4 de julio de 1985, pertenece a una organización global de voluntarios dedicados a cambiar el mundo, un niño y una comunidad a la vez; promueve el Programa “Niños Pequeños: Prioridad Uno”; programa diseñado para dar respuesta a las necesidades de los niños cuyas edades oscilan entre la etapa prenatal hasta los cinco años.

En este contexto, surge la iniciativa y se adquiere el compromiso de coadyuvar al fortalecimiento de la Clínica de Atención Integral al Niño Sano, específicamente en las Actividades de Crecimiento y Desarrollo y de Estimulación Temprana, con lo que se espera, en alguna medida, contribuir al contrarresto de los grandes efectos de la pobreza, como lo son la morbilidad, mortalidad y desnutrición en menores de cinco años.

Comprometido con la niñez, el Club Kiwanis Metropolitano patrocina el desarrollo de este Proyecto, con la intención de promover la salud y prevenir enfermedades, con el convencimiento pleno de que la calidad de la atención de la salud hace la diferencia, y con ello, se espera que niños y niñas que sean atendidos siguiendo la *Guía práctica para la evaluación y estimulación para el desarrollo del niño de 0-1 año de edad* logren un mejor desarrollo psicosocial.

Esta Guía está orientada a todo el personal que labora en las instalaciones del Ministerio de Salud, personal que ha sido capacitado para su uso, por lo que se les insta a apropiarse de la misma e implantarla en la atención de toda la niñez que a diario acude en la búsqueda de servicios de salud.

Eda Medina de Wong
Presidenta
Club Kiwanis Metropolitano





Presentación

La Convención de los Derechos de los Niños ratificada por la mayor parte de los países, entre ellos Panamá, identifica como derechos fundamentales: el derecho al más alto nivel posible de salud, educación de calidad, y un nivel de vida adecuado.

La calidad de la atención de la salud y la enfermedad es un importante indicador de inequidad en salud infantil. Asegurar la provisión de atención de calidad y la eventual referencia adecuada y oportuna es a veces difícil, pero no imposible.

La experiencia ha demostrado que las mejoras en salud infantil no dependen necesariamente del uso de tecnologías sofisticadas y costosas, pero sí de la implementación de estrategias efectivas basadas en una atención integral, disponibles para la mayoría de los que las necesitan, teniendo en consideración la capacidad y estructura del sistema de salud y de sus recursos humanos, así como las tradiciones y la cultura de las poblaciones beneficiarias.

El desarrollo infantil es un determinante importante en la salud, a lo largo del ciclo de la vida, y en la construcción de capital social.

Es por ello que el Ministerio de Salud (MINSa), a través de la aplicación de políticas sanitarias, trata de revertir condiciones de inequidad que afrontan grupos vulnerables de nuestra población, en especial los niños de 0 a 5 años, en el marco de los derechos humanos.

Una de las intervenciones demostradas como la forma más eficiente de impactar la salud y bienestar de la población y el capital social de un país es la promoción del desarrollo psicosocial del niño. En este sentido, asume la responsabilidad de poner en marcha, en alianza con otros sectores y la comunidad, iniciativas que contribuyan a disminuir la cadena de desigualdad e inequidad en el acceso a oportunidades.

La *Guía práctica para la evaluación y estimulación para el desarrollo del niño de 0 a 1 año de edad* es una herramienta que fortalece las habilidades y destrezas del equipo de salud, para la provisión de las intervenciones en la Clínica de Crecimiento y Desarrollo en las instalaciones del Ministerio de Salud.





Introducción

Los primeros cinco años de vida de un ser humano se consideran como un período crítico de desenvolvimiento, que determinará las posibilidades de adaptación social, aprendizaje y desarrollo futuros, así como la formación de su personalidad.

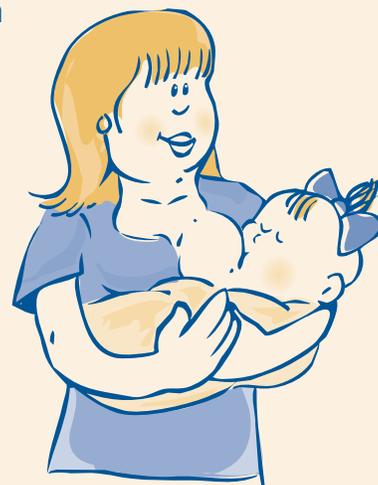
El sistema nervioso atraviesa por un proceso de maduración e interconexiones nerviosas que no se replica en otra etapa del crecimiento; siendo la única etapa en la cual se da la recuperación de lesiones, a través de estímulos, que permiten un incremento de la sinapsis y el número de neuronas, en lo que se ha llamado: plasticidad cerebral.

Por lo mismo, el niño necesita, además de cuidados, un mínimo de estímulos sensoriales (vista, oído, olfato, gusto, tacto y movimiento), de afecto y calidez para lograr un desarrollo integral: físico y mental.

El bebé y el niño pequeño pasan por un período de gran vulnerabilidad; ellos pueden ser afectados por niveles de pobreza que limitan no sólo su nutrición, sino también sus experiencias significativas y más adelante su escolaridad. Además de ser un período dependiente, en el cual los padres y/o familiares son los responsables de proporcionar el estímulo a su libre albedrío, se debe considerar: que actualmente la mujer, que es en quien descansaba el cuidado de los hijos, hoy en día se ha integrado a las actividades productivas para ayudar a la familia; que el rol familiar ha desintegrado las pautas tradicionales generando incertidumbre en la puerpera para el manejo del bebé; que existen un rezago social y educacional que genera un empobrecimiento ambiental; y reconocer que es una necesidad trastocar este momento en un sentido positivo en el que se refuerce en la familia (madre y padre) la seguridad de que lo principal para la estimulación de su hijo es el contacto físico, la intuición, el cariño y un poco de **información y asesoría**.

Esta guía práctica, específica y detallada para la orientación del trabajo de las madres y padres hacia la estimulación temprana de los niños, con sencillez pero con profundidad, indicando una metodología secuencial de motivación para el desarrollo de las capacidades interactuantes con factores individuales, el ambiente y la experiencia, conlleva al establecimiento de entornos saludables, tanto físicos como psicosociales, desde las primeras etapas de la vida.

La Guía se compone de las actividades de evaluación, de educación e información, y la estrategia de ejercicios y masajes de estimulación a desarrollar por el equipo de salud.





Justificación

La Cumbre Mundial a Favor de la Infancia (1990) establece acuerdos integrales relacionados con la salud, nutrición y educación en la infancia y el medio ambiente, para proteger el desarrollo físico, moral, espiritual y social de los niños y niñas.

En septiembre de 2000, en la Cumbre del Milenio de las Naciones Unidas, los líderes mundiales de 189 Estados adaptaron un conjunto de objetivos y metas cuantificables, esbozadas en la Declaración del Milenio, denominados los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM).

Tres de los ocho objetivos se refieren explícitamente a temas de salud: reducción de la mortalidad infantil y materna, combate contra el VIH/SIDA, la malaria, la tuberculosis y otras enfermedades.

La inversión que se realiza para desarrollar intervenciones relacionadas al mejoramiento de las condiciones de vida de los niños no sólo constituye un imperativo ético que representa oportunidades de derechos básicos de la infancia, sino que se traduce en crecimiento y desarrollo social del país.

El **Programa de Estimulación** ha demostrado por sí mismo, en distintos ámbitos, ser de utilidad, sobre todo en niños con secuelas; sin embargo, las aplicaciones a la población abierta han sido aisladas, a pesar de haber sido demostrado que el proceso cognitivo responde a la intervención en niños en riesgo social. Esta pobre experiencia es probable se deba a que se ha empleado de manera separada de la vigilancia de los procesos de crecimiento que, como se comentó, están fundamentalmente vinculados.

Por ello, conociendo que las acciones globales (es decir, que abarcan aspectos de salud, nutrición y educación) son más exitosas que las parciales y que las actividades que se implementan bajo una sistematización de la experiencia son las de mayor vigencia, se propone vincular el Proyecto de Estimulación Temprana a las actividades de vigilancia del crecimiento y desarrollo en la que se considera que el impacto será relevante: fortaleciendo la Clínica de Atención Integral del Niño Sano; en la cual se consideran todas las actividades inherentes al seguimiento del niño sin dejar de considerar las actividades concernientes a la salud reproductiva de la madre.

Por todo lo anterior, los contenidos en esta Guía se desarrollan con fines prácticos en tres apartados:

- **Psicomotricidad:** Considerando que el movimiento es el principal generador de cualquier dinámica que experimenta el ser humano, las actividades tienen el propósito de contribuir al establecimiento del tono muscular y las reacciones equilibradas que le permitirán un mejor control, ubicación en el espacio y relacionarse con el medio que lo rodea. La estrategia empleada es: masajes y actividades físicas.

- **Sensopercepción:** La inteligencia del niño está presente y se manifiesta de forma práctica, desde que nace “ve, oye, se comunica y percibe” un sinnúmero de estímulos que le permiten conocer el medio que le rodea y construir su pensamiento interactivo, interactuando y creando relaciones y comparaciones entre ellos. Las actividades contempladas en este apartado tienden a favorecer el desarrollo paulatino del pensamiento a través de actividades que estimulan los órganos de los sentidos.
- **Social-afectivo:** Una parte fundamental dentro de la estimulación es la orientada a proporcionar al niño actividades que le permitan satisfacer su iniciativa, curiosidad y su necesidad de obtener gradualmente un mayor grado de autonomía, estableciendo un equilibrio con los hábitos de independencia personal (alimentación, sueño, higiene, etc.), así como una conducta social adecuada a su entorno social y familiar. Las estrategias empleadas se basan en generar confianza a los padres en su interactuar diario con el niño, a través de generar confianza y autoestima, que se basa en la certidumbre de saber que se hace lo correcto en el momento apropiado. Las actividades se enfocan en actividades educativas con los padres y fortalecimiento a través de las experiencias de otros padres.



Consideraciones para aplicar las actividades

- Se sugiere que las actividades se realicen diariamente o, por lo menos, tres veces a la semana.
- Idealmente, deben participar ambos padres, aun cuando otros miembros de la familia pueden efectuar las actividades.
- Cada ejercicio marcado deberá repetirse de 3 a 5 veces.
- El área donde se hacen las actividades debe ser agradable, en lo referente a temperatura y espacio.
- Para los masajes, utilice crema o aceite para poder deslizar los dedos (excepto en la cara).
- No efectúe ejercicios después de alimentar al bebé (deje pasar 45 minutos, como mínimo).
- En caso de que el bebé se oponga a la actividad, no lo fuerce, si es necesario cámbiela por otra.
- Acompañe las actividades con canciones, rimas o juegos.
- Estimule al niño a efectuar las actividades, festeje sus logros y hágale sentir importante.





Estimulación temprana como estrategia para favorecer el desarrollo

El nacimiento de un nuevo miembro de la familia trae como consecuencia cambios importantes en la forma de vida de ésta, ya que el recién nacido demanda atención, amor, alimentación y cuidados para que pueda crecer y desarrollarse normalmente. Para ello, es necesario la intervención de las personas que lo rodean, principalmente sus padres o en su caso el responsable de su cuidado. El aprendizaje de un niño inicia desde su nacimiento, su vida futura depende de los estímulos y experiencias brindados en el momento justo.

La estimulación temprana tiene como objeto brindar las “experiencias significativas” en el momento y en la cantidad adecuada, que permitan facilitar el aprendizaje, para que el niño alcance la plenitud de su desarrollo dentro de su capacidad y con una integración a su entorno familiar. Entendiéndose estas experiencias como el conjunto de actividades oportunas dirigidas al menor de 5 años, basadas en el conocimiento de las pautas del desarrollo que sigue éste, utilizando las técnicas y actividades adecuadas para apoyar el desarrollo de su inteligencia, motricidad y personalidad, contribuyendo al desarrollo integral del niño.

El desarrollo es un proceso dinámico por el cual se adquieren mayor capacidad funcional para la maduración y diferenciación de los órganos y sistemas; el desarrollo es, entonces, un proceso continuo que inicia en la concepción y se alcanza en la madurez. Desde el primer instante de la vida, los seres humanos difieren en su ritmo de desarrollo y cada niño es único. Sin embargo, durante los primeros años hay logros y pautas de crecimiento y desarrollo comunes a la mayoría. Al comenzar a impartir estas estrategias de estimulación, nos será útil estar familiarizados con dichas etapas, para conocer en qué momento del desarrollo del niño éste debe ser capaz de lograr los diferentes ítem o indicadores.

Edades claves para evaluar el crecimiento y desarrollo

Recién nacido	Comprende del nacimiento a los 28 días.
Lactante menor	De los 28 días a los 12 meses de edad.
Lactante mayor	De los 12 meses a los 24 meses de edad.

Sin embargo, para poder dar seguimiento a las pautas de desarrollo y establecer las diferentes estrategias de trabajo en la consulta integral del niño sano, se ha subdividido el periodo de los 2 años de vida en los siguientes ciclos:

- Recién nacido.
- 28 días a los 3 meses de edad.
- 3 meses a los 6 meses de edad.
- 6 meses a los 9 meses de edad.
- 9 meses a los 12 meses de edad.
- 12 meses a los 18 meses de edad.



Cuadro de actividades del recién nacido (0 a 28 días de edad)

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Abrir expediente.	Ingresar al recién nacido al control de salud.	Historia clínica.	Auxiliar de registros médicos.
15'	Sensopercepción: <ul style="list-style-type: none"> • Conversatorio: Uso de colgantes "música para tu bebé". 	Destacar la importancia de la evaluación visual-auditiva.	Móvil y material impreso.	Maestra orientadora.
10'	Evaluación clínica: <ul style="list-style-type: none"> • Peso y somatometría. 	Determinar el peso y talla, detectar anomalías.	Cinta métrica y báscula.	Enfermera y técnico de enfermería.
15'	Evaluación médica: <ul style="list-style-type: none"> • Examen físico. • Examen neurológico. 	Evaluar el estado de salud y el desarrollo neurológico del niño.	Estetoscopio, lámpara y abatelenguas.	Médico.
15'	Psicomotricidad: <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios con los brazos. 	Reforzar la importancia de la estimulación táctil, contacto piel a piel, seguimiento del desarrollo cefalo caudal.	Guía de masajes.	Enfermera.
20'	Retroalimentación.	Integración grupal, aprendiendo de otras madres, despejar dudas.	Sillas.	Médico y enfermera.
10'	Social-afectivo: <ul style="list-style-type: none"> • Conociendo el mundo. 	Aprovechar la oportunidad de la alimentación: lactancia materna.	Video/DVD.	Maestra orientadora y enfermera.
	Despedida: <ul style="list-style-type: none"> • Entrega de folletos. • Recordatorio de próxima cita. 	Ofrecer una guía que facilite las tareas a efectuar en casa, estimular la asistencia.	Folletos y carné de citas.	Enfermera.



Ejercicios para el recién nacido (0 a 28 días de edad)

Ejercicio de inducción

Ejercicios con los brazos:

1. **Saludando al mundo:** Sujetando un brazo pegado al pecho del bebé, tome el otro brazo y efectúe círculos llevándolo: a) hacia arriba, b) al lado, c) abajo, d) regresar al centro (alterne ambos brazos).
2. **Marchando:** Coloque los brazos en los costados del bebé y suba alternado los brazos imitando el movimiento de braceo al marchar. Suavemente, mantenga la extensión tanto como le sea posible.
3. **Abrazo del oso:** Tome ambos brazos y estírelos hacia los lados en posición de cruz; posteriormente, lleve ambas manos al pecho, cruzando los brazos con ligera presión, y gire lateralmente al bebé meciéndolo.

Ejercicios con las piernas:

4. **Sentadilla:** Flexione ambas piernas sobre el abdomen, sosteniendo un momento al llegar a éste y posteriormente estirándolas. Mantenga suavemente la presión al flexionar para permitir cada vez un mayor movimiento de las articulaciones; al estirar, traccione suavemente para permitir su extensión total.
5. **Bicicletas:** Siguiendo los pasos del ejercicio anterior, efectúe los mismos movimientos alternando las piernas, en lugar de hacerlo con ambas al mismo tiempo.





El niño de 1 a 3 meses

Generalidades

Para esta edad, el bebé tiene ya mucho más contacto con el medio que lo rodea. Oye adecuadamente, responde a la voz de la madre, o bien se queda quieto cuando le ponen música suave. El niño inicia a sonreír (no es sólo un acto de imitación, ya que los niños ciegos también pueden hacerlo) como respuesta a la voz de quien lo cuida; esto marca el inicio de la comunicación no verbal entre el niño y su entorno. Las actividades para mejorar esta expresividad y el estímulo en cabeza y cara favorecen estas actitudes. Si bien el niño no puede distinguir a la madre como una persona distinta a sí mismo, sí puede reconocer la cara, el aroma y esa voz especial de quien lo cuida a todas horas del día.

Más adelante, el niño iniciará a vocalizar con sonidos cortos y de placer, e incluso a reír. La capacidad visual empieza a mejorar gradualmente y ya es capaz de enfocar y fijar la vista en un objeto, e incluso seguirlo, si se mueve lentamente.

Ya puede controlar la cabeza un poco mejor, y el mejor control de los movimientos del cuello permite la flexión en busca de sonidos o estímulos visuales. A medida que pasan las semanas, el tono y la fuerza van mejorando su interés sobre el mundo que lo rodea y es necesario ayudarlo para que observe mejor y pueda gozarse más. La posición inicial, acostado, gradualmente debe irse modificando hacia la postura vertical y se deberá favorecer la interacción con juguetes que permitan favorecer el control de las manos (pinza gruesa).

Finalidad de las actividades de 1 a 3 meses

- Contribuir al establecimiento del equilibrio entre los diferentes grupos musculares que favorezcan la pérdida de la posición fetal.
- Estimular la observación y la reacción a los estímulos que se encuentran a su alrededor, para establecer un diálogo con su entorno más próximo.
- Estimular la respuesta y la interacción con los estímulos auditivos y luminosos y su capacidad visual, auditiva y de comunicación.
- Estimular el sentido del equilibrio para contribuir a la formación de los primeros hábitos posturales.



Pautas de evaluación

- Lenguaje: Llora, ríe, emite sonidos.
- Social: Mira la cara, sonríe espontáneamente, se tranquiliza en los brazos de la madre.

- Coordinación: Sigue objetos con la mirada, busca fuentes de luz y sonido.
- Sostén cefálico: Boca abajo, levanta la cabeza en ángulo de 45°; si se le ofrece apoyo, tracciona los brazos para intentar sentarse, pinza gruesa.

Cuadro de actividades del niño de 1 mes

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Actualizar expediente.	Seguimiento del control de salud.	Historia clínica.	Auxiliar de registros médicos.
15'	Sensopercepción: <ul style="list-style-type: none"> • Conversatorio: Uso de colgantes "música para tu bebé". 	Destacar la importancia de la evaluación visual-auditiva.	Móvil y material impreso.	Maestra orientadora.
10'	Evaluación clínica: <ul style="list-style-type: none"> • Peso y somatometría. 	Evaluar el crecimiento, detectar anomalías.	Cinta métrica y báscula.	Enfermera y técnico de enfermería.
20'	Evaluación médica: <ul style="list-style-type: none"> • Examen físico. • Examen neurológico. 	Evaluar el estado de salud y el desarrollo neurológico del niño.	Estetoscopio, lámpara y abatelenguas.	Médico.
15'	Psicomotricidad: <ul style="list-style-type: none"> • Estimulación, masaje de cabeza y cara. 	Reforzar la importancia de la estimulación táctil, contacto piel a piel, seguimiento del desarrollo céfalo caudal.	Guía de ejercicios y masajes.	Psicóloga, enfermera y maestra orientadora.
15'	Retroalimentación.	Integración grupal, aprender de otras madres, despejar dudas.		Médico y enfermera.
10'	Social-afectivo: <ul style="list-style-type: none"> • Pequeños ojos mirando al mundo. 	Aprovechar la oportunidad de la alimentación: lactancia materna.	Rotafolio.	Enfermera.
	Despedida: <ul style="list-style-type: none"> • Entrega de folletos. • Recordatorio de próxima cita. 	Ofrecer una guía que facilite las tareas a efectuar en casa, estimular la asistencia.	Folletos y carné de citas.	Enfermera.



Ejercicios para el niño de 1 mes

- 1. Aplicando champú:** Con ambas manos, utilizando las yemas de los dedos, efectúe un masaje circular sobre la cabeza del bebé, ejerciendo ligera presión; procure cubrir toda la cabeza incluyendo la frente.
- 2. Gotas de lluvia:** Con ambas manos, recorriendo toda la cabeza del bebé, vaya dando pequeños golpes con las yemas de los dedos, simulando como si cayeran gotas de agua o como si se tocara el piano en su cabeza; procure cubrir toda la cabeza, incluyendo la frente y la región lateral, hasta sus oídos.
- 3. Desarrugando la cara:** Coloque, sobre el centro de la frente del bebé, sus dedos pulgares y, con un movimiento simultáneo, deslícelos hacia los lados ejerciendo ligera presión al efectuarlo. Repita el ejercicio en las mejillas, colocando los dedos al lado de la nariz.
- 4. Bigotes y barbas:** Siguiendo las indicaciones del ejercicio anterior, efectúelo debajo de la nariz, sobre los labios, partiendo del centro, como si marcara los bigotes. Finalmente, efectúe el mismo movimiento en el mentón del bebé, elevando los dedos pulgares en forma circular y siguiendo el contorno de la cara.
- 5. Masaje en la oreja:** Tome el pabellón de la oreja del bebé entre sus dedos índice y pulgar suavemente, no ejerza presión, y efectúe un movimiento circular acariciando todo el pabellón.



Cuadro de actividades del niño de 2 meses

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Actualizar expediente.	Seguimiento del control de salud.	Historia clínica.	Auxiliar de registros médicos.
10'	Social-afectivo: • Conversación: "Formación del lazo afectivo".	Reforzar la importancia de aprovechar los momentos de contacto del niño con la familia.	Charla.	Maestra orientadora.
10'	Evaluación clínica: • Peso y somatometría.	Determinar el peso y la talla, detectar desviaciones del crecimiento.	Cinta métrica y báscula.	Enfermera y técnico de enfermería.
20'	Evaluación médica: • Examen físico. • Examen neurológico.	Evaluar el estado nutricional y neurológico.	Estetoscopio, lámpara y abatelenguas.	Médico.
15'	Psicomotricidad: • Estimulación táctil: masaje de extremidades superiores.	Reforzar la importancia del contacto piel a piel.	Guía de masajes.	Psicóloga y maestra orientadora.
15'	Social-afectivo: • Retroalimentación. • Vivencias de las madres durante el período.	Integración grupal, aprender de otras madres y despejar dudas.		Técnico auxiliar, maestra orientadora y psicóloga.
5'	Capacitación: • Esquema de inmunizaciones.	Dar a conocer el esquema actual de vacunación y la importancia de cumplirlo; protegiendo al niño contra enfermedades inmunoprevenibles.	Rotafolio y tarjeta para control de salud.	Enfermera.
5'	Despedida: • Entrega de folletos. • Recordatorio de próxima cita.	Ofrecer una guía que facilite las tareas a efectuar en casa, estimular la asistencia.	Folletos y carné de citas.	Maestra orientadora y promotor de salud.



Ejercicios para el niño de 2 meses

Ejercicios en los brazos:

- 1. Ordeñando:** Coloque el brazo del bebé recto, tomándolo de la mano y traccionando ligeramente. Posteriormente, coloque la mano contraria sobre el brazo, cerrando los dedos a su alrededor, y deslícela del hombro hasta la mano como si estuviera ordeñando. Alterne las manos para efectuar el movimiento.
- 2. Exprimiendo la toalla:** Para este ejercicio se efectúan movimientos sobre el brazo del bebé, como si estuviesen exprimiendo una toalla. Se toma el brazo, colocando una mano cerca del hombro y la otra ligeramente abajo, se efectúa un movimiento circular alrededor del brazo del bebé (con ligera presión) pero moviendo las manos en sentido inverso. Efectuando los movimientos de manera continua, se va deslizando las manos hacia la parte distal del brazo.
- 3. Círculos en la muñeca:** Se coloca, en la cara anterior de la muñeca del bebé, la yema de los dedos de ambos pulgares y las de los índices en la parte posterior. Se efectúan círculos con los pulgares, ejerciendo ligera presión al efectuarlos y deslizándolos por la muñeca en ambas caras.
- 4. Círculos en las manos:** Siguiendo los mismos lineamientos del masaje en las muñecas, se continúa el ejercicio dando masajes en las palmas de las manos y en el dorso.
- 5. Jalando deditos:** Se toma con la yema de los dedos pulgar e índice uno de los dedos de la mano del bebé desde su base y se desliza los dedos hasta la punta efectuando un movimiento de tracción al final. Se efectúa el mismo ejercicio con cada uno de los dedos.





El niño de 3 a 6 meses

A esta edad, el contacto con el medio que lo rodea es cada vez mayor y en igual forma es su respuesta al mismo. Su vista es prácticamente normal; oye bien lo que se aprecia por su buena respuesta ante sonidos, sobre todo los agradables, como la música. Empieza a observar las partes de su cuerpo y lo que más le llama la atención son sus manos, ya que las voltea en todas las direcciones y las observa atentamente. Es capaz de sostener gradualmente objetos, aun cuando los suelta rápidamente. Empieza a succionar las manos y, posteriormente, los objetos. Mueve las extremidades.

Observa con detenimiento, por algunos segundos, los objetos que lo rodean, sobre todo los brillantes, luminosos o con movimiento; también observa la cara de quien lo atiende, principalmente de la madre, respondiendo adecuadamente a su voz y alegrándose con el canto.

Sus períodos de sueño son cada vez más cortos y menos frecuentes, de tal manera que está más tiempo despierto. No acepta estar acostado durante los períodos de vigilia y esto incrementa el cansancio del responsable de su atención; por eso, hay que motivar a la madre ante la riqueza del aprendizaje de este período.

A esta edad, la mayor parte de los reflejos primarios han desaparecido o desaparecerán durante el principio del período, la persistencia de estos reflejos puede indicar trastornos; sin embargo, la variabilidad de desaparición es enorme y deberá evaluarse el desarrollo neurológico como un todo. Los niños, cuyas madres han seguido adecuadamente las actividades de estimulación, tienden a alcanzar los indicadores más rápidamente; aunque esto causa alegría a los padres, se debe evitar la sobreestimulación.



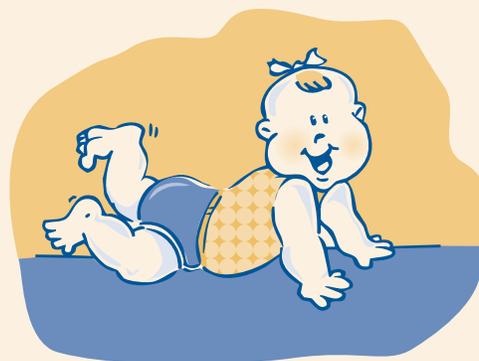
A partir de esta edad, el bebé aprende a mejorar la coordinación de sus manos, al repetir una y otra vez las maniobras con ellas o con juguetes; una vez conquistada ya no es necesario que la repita para aprenderla, su memoria es capaz de recordar cómo hacerlo. Esta capacidad también se relaciona con el aprendizaje de su entorno, si la madre estimula la observación de los objetos y repite el nombre de cada uno de ellos mientras el bebé los observa o toma con las manos, éste será capaz de responder al nombre, buscándolos con la mirada.

Finalidad de las actividades del mes

- Contribuir a establecer la respuesta coordinada entre diferentes grupos musculares del cuello, cintura escapular y torso, incrementando el control de la pinza gruesa y el control cefálico.
- Estimular la respuesta a los estímulos táctiles, auditivos y visuales de su entorno, favoreciendo los aspectos lúdicos, la participación con cantos y la respuesta verbal.
- Estimular el sentido del equilibrio para contribuir a la formación de los primeros hábitos posturales.

Pautas de evaluación

- **Lenguaje:** Balbucea da-da, ma-ma.
- **Social:** Atiende con interés el sonido, busca el origen de los sonidos, sonríe espontáneamente, participa en juegos simples.
- **Coordinación:** Intenta la prensión de objetos, utiliza el barrido para alcanzar objetos.
- **Motora:** Eleva el tronco y la cabeza, apoyándose en ambas manos y antebrazos (sostén cefálico); se mantiene sentado con apoyo y al final del periodo se sienta sin apoyo; gira de boca abajo a boca arriba y viceversa.



Cuadro de actividades del niño de 3 meses

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Actualizar expediente.	Seguimiento del control de salud.	Historia clínica.	Auxiliar de registros médicos.
15'	Social-afectivo: • Plática: "Juegos y cantos".	Reforzar la importancia del juego en la integración del niño a la familia.	Charla, canto y grabadora.	Enfermera.
10'	Evaluación clínica: • Peso y somatometría.	Determinar el peso y talla, detectar anomalías.	Cinta métrica y báscula.	Técnico de enfermería.
15'	Evaluación médica: • Examen físico. • Examen neurológico.	Evaluar el estado de salud y el desarrollo neurológico.	Estetoscopio, lámpara y abatelenguas.	Médico.
15'	Psicomotricidad: • Estimulación táctil: masaje en tórax.	Reforzar la importancia del contacto piel a piel.	Guía de masajes.	Enfermera y técnico de enfermería.
15'	Retroalimentación.	Integración grupal. Aprender de otras madres. Despejar dudas.	Rotafolio.	Psicóloga y promotor de salud.
15'	Sensopercepción: • Elaboración de gimnasio.	Estimular la vista y motivar la creación de juguetes con elementos caseros.	Guía de masajes.	Enfermera y maestra orientadora.
10'	Social-afectivo: • Vivencias de las madres durante el período.	Compartir experiencias.	Material para reciclar cartón, listón y papel de colores.	Enfermera y maestra orientadora.
10'	Capacitación: • Conversatorio: "Infecciones respiratorias agudas".	Conocer las medidas de prevención y signos de alarma.	Vídeo.	Médico y enfermera.
	Despedida: • Entrega de folletos. • Recordatorio de próxima cita.	Ofrecer una guía que facilite las tareas a efectuar en casa, estimular la asistencia.	Folleto y carné de citas.	Enfermera y promotor de salud.



Ejercicios para el niño de 3 meses

Masaje de cuello, tórax y brazos:

Coloque al bebé boca arriba, con el tórax y brazos descubiertos.

- 1. Aprendiendo a decir que sí y no:** Tome la cabeza del bebé colocando las manos a los lados de los oídos, permitiendo que los dedos queden en las mejillas. Efectué movimientos de derecha a izquierda y viceversa, como si el bebé estuviese diciendo que NO; posteriormente, efectué el movimiento de adelante hacia atrás y viceversa, como si dijera que SÍ.
- 2. Flexión y extensión de los brazos:** Tome ambas manos del bebé y colóquelas en el pecho. Utilizando un solo lado, lleve el brazo hacia el costado, extendiéndolo sobre la mesa y posteriormente regrese al centro. Alterne ambos brazos.
- 3. Las carrilleras de Villa:** Coloque una mano en el hombro del bebé y cruce el pecho del hombro hacia el costado opuesto. Repita con la mano contraria, como si trazara una "X".
- 4. De corazón a corazón:** Coloque las yemas de los dedos en el centro del pecho del bebé y, deslizando los dedos suavemente, trace un corazón en el pecho del bebé; platique con el bebé cuánto lo quiere.
- 5. Conociendo su cuerpo:** Tenga a la mano una toalla áspera y una torunda o brocha. Recorra inicialmente su cuerpo con la toalla, friccionando ligeramente, y nombrando cada parte: brazo, mano, pecho, pancita, piernas, pies, etc. Posteriormente, haga lo mismo pero pasando la brocha o torunda, procurando hacerle "cosquillas".



Cuadro de actividades del niño de 4 meses

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Actualizar expediente.	Seguimiento del control de salud.	Historia clínica.	Auxiliar de registros médicos.
15'	Social-afectivo: • Plática: "El lenguaje en el bebé y el niño pequeño".	Resaltar la importancia de la estimulación del lenguaje, como una forma de integrar el bebé a la familia.	Charla.	Enfermera.
10'	Evaluación clínica: • Peso y somatometría.	Determinar el peso y la talla, detectar desviaciones del crecimiento.	Cinta métrica y báscula.	Técnico de enfermería.
15'	Evaluación médica: • Examen físico. • Examen neurológico.	Evaluar el estado de salud, detectar alteraciones del crecimiento y desarrollo.	Estetoscopio, lámpara y abatelenguas.	Médico.
15'	Psicomotricidad: • Estimulación táctil: integración de movimientos de la cintura escapular.	Reforzar la importancia de motivar el lenguaje a través de la comunicación madre-hijo.	Guía de masajes.	Enfermera y técnico de enfermería.
15'	Inmunizaciones: • Aplicación de pentavalente, polio y rotavirus.	Proteger al niño contra enfermedades inmunoprevenibles.	Termo, biológicos, jeringas y cartillas.	Enfermera.
15'	Sensopercepción: • Elaboración de juguetes.	Estimular la vista y motivar la creación de juguetes con elementos caseros.	Material para reciclar, cantón, listón y papel de colores.	Maestra orientadora.
10'	Social-afectivo: • Vivencias de las madres durante el período.	Integración grupal, aprender de otras madres y despejar dudas.		Psicóloga, médico y enfermera.
15'	Capacitación: • Nutrición. • Ablactación.	Conocer las medidas de prevención y signos de alarma.	Listones de cartulina.	Enfermera.
	Despedida: • Entrega de folletos. • Recordatorio de próxima cita.	Ofrecer una guía que facilite las tareas a efectuar en casa, estimular la asistencia.	Folleto y carné de citas.	Enfermera y promotor de salud.



Ejercicios para el niño de 4 meses

Ejercicios de abdomen:

Coloque al bebé boca arriba, con todo el abdomen descubierto hasta el pubis.

1. Coloque los dedos índice y medio de su mano derecha en el abdomen, ligeramente por arriba de su pierna derecha.
 - Trace una línea subiendo los dedos verticalmente hasta el reborde de las costillas.
 - Continúe el movimiento trazando una línea recta por debajo de las costillas, de derecha a izquierda.
 - A continuación, sin despegar los dedos, baje lentamente trazando una línea vertical hasta la parte baja del abdomen.
 - Finalmente, lleve los dedos hasta el ombligo.
 - Durante el movimiento repita al bebé la frase: "YO" "TE" "QUIE - RO", diciendo una sílaba al inicio de cada movimiento (ver diagrama).
 - Pídale a la madre que vea al bebé a la cara mientras le habla.
2. Usando una torunda de algodón, o rozando con los dedos, recorra la piel del abdomen, estimulando a que el bebé lo apriete y lo afloje.
3. Coloque un pequeño cojín, o un lienzo doblado, sobre el abdomen del bebé y presione con los dedos índice y medio. La presión debe ser suave, pero lo suficiente para sentir que aumenta el esfuerzo durante la respiración, provocando el movimiento abdominal durante la misma.
4. Coloque una sonaja o juguete frente a la cara, muévalo lateralmente provocando que lo siga con la mirada. Estimule a su bebé para que rote sobre sí mismo y gire. MotíVELO hablándole. Respire hacia ambos lados.
5. Coloque una pelota, del tamaño de una naranja, sobre el abdomen del bebé y coloque la palma de su mano sobre ella, haciéndola girar por todo el abdomen.



Cuadro de actividades del niño de 5 meses

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Actualizar expediente.	Seguimiento del control de salud.	Historia clínica.	Técnico de registros médicos.
15'	Sensopercepción: Plática: "La importancia de juegos y juguetes para el bebé y la familia".	Resaltar la importancia de la estimulación del juego y los juguetes en el desarrollo del bebé.	Charla.	Enfermera.
10'	Evaluación clínica: • Peso y somatometría.	Determinar el peso y la talla, detectar desviaciones.	Cinta métrica y báscula.	Técnico de enfermería.
10'	Evaluación médica: • Examen físico. • Examen neurológico.	Evaluar el estado de salud y detectar alteraciones del crecimiento y desarrollo.	Estetoscopio, lámpara y abatelenguas.	Médico.
15'	Psicomotricidad: • Estimulación táctil: integración de movimientos de la cintura pélvica.	Reforzar la importancia del contacto piel a piel.	Guía de masajes.	Psicóloga y promotor de salud.
10'	Social-afectivo: • Vivencias de las madres durante el período.	Integración grupal, aprender de otras madres y despejar dudas.	Rotafolio, vídeo y sobre de sales.	Maestra orientadora y enfermera.
15'	Capacitación: • Enfermedad diarreica.	Prevenir las enfermedades diarreicas, el conocimiento de signos de alarma y la preparación de las sales hidratantes.		Médico y enfermera.
	Despedida: • Entrega de folletos. • Recordatorio de próxima cita.	Ofrecer una guía que facilite las tareas a efectuar en casa, estimular la asistencia.	Folletos y carné de citas.	Promotor de salud.



Ejercicios para el niño de 5 meses

Masaje de espalda:

Coloque al bebé boca abajo, permitiendo que su cabeza gire hacia un lado, y que los brazos se sitúen a los costados.

1. **Pintando la espalda:** Tomando una bola de algodón (torunda) efectúe movimientos como si pintara la espalda del bebé, efectúe esto con movimientos suaves.

2. **Limpiando un vidrio:** Abriendo los dedos de las manos ligeramente, coloque las yemas de los dedos en la parte superior de la espalda y efectúe movimientos en pequeños círculos, bajando la mano por toda la espalda; ponga especial énfasis en los lados de la columna.



3. **Esquiando lateralmente:** Manteniendo la posición, coloque las manos transversalmente sobre la espalda del bebé y efectúe el mismo movimiento que en el masaje anterior, llevando las manos desde los hombros, hasta los glúteos; pero siempre efectuando el movimiento de un costado al otro.

4. **Esquiando en la espalda:** Coloque ambas palmas de las manos en la parte media de la espalda del bebé y deslice las manos sobre la espalda en sentidos inversos (cuando una mano sube la otra baja). Ejerciendo ligera presión y efectuándolo desde los hombros hasta los glúteos.

5. **Un apapacho final:** Coloque ambas manos en la parte superior de la espalda y con un movimiento continúe ejerciendo ligera presión, deslícelas hasta los pies del bebé, traccionando ligeramente al final.



Cuadro de actividades del niño de 6 meses

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Actualizar expediente.	Seguimiento del control de salud.	Historia clínica.	Técnico de registros médicos.
15'	Sensopercepción: Plática: "El mundo de las ideas en el bebé".	Resaltar la importancia de la integración del niño con su entorno, como parte de su integración y fomento a su memoria.	Charla.	Enfermera.
15'	Evaluación clínica: • Peso y somatometría.	Determinar el peso, la talla y detectar desviaciones.	Cinta métrica, báscula.	Técnico de enfermería.
10'	Evaluación médica: • Examen físico. • Examen neurológico.	Evaluar el estado de salud y detectar alteraciones del crecimiento y desarrollo.	Estetoscopio, lámpara y abatelenguas.	Médico.
15'	Psicomotricidad: • Estimulación táctil: masaje corporal. • Estimulación cognoscitiva.	Reforzar la importancia del contacto piel a piel y el desarrollar la sensibilidad del bebé.	Guía de masajes.	Maestra orientadora y enfermera.
10'	Social-afectivo: • Retroalimentación. • Vivencias de las madres durante el período. • Pautas de ablactación.	Integración grupal, aprender de otras madres y despejar dudas.		Médico y enfermera.
10'	Inmunizaciones: Pentavalente, polio y rotavirus.	Dar seguimiento al esquema de inmunizaciones.	Termo, biológicos, jeringas y tarjeta de control de salud.	Enfermera.
	Despedida: • Entrega de folletos. • Recordatorio de próxima cita.	Ofrecer una guía que facilite las tareas a efectuar en casa, estimular la asistencia.	Folletos y carné de citas.	Promotor de salud.



Ejercicios para el niño de 6 meses

Ejercicios de cintura:

Coloque al bebé boca arriba sin pañal.

1. **Sentadillas:** Con la espalda del bebé firmemente apoyada en la mesa, tome ambas piernas por los tobillos y flexiónelas sobre el abdomen; espere hasta que el bebé ejerza una presión de resistencia y efectúe tracción hasta regresarlas abajo.
2. **Bicicletas:** Siguiendo los pasos del ejercicio anterior, efectúe los mismos movimientos, alternando las piernas en lugar de hacerlo con ambas a un solo tiempo. Mantenga ligera presión en la pierna que se flexiona sobre el abdomen.

Coloque al bebé boca abajo.

3. **Piernas de ranita:** Con las piernas y brazos extendidos, se toman los pies del bebé y se flexionan hacia el cuerpo, pegándolas a los glúteos como piernas de "ranita". Efectúe movimientos con ambas piernas e intercale movimientos individuales.
4. **Aserrín, aserrán:** Ejercicios de sentarse y acostarse. Coloque al bebé acostado boca arriba, al borde de una almohada o colchón, tómelo de las manos y levántelo sin que llegue a sentarse, ayúdele a mantener la posición y posteriormente regréselo lentamente a la posición inicial (permita que el bebé mantenga una resistencia al ir descendiendo).
5. **Navegando en el mar:** Tome al bebé en sus brazos boca abajo, colocando una mano en su abdomen y otra en su pecho; estirando los brazos al máximo, efectúe movimientos de derecha a izquierda, meciéndolo de lado a lado como en un barco.





El niño de 7 a 9 meses

A esta edad, la simetría postural permite al niño alcanzar la sedestación sin ayuda; esta postura se aprecia, también, cuando está acostado. Se sienta, inicialmente, apoyado con las manos adelante y logra, posteriormente, la sedestación. Gracias a un mejor control de la columna dorso lumbar, ya es capaz de alargar la mano para tomar objetos y ha mejorado su control para sostenerlos e incluso soltarlos a voluntad; realiza la presión apoyando el objeto en la palma de la mano, con lo que logra un mejor control. La boca le sirve para explorar el medio que lo rodea y por lo tanto no debe castigarse esta actitud, debiendo fomentar el llevarse objetos no peligrosos de diferentes texturas.

A esta edad, inicia a pasar un objeto de una a otra mano; cuando se le pone de pie, se sostiene con fuerza y soporta su propio peso (el niño primero se sienta, posteriormente se para con apoyo, a continuación gatea y finalmente camina). El inicio, en este período del gateo, dependerá del control alcanzado en la cintura pélvica y del fomento proporcionado por los padres. Es importante evitar el uso de andaderas, ya que altera la mecánica postural e inhibe el gateo.

Reconoce la cara de quién lo cuida y de familiares cercanos, pudiendo empezar a mostrar recelo ante extraños. Es muy sociable y pretende participar activamente con todo lo que lo rodea. Se introduce activamente, con balbuceos, en las charlas de los adultos y puede expresar ya sus primeras "palabras". Si las actividades fueron mayores a lo habitual, puede tornarse irritable al final del día y tener dificultad para conciliar el sueño.

Los aspectos lúdicos alcanzan un nivel importante; le encanta verse en el espejo, jugar a escondidas, bailar y que le canten. Cuando lo baña es feliz jugando con el agua y salpicando; la tina de baño puede convertirse en un espacio para la estimulación del equilibrio y tono postural.



Sus actos se manifiestan intencionalmente, empezando a asociar resultados con sus propias acciones y aprendiendo por ensayo y error. Es capaz de anticiparse a la respuesta alegre o de enojo de quien lo cuida, por lo que es conveniente establecer los primeros límites en su actuar. Es capaz de reaccionar ante el "sí" y el "no", sobre todo si éste se refuerza con una actitud correspondiente.

Si bien es una etapa emocionante por los logros alcanzados, también es muy cansada para el responsable

del cuidado del niño, por su nivel de actividad combinado con su peso y los períodos menores de sueño; por este motivo, se debe reforzar la confianza de los padres e inculcarles la importancia de dedicarle tiempo al niño.

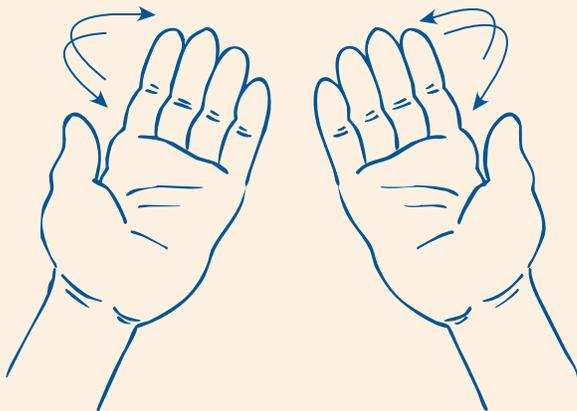
Finalidad de las actividades del período

- Contribuir al equilibrio y control postural del niño, favoreciendo la coordinación entre las extremidades.
- Favorecer la posición de éste, fomentar el control de la cintura pélvica y fomentar el gateo.
- Estimular la respuesta consciente ante juegos y actividades.
- Estimular el sentido del equilibrio.



Pautas de evaluación

- Lenguaje: "da-da" "ma-ma" "agu", utiliza consonantes.
- Social: Juega con su imagen en el espejo, encuentra objetos bajo una frazada, juega al escondite tapándose la cara con un pañal
- Coordinación: Inicia pinza fina.
- Motora: Se sienta solo y sin apoyo, se sostiene de pie con apoyo, gatea.



*Que lindas las manitas que tengo yo.
Que lindas, que lindas,
me las hizo Dios.
Que lindas las manitos
que tiene..... que lindas, que lindas,
que gorditas que están.*

Cuadro de actividades del niño de 7 a 9 meses

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Actualizar expediente	Seguimiento del estado de salud y control clínico.	Historia clínica.	Auxiliar de registros médicos.
15'	Sensopercepción: <ul style="list-style-type: none"> Plática: "El gateo y los primeros pasos". 	Resaltar la importancia del gateo como parte de la integración motriz, mejorar su coordinación y explorar su ambiente.	Charla.	Psicóloga.
15'	Evaluación clínica: <ul style="list-style-type: none"> Peso y somatometría. 	Determinar peso y talla del crecimiento, detectar desviaciones.	Cinta métrica y báscula.	Técnico de enfermería.
15'	Evaluación médica: <ul style="list-style-type: none"> Examen físico. Examen neurológico. 	Evaluar el estado de salud y detectar alteraciones del crecimiento y desarrollo.	Estetoscopio, lámpara y abatelenguas.	Médico.
15'	Psicomotricidad: <ul style="list-style-type: none"> Estimulación táctil: masaje corporal. Estimulación nocioceptiva. 	Reforzar la importancia del contacto piel a piel y el desarrollar la sensibilidad del bebé.	Guía de masajes para el período.	Maestra orientadora y enfermera.
15'	Social-afectivo: <ul style="list-style-type: none"> Retroalimentación. Vivencias de las madres durante el período. Pautas de ablactación. 	Integración grupal, aprender de otras madres y despejar dudas.		Médico y enfermera.
5'	Capacitación: <ul style="list-style-type: none"> Salud reproductiva. 	Conocer los componentes de la salud reproductiva con énfasis en planificación familiar.	Normas de salud integral para la mujer.	Enfermera.
10'	Despedida: <ul style="list-style-type: none"> Entrega de folletos. Recordatorio de próxima cita. 	Ofrecer una guía que facilite las tareas a efectuar en casa, estimular la asistencia.	Folletos y carné de citas.	Enfermera.



Ejercicios para el niño de 7 a 9 meses

Masaje de piernas:

1. **Ordeñando:** Coloque la pierna del bebé recta, tomándolo de la mano y traccionando ligeramente. Posteriormente, coloque la mano contraria sobre el brazo cerrando, con los dedos a su alrededor, y deslicela hasta el tobillo, como si estuviera ordeñando; alterne las manos para efectuar el movimiento.
2. **Exprimiendo la toalla:** Para este ejercicio se efectúan movimientos sobre la pierna del bebé, como si se estuvieran exprimiendo una toalla. Se toma el brazo colocando una mano cerca del hombro y la otra ligeramente abajo, se efectúa un movimiento circular alrededor del brazo del bebé (con ligera presión) pero moviendo las manos en sentido inverso. Efectuando los movimientos de manera continua, se van deslizando las manos hasta la parte distal del brazo.
3. **Círculos en los pies:** Se colocan las yemas de los dedos de ambos pulgares y la de los índices en el dorso y planta del pie. Se efectúan círculos con los pulgares, ejerciendo ligera presión al efectuarlos y deslizándolos por el dorso y planta del pie dando masaje.
4. **Jalando deditos:** Se toma, con las yemas de los dedos pulgar e índice, uno de los dedos de los pies del bebé, desde su base, y se deslizan los dedos hasta la punta, efectuando un movimiento de tracción al final. Se efectúa el mismo ejercicio con cada uno de los dedos.
5. **Diciendo "sí y no" con las piernas y pies:** Se toma inicialmente una pierna del bebé, efectuando movimientos con ella; de adelante hacia atrás se dice sí y, posteriormente, efectuando movimientos de lado a lado, se dice no; el mismo movimiento se efectúa con los pies y dedos de los pies del bebé, reforzando el "sí y no". Este ejercicio se complementa con una canción.

Estimulando el gateo:

Coloque al bebé boca abajo sobre una mesa o puede efectuarse en una colchoneta en el piso.

1. **Movimientos de cabeza:** Con un juguete o sonaja estimule que el bebé levante su cabeza, posteriormente mueva el juguete para estimular a que la gire de izquierda a derecha y viceversa. Tenga cuidado de mantener el objeto ligeramente arriba, para que suba su cabeza; y ligeramente fuera de su alcance, para evitar que se voltee boca arriba.

2. Arrastre:

- Acueste al bebé boca abajo, sólo con pañal y camiseta, ponga un juguete fuera de su alcance y anímelo a que lo tome, ayúdelo colocando su palma de la mano en su planta del pie e impúselo ligeramente.
- Continúe la posición anterior pero estimule la flexión de las rodillas del bebé alternándolas, utilizando para ello ambas manos en las plantas de los pies; si es posible, otra persona debe adelantar el brazo del mismo lado que se impulsa la pierna. Estimule verbalmente los esfuerzos del bebé y felicítelo por sus logros.

3. **Gateo:** Coloque nuevamente algún juguete frente al bebé, situándolo de 2 a 3 metro fuera de su alcance; sostenga el abdomen y tórax con una mano, mientras que con la otra apoya la planta de los pies para facilitarle el movimiento. Estimule a que el bebé lo realice solo.

4. **Arañas:** En cuanto el bebé domine el gateo, colóquelo boca abajo apoyado en las palmas de sus manos y plantas de los pies solamente, coloque una mano bajo el abdomen para apoyarlo y estimule colocando un objeto fuera de su alcance para que avance en esta posición.





El niño de 9 a 12 meses

A través de su madre, aprende rápidamente la diferencia entre sí mismo y su entorno, sobre todo la imagen humana. Asocia la figura materna con placer, satisfacción y la protección de su microambiente; comprende que es un ser independiente y por ello experimenta temor ante la separación de sus padres, especialmente de mamá. Reacciona ante extraños con temor y llanto, por ello la madre se torna la persona más importante de su entorno "mamitis", pues es ella quién lo vincula con el mundo exterior del cual el está ávido de aprender.



El niño no entiende que las personas y objetos no dejan de existir si no los ve. Para él, si no los puede ver no existen, por ello reacciona con angustia ante la separación de la madre. Este proceso inicia, en promedio, al noveno mes y dura aproximadamente hasta los quince meses, permitiéndole aprender la conformación de las relaciones humanas y la construcción de su personalidad.

Su capacidad motriz mejora ostensiblemente, interactuando la sedestación con el gateo y el inicio de la marcha, inicialmente con apoyo, y posteriormente solo. Recoge pequeños objetos usando el pulgar y el índice; muestra un mejor control de las extremidades superiores, es capaz de sacar y meter objetos en un recipiente; ofrece los objetos a otra persona, estableciendo relaciones lúdicas. Esta coordinación motora, y la seguridad para la misma, depende de un adecuado proceso de estimulación durante todo el primer año de vida.

Ante esta nueva posibilidad de alcanzar y obtener lo que desea, se manifiesta gradualmente la frustración cuando no puede obtener lo deseado; esto puede ser un estimulante para que el niño se esfuerce más en alcanzar sus objetivos. Es bueno que la madre conozca esta situación y permita que el niño se esfuerce más en alcanzar sus objetivos. Es bueno que la madre conozca esta situación y permita, en algunas ocasiones, que el niño haga un esfuerzo para lograr sus deseos. De esta forma aprende a postergar sus gratificaciones inmediatas y le da la oportunidad de iniciar el manejo positivo de las frustraciones.



Socialmente alcanza una mayor participación y juega interviniendo en las actividades que ha observado en los adul-

tos que lo rodean; los juguetes pueden verse desplazados por trastes, teléfonos, cajones de ropa y bolsa de mama. Ya entiende el significado del “no”, obedece órdenes sencillas y al llamado por su nombre, es capaz de llevarse la comida a la boca y, aun cuando incoordinado, participa activamente en el proceso de alimentación. El lenguaje ha evolucionado importantemente y maneja un mínimo de cinco palabras, farfullando ininteligible el resto; sin embargo, le gusta escucharse.

La seguridad del manejo de los padres y su interacción dinámica permiten adquirir confianza en su quehacer cotidiano. El manejo adecuado de la frustración y el establecimiento de los límites, así como la limitación de berrinches y acciones de riesgos, permitirá formar su personalidad y fomentar su autoestima.

Finalidad de las actividades del período

- Contribuir a la adecuada coordinación motriz y el equilibrio.
- Estimular la interacción con su entorno, estableciendo límites y fomentando el esfuerzo para alcanzar sus objetivos, favoreciendo su personalidad y su autoestima.
- Estimular la participación activa en su interactuar con su entorno, favoreciendo los aspectos lúdicos para desarrollar habilidades de sensopercepción.

Pautas de evaluación

- **Lenguaje:** da-da, pa-pa, ma-ma, agua, pan (5 o más palabras).
- **Social:** Bebé de taza, maneja la cuchara, juega palmitas, detiene la acción al “no”.
- **Coordinación:** Pinza fina, oposición índice pulgar, introduce objetos en orificios, construye una torre de 2 cubos.
- **Motora:** Gatea, camina con ayuda, patea una pelota.



Cuadro de actividades del niño de 9 a 12 meses

TIEMPO	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	RESPONSABLE
5'	Actualizar expediente.	Seguimiento nutricional y control clínico.	Historia clínica.	Auxiliar de registros médicos.
15'	Sensopercepción: • Plática: "Berrinche y primeros límites".	Resaltar la importancia de establecer pautas de comportamiento, reforzando las actitudes positivas.	Charla.	Psicóloga.
10'	Evaluación clínica: • Peso y somatometría.	Evaluación del crecimiento, detectar desviaciones.	Cinta métrica y báscula.	Técnica de enfermería.
15'	Evaluación médica: • Examen físico. • Examen neurológico.	Evaluar el estado de salud y detectar alteraciones del crecimiento y desarrollo.	Estetoscopio, lámpara y depresor de lengua.	Médico.
15'	Psicomotricidad: • Estimulación táctil: masaje corporal.	Reforzar la importancia del contacto piel a piel y el desarrollar la sensibilidad del bebé.	Guía de masajes para el período.	Maestra orientadora y enfermera.
10'	Social- afectivo: • Retroalimentación. • Vivencias de las madres durante el período.	Integración grupal, aprender de otras madres, despejar dudas.		Médico y enfermera.
5'	Capacitación: • Importancia del control de salud del niño de 1 a 4 años.	Estimular a la madre a que continúe el control de salud del niño.	Papelógrafo.	Enfermera.
	Despedida y clausura.	Invitación a continuar estimulando la integración del niño a la familia y referencia a un Club de Madres.		Equipo.



Ejercicios para el niño de 9 a 12 meses

Del gateo a los primeros pasos:

Felicite a las mamás y a los papás que han logrado que sus hijos puedan ya gatear.

- 1. Conociendo la casa:** Estimule el gateo del bebé, inicialmente en un cobertor o petate en el piso, colocando los objetos cada vez más distantes; posteriormente, facilite áreas completas de la casa en donde no existe riesgo. La madre deberá gatear con el bebé hacia adelante, hacia atrás, dando vueltas. Anímelo siempre a que le siga.
- 2. Equilibrio:** Estimule a que su hijo gire la cabeza, ya sea colocándose en la espalda y hablándole de cada lado o colocando un objeto frente a su cara y moviéndolo hacia los lados, no lo sostenga. Puede repetir el ejercicio estando el niño de pie, en cuanto pueda sostenerse solo.
- 3. Aserrín, aserrán:** Tomando de las manos al niño, empújelo hacia atrás sin dejarlo que se apoye y, posteriormente, traccione hacia adelante; fomente que el niño sea el que haga la tracción para mantener la posición. Acompañelo con la canción de aserrín, aserrán.
- 4. Solitos:** Fomente que el niño cambie de posición, de sentado a pie, sin brindarle apoyo; en cuanto se pare, extiéndale los brazos para que dé pasos sin apoyo. Conforme domine esto, sepárese gradualmente.
- 5. Maromas:** En una colchoneta, coloque la cabeza del niño en el piso y gírelo para que ruede sobre sí mismo, puede utilizar una pelota grande para poderlo hacer inicialmente.



Hoja de evaluación y seguimiento neurológico

EDAD	PARÁMETROS DE EVALUACIÓN	SÍ LO HACE	NO LO HACE	SIGNOS DE ALARMA	OBSERVACIÓN
0-15 días	MG: Cuerpo en ovillo. MF: Succiona, prehensión. SC: Reacciona al sonido. LS: Atiende a caras.			<ul style="list-style-type: none"> • Totalmente flácido. • Hipertonicidad. 	
3 meses	MF: Sostiene la cabeza en decúbito supino y en decúbito ventral. SC: Busca con la vista el origen del sonido. LS: Sonríe y balbucea.			<ul style="list-style-type: none"> • Cuerpo flácido. • Hipertonicidad. • Cuerpo disparejo. 	
6 meses	MG: En decúbito ventral se apoya en brazos, se sienta con apoyo. MF: Alcanza un objeto, sostiene un objeto. SC: Responde a juguetes, juega. LS: Juega con su balbuceo.			<ul style="list-style-type: none"> • Hipotonicidad. • Hipertonicidad. • Manos empuñadas. 	
9 meses	MG: Se arrastra o gatea. MF: Toma objetos pequeños (pinza fina). SC: Descubre objetos debajo de un trapo. LS: Muestras de afecto, desconfía de extraños.			<ul style="list-style-type: none"> • Cabeza sin control. • Brazos perdidos. • Piernas en tijeras. 	
12 meses	MG: Se arrastra, gatea. MF: Saca cosas de un cubo. SC: Explora el entorno activamente. LS: Imita gestos (adiós), dice dos o más palabras.			<ul style="list-style-type: none"> • Algún dato anterior más. • Ausencia de pinza fina. • No se sienta. 	

■ El desarrollo es normal.

■ Alteración leve del desarrollo, requiere estimulación del área con pobre desarrollo.

■ Refleja una alteración del desarrollo o disfunción severa, deberá descartarse causa orgánica. Se debe enviar al hospital para estudio y a una institución de rehabilitación especial.

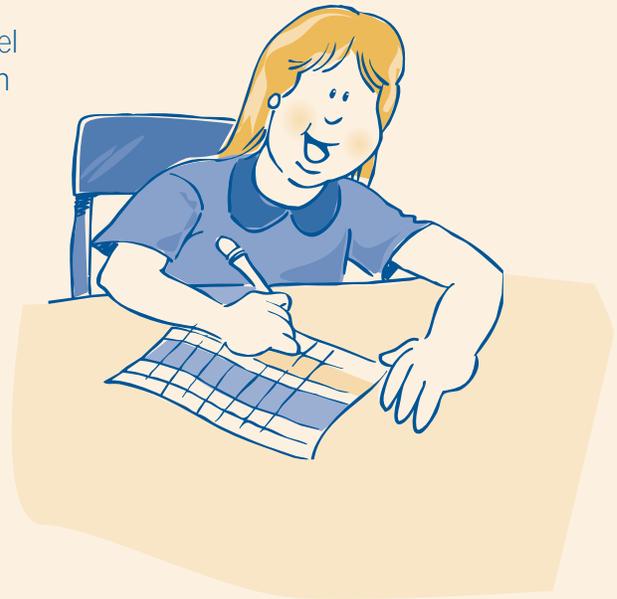




Instructivo

La hoja de evaluación y seguimiento neurológico es una guía de cotejo aplicada a niños de 0 a 12 meses de edad.

- Se coloca un gancho (✓) de acuerdo a la respuesta del evaluado en los criterios: **SÍ LO HACE, NO LO HACE, SIGNOS DE ALARMA.**
 - **LO HACE:** Realiza todas las actividades evaluadas de acuerdo a la edad.
 - **NO LO HACE:** No realiza las actividades evaluadas de acuerdo a la edad y/o las realiza muy pobremente.
 - **SIGNOS DE ALARMA:** Es cuando refleja la ausencia marcada de las actividades y habilidades esperadas de acuerdo a la edad, y se evidencia las enunciadas en el cuadro.
- El color verde significa: Normal.
- El color amarillo significa: Alteración leve del desarrollo, requiere estimulación del área con pobre desarrollo.
- El color rojo significa: Refleja una alteración del desarrollo o disfunción severa, deberá descartarse causa orgánica. Se debe enviar al hospital para estudio y a una institución de rehabilitación especial.
- **Observación:** Describir aspectos relevantes durante la evaluación y/o lo que le informa la madre durante el interrogatorio.





Referencias bibliográficas

Pimentel D., Alejandro. Programa de estimulación temprana. Hospital Regional de Río Blanco, México.

Aguilar A., Enriqueta. 1993. Estimulación multisensorial: Edad de 0 a 14 meses. Guadalupe Alegría, Panamá.

Ministerio de Salud. 1999. Normas de salud y atención integral a la niñez. Panamá.

Pedregal G., Paula, M. Margozzini y Helia Molina. 2002. Revisión sistemática sobre eficacia y costo de intervenciones para el desarrollo biosicosocial de la niñez. OPS/OMS. Ediciones Tierra Mía, Santiago de Chile.

UDELAS, CoNCIDI y UNICEF. 2004. Guía curricular de estimulación temprana 0 a 6 años. Tercera Edición. Panamá.



*Ministerio de Salud
Programa de Salud y
Atención Integral a la Niñez*

*Proyecto de Fortalecimiento a la
Clínica de Crecimiento y Desarrollo*

