

Cómo ayudar a los bebés y niños pequeños a desarrollar el habla y el lenguaje



(Helping babies and toddlers develop speech and language skills)

La lista a continuación contiene algunas sugerencias para que le ayude a hablar a su hijo. ¡No dude en hacernos cualquier pregunta que tenga!

El habla del bebé

Su bebé adquiere habilidades del habla y lenguaje relacionándose con otras personas. Hay muchas cosas que usted puede hacer para ayudarle a su bebé a desarrollar habilidades para comunicarse.

Desde el nacimiento

- Háblele al bebé desde que nace. Sostenga al bebé cerca suyo para que lo mire a la cara cuando le habla.
- Llame a su hijo por su nombre.
- Trate de imitar o copiar los sonidos que hace su hijo.
- Mírelo a los ojos y sonría mientras le habla.
- Ríase cuando su hijo se ríe.
- Hable con su bebé durante al alimentarlo y a la hora del baño.
- Masajee las encías y mejillas del bebé.

De 3 a 4 meses

- Use sonajeros y juguetes que hagan ruido o que produzcan música. Anime a que su hijo voltee la cabeza moviendo un juguete de un lado al otro. Esto también le ayudará a su hijo a seguir los objetos con sus ojos.
- Ayude al bebé a aprender sonidos nuevos pronunciando consonantes como la p, b, m, o g, junto con las vocales.
 - Repita los sonidos, por ejemplo, «be be be» y «ma ma ma».
 - Imita los sonidos que hace su bebé.
- Hable con su bebé sobre lo que usted está haciendo.
 - Use una palabra a la vez o frases cortas y oraciones.
 - Nombre con frecuencia los objetos y personas que son importantes para el bebé. Diga, por ejemplo, «biberón», «carro», «mamá», y «papá».
- Sostenga objetos cerca de su boca. Así su bebé podrá ver como se le mueven la lengua y la boca cuando usted pronuncia las palabras.
- Enséñele al bebé diferentes palabras, sustantivos, verbos y adjetivos. Use objetos, como móviles, pelotas, muñecos y otros juguetes.

5 meses

- Trate de que su bebé ponga atención a los sonidos que lo rodean.
- Muéstrela sonidos como el del timbre del teléfono, de la puerta y los sonidos que hacen los animales.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Ayudando a los bebés y niños pequeños, continuación

De 6 a 7 meses

- Enséñele al bebé algunos gestos o movimientos como por ejemplo cómo señalar algo con el dedo, decir adiós con la mano y mover la cabeza para decir «no».
- Diga cada palabra en voz alta mientras demuestra cada gesto.

De 7 a 8 meses

- Enséñele al bebé juegos que incluyan el habla y gestos como ¿Dónde está? (*peek-a-boo*), la pequeñita araña (*itsy-bitsy spider*) o hacer «tortillas» con las manos (*patty-cake*).
- Háblele y cántale canciones de cuna a su bebé.
- Ayude al bebé a imitar los sonidos de los animales cada vez que usted nombre un animal.
- Use la hora de dormir o la hora de comer por ejemplo, para enseñarle lo que sucede en su vida diaria.

De 9 a 12 meses

- Enseñe su bebé a seguir instrucciones simples como «trae tu muñeco» o «dame el biberón». Señale dónde está el objeto para que el bebé pueda entender.
- Enseñe al bebé a apuntar objetos conocidos con la mano. Pregúntele, por ejemplo: «¿Dónde está el gato?»

De 12 a 16 meses

- Enseñe a su hijo el nombre de algunas partes del cuerpo como «ojos», «oreja», «nariz». Cuando lo bañe o lo sienta frente a un espejo, pídale que le señale las distintas partes de su cuerpo.
- Ayúdele a nombrar rutinas, objetos o acciones cuando éstas ocurran. Nombre objetos y acciones como «espejo», «comer», «cama», «arriba, abajo», y más.

El juego y el lenguaje

- El juego es una forma importante para que su hijo habilidades nuevas como el habla y el lenguaje. Juegue con su hijo todos los días.
- Deje que su hijo tome la iniciativa. Déjelo decidir a qué quiere jugar.
- Anímelo a que participe en actividades que pueda realizar sin dificultad. Tal vez no quiera participar en actividades que son muy difíciles.
 - Haga cosas que su hijo sepa hacer.
 - Vaya agregando actividades nuevas solo si su hijo sabe cómo hacerlas.
 - Si su hijo deja de hacerlas, vuelva a hacer cosas que sean fáciles para él.
- Mire a su hijo a los ojos cuando juega. Póngase al nivel de su hijo para que ambos puedan verse a la cara.
- Imite a su hijo mientras juegan. Juegue con los juguetes de la misma forma que él juega con ellos. Permita que use sus juguetes de forma creativa.
- A medida que crezca pídale a su hijo que le cuente qué está haciendo. Si su hijo no habla, usted puede hablar sobre lo que está pasando, «Estás empujando el carrito».
- Cada uno debe esperar su turno para hablar. Esto le ayudará a su hijo a comunicarse.
 - Dele tiempo a su hijo para que responda.
 - Hable cuando sea su turno y luego espere a que su hijo responda con sonidos, palabras o acciones.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Ayudando a los bebés y niños pequeños, continuación

- Enseñe a su hijo a que espere su turno para hablar. Puede decirle, por ejemplo: «Espera, ahora es mi turno».
- Mencione el nombre de cada objeto y hable sobre lo que ocurre todos los días como la hora del baño, las comidas y la hora de vestirse.
- Refuerce el lenguaje de su hijo. Si dice «pelota», respóndale «Pelota. Pelota grande». Ayúdele a aumentar el número de palabras que dice. Agregue nuevas palabras a lo que dice.
- Use los sonidos y la gramática de forma correcta cuando hable con su hijo.
- Use los cinco sentidos cuando jueguen (la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato).

Los libros y el lenguaje

- Trate de leer libros con su hijo todos los días. La lectura es una de las mejores formas de enseñarle al niño a hablar y utilizar el lenguaje. Esto también le ayudará a formar el hábito de la lectura.
- Empiece a leer apenas el bebé nazca.
 - Al principio, léale libros que tengan solo unos cuantos dibujos en cada página.
 - Describa y nombre los objetos y las acciones mientras lee. Trate de que su hijo señale los dibujos mientras usted los nombra.
 - Alce y baje su voz cuando lea, y use exclamaciones como «oooh» y «aaah».
- Dele a su hijo tiempo para responder. Cuando usted le haga una pregunta, espere mientras él piensa cuál es la respuesta.
- Tal vez su hijo quiera leer el mismo libro una y otra vez. A medida que crezca, léale libros que conozca. Ayúdele a nombrar los dibujos y a contar la historia.
- Deje que su hijo tenga algunos libros. Esto es tan importante para él como ser dueño de sus juguetes.
- Lleve a su hijo a la biblioteca local para que participe cuando leen cuentos.
- Recuerde: la forma en que usted se relaciona con su niño es muy importante para su desarrollo.

Terapeuta (Therapist)	Fecha (Date)	Hora (Time)
--------------------------	-----------------	----------------

Número de teléfono
(Phone number)

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.