

Estimulación del cerebro infantil

Desde el nacimiento hasta los 3 años

Celso Antunes

primeros años



narcea

Estimulación del cerebro infantil

DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS 3 AÑOS

Celso Antunes

NARCEA, S. A. DE EDICIONES
MADRID

Celso Antúnez ha publicado en NARCEA:

- **Estimular las inteligencias múltiples. Qué son, cómo se manifiestan, cómo funcionan**
- **Juegos para estimular las inteligencias múltiples**

Nota del Editor: En la presente publicación digital, se conserva la misma paginación que en la edición impresa para facilitar la labor de cita y las referencias internas del texto. Se han suprimido las páginas en blanco para facilitar su lectura.

© NARCEA, S.A. DE EDICIONES

Paseo Imperial 53-55. 28005 Madrid. España

www.narceaediciones.es

© Editora Vozes Ltda., Brasil

Título original: *Guia para estimulação do cérebro infantil. Do nascimento aos 3 anos*

Traducción: Pablo Manzano Bernárdez

Cubierta: Roser Bosch

ISBN (eBook): 978-84-277-2061-9

ISBN (Papel): 978-84-277-1964-4

Impreso en España: Printed in Spain

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sgts. Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Índice

INTRODUCCIÓN	7
1. DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS CINCO MESES	
Los mágicos cambios cerebrales desde el nacimiento hasta los cinco meses	11
Seguir un método para la estimulación	13
1. <i>Área cognitiva</i>	17
2. <i>Área sensorial</i>	21
3. <i>Área motora</i>	24
4. <i>Personalidad y autoestima</i>	30
5. <i>Área social</i>	32
6. <i>Lenguaje y pensamiento</i>	33
7. <i>Control de esfínteres</i>	37
Cómo “no” ser un buen estimulador	38
2. DE LOS CINCO A LOS NUEVE MESES	
Los mágicos cambios cerebrales desde los cinco a los nueve meses	41
1. <i>Área cognitiva</i>	45
2. <i>Área sensorial</i>	46
3. <i>Área motora</i>	48
4. <i>Personalidad y autoestima</i>	50
5. <i>Área social</i>	51
6. <i>Lenguaje y pensamiento</i>	53
7. <i>Control de esfínteres</i>	57
Cómo desarrollar un proyecto de estimulación	57

3. DE LOS DIEZ MESES AL AÑO Y MEDIO

Los mágicos cambios cerebrales de los diez meses al año y medio.....	61
1. Área cognitiva	63
2. Área sensorial	67
3. Área motora	69
4. Personalidad y autoestima	72
5. Área social	74
6. Lenguaje y pensamiento	75
7. Control de esfínteres	78
Las neuronas espejo y los estímulos procedimentales	78

4. DEL AÑO Y MEDIO A LOS DOS AÑOS

Los mágicos cambios cerebrales del año y medio a los dos años	83
1. Área cognitiva	86
2. Área sensorial	90
3. Área motora	92
4. Personalidad y autoestima	95
5. Área social	96
6. Lenguaje y pensamiento	98
7. Control de esfínteres	102
Cómo elegir una buena escuela de educación infantil	103

5. DE LOS DOS A LOS TRES AÑOS

Los mágicos cambios cerebrales de los dos a los tres años	107
1. Área cognitiva	110
2. Área sensorial	114
3. Área motora	116
4. Personalidad y autoestima	118
5. Área social	121
6. Lenguaje y pensamiento	122
7. Control de esfínteres	125
Ayude al “pequeño científico” o “pequeña científica”	125

BIBLIOGRAFÍA	127
---------------------------	------------

Introducción

El objetivo de este sencillo libro no es una plácida lectura, como la que se hace de una obra literaria, ni siquiera la recogida eventual de informaciones que muchas veces se buscan en obras especializadas. Habría que decir que la consulta debe ser semejante a la de los cocineros en la preparación de recetas o, quién sabe, la de los mecánicos especializados que montan estructuras sin apartarse del manual de instrucciones. Esta obra se destina a los adultos que, convencidos de la *modificabilidad significativa del cerebro infantil*, adoptan procedimientos con un ojo puesto en las prácticas propuestas y el otro en la actuación del niño.

Los fundamentos de esta obra tienen su origen en investigaciones neurológicas y experimentos prácticos realizados principalmente en Estados Unidos y en países de Europa, que avalan la idea de que la intervención de mediadores en la estimulación cerebral tiene un papel extraordinariamente destacado, especialmente cuando se lleva a cabo en una fase de la vida humana esencial para el aprendizaje y la atribución de significados: la primera infancia.

Estimular cerebros infantiles con seriedad no solo ayuda a los niños y niñas, y mucho, sino que, además, agudiza la sensibilidad y hace crecer el afecto por los pequeños de quien se dedica a ello. De esta manera, disponer de bases educativas para estimular el cerebro de un niño es tarea esencial e insustituible y si, por un lado, ayuda a la cognición, el pensamiento, el lenguaje, las inteligencias y la memoria de quien recibe el estímulo (es decir, el niño), por otro, gratifica de forma

ilimitada a quien adquiere el privilegio de colaborar en esos cambios y, percibiendo esas transformaciones, se descubre como agente en ese progreso (el adulto).

En los primeros años de vida, el tamaño del cerebro aumenta vertiginosamente con una increíble multiplicación de células gliales, suscitando cerca de cien mil millones de neuronas. Estas se mantienen en número estable, pero el crecimiento y el estímulo constante y progresivo las hacen trabajar siempre y fortalecerse cada vez más.

Aunque existe una unanimidad científica en considerar que estimular la mente es esencial, no siempre sabemos cómo hacerlo, no tenemos ideas claras sobre sus fundamentos pedagógicos ni con qué método alcanzar esos objetivos. Esta es la finalidad esencial de esta obra.

Para ello la hemos dividido en cinco capítulos que recorren cinco etapas del desarrollo de los más pequeños entre los 0 y 3 años. Por supuesto, la división en etapas es orientativa y solo atiende a una opción metodológica para que al adulto le sea más fácil situarse ante el momento evolutivo.

Todos los capítulos tienen la misma estructura. Cada capítulo empieza con una *breve descripción de las características de ese momento evolutivo*, señalando los cambios más importantes y lo que el niño* está llamado a conseguir en esa etapa (recuerde: siempre de manera orientativa, no prescriptiva). A continuación se presentan *siete áreas de desarrollo con ejercicios para su estimulación*. Estas áreas son:

1. ÁREA COGNITIVA.
2. ÁREA SENSORIAL.
3. ÁREA MOTORA.
4. PERSONALIDAD Y AUTOESTIMA.
5. ÁREA SOCIAL.
6. LENGUAJE Y PENSAMIENTO.
7. CONTROL DE ESFÍNTERES.

* A lo largo de la obra se opta por el uso genérico del masculino con objeto de facilitar la lectura y sin ánimo alguno de exclusión.

Finalmente, cada capítulo termina con un epígrafe en que se aborda alguna *cuestión clave para esa etapa*.

Merced a los más recientes avances neurológicos, sabemos que el cerebro infantil funciona como una orquesta, cuya música no solo depende de los registros de la partitura, sino también de la coordinación de los músicos. Un cerebro saludable es aquel en el que todos los instrumentos tocan sincronizados y al unísono.

Pero, como también sabemos que una orquesta no llega nunca a la perfección sin *conocimiento, aprendizaje y constancia*, en este libro proponemos algunos de esos conocimientos y situaciones de estimulación para hacer así posible la plenitud de ese disfrute.

1. Desde el nacimiento hasta los cinco meses

LOS MÁGICOS CAMBIOS CEREBRALES DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS CINCO MESES

Durante mucho tiempo se pensó que el bebé, al nacer, traía el cerebro en blanco y que, poco a poco, se iba llenando con las informaciones y estímulos que le llegaban. Incluso Piaget pensaba así.

Ciertas experiencias que se desarrollaron entre 1990 y 2000, un tiempo conocido como la “Década del cerebro”, cambiaron este paradigma y hoy se sabe que los bebés nacen con un conocimiento inicial acerca de los objetos físicos, al que se agregan ideas sobre el movimiento de los objetos y que poseen nociones simplificadas sobre cantidades. En suma, no existe una “memoria virgen”, una ausencia de pensamientos o un raciocinio nulo.

Además, es importante destacar que estos saberes no guardan ninguna relación con los instintos básicos de respirar, llorar o buscar un pezón para chupar. En el bebé que nace hay, sí, algo “animal” que es inherente a la especie y ahí tienen su origen algunos instintos, pero ahora sabemos que hay también algo “inteligente” y despierto, dispuesto a recibir estímulos y desarrollarse.

Es importante señalar que, incluso sin un programa específico de estimulación, como el que este libro propone, el cerebro se desarrolla de una forma magnífica gracias a la acción del ambiente y de las personas que interactúan con el bebé, pero la progresión de ese desarrollo neuronal será más significativa si conocemos la mejor manera

de provocarlo y *lo promovemos de forma permanente, constante y progresiva*. Aunque el ambiente físico y emocional que rodea a un bebé que aún no ha nacido sea muy importante, mucho más importante es cuidar del primer centro de aprendizaje del bebé, es decir, el que constituye el ambiente y el entorno que lo envuelven cuando nace.

Ese “cuidado” en el hogar —y cuidado no quiere decir “coste”—, que transforma una casa en un auténtico centro de aprendizaje, no tiene nada de retórico. Las intensas investigaciones y los múltiples experimentos realizados en Norteamérica, Europa y Japón demuestran claramente que el niño “aprende” realmente desde mucho antes de nacer y, por esa razón, es esencial que pensemos en su hogar como en un lugar estimulante y rodeado de personas y recursos que, de manera tranquila, serena, constante, progresiva y cariñosa, se implican en el uso racional de ese espacio, en el estímulo consistente y significativo de ese cerebro.

Hoy sabemos que todo bebé, incluso mucho antes de que lo alcance la palabra, ya absorbe de forma intensa toda explosión de sentimientos de los adultos que lo rodean y sus experiencias con padres, hermanos o quienes lo cuidan, le ayudan a establecer un mapa mental que lo guiará a lo largo de todo su tránsito por el pensamiento y por su vida emocional.

Desde su primer instante de vida, absolutamente nada es “neutro” para el bebé y, de esta forma, las situaciones que envuelven su tacto, las miradas que recibe y las palabras que escucha son fundamentales en su aprendizaje.

Pero cuidado: el bebé aún no sabe que las eventuales ironías, agresiones o palabras ásperas dichas a otros tienen un destinatario diferente a él y, de ese modo, capta y absorbe para sí la estupidez de la agresión que se dirige a otro. Se hace difícil señalar qué es más importante para un bebé, si el alimento o el cariño: el primero es esencial para la entidad biológica; el segundo, imprescindible para la condición humana de esa criatura.

En el primer año de vida, el bebé desarrolla la plenitud de sus sentidos y, de ese modo, balbucear, y después hablar, gatear, y después correr, oír y comprender y manipular objetos y juguetes, implican aprendizajes que son enemigos de la precipitación.

Si sabemos desde hace mucho tiempo que el niño aprende poco a poco, es relativamente nueva la certeza de que necesitamos y podemos ayudarlo, más si admitimos que es imposible e inútil juzgar si “está atrasado” o “está adelantado”, comparándolo con otros niños.

Un bebé siempre es incomparable y esperar la estandarización de miles de millones de neuronas y sinapsis es ignorar la esencia del ser humano, su extraordinaria singularidad.

De la misma manera que en esa fase se aguzan los sentidos, en ese mismo período se establecen aspectos fundamentales del lenguaje, la cognición, la acción motora, la relación social, la personalidad, el temperamento y las emociones.

Ayudarlos en ese tránsito maravilloso significará, sin duda, disfrutar de algunos de los momentos más importantes de nuestra vida.

SEGUIR UN MÉTODO PARA LA ESTIMULACIÓN

Entendemos por método¹ la manera de actuar, es decir, la forma de proceder en la estimulación del cerebro.

Proporcionar estímulos cerebrales apropiados a los niños no es difícil, pero requiere *constancia*. La modificabilidad cerebral, igual que ocurre con los cambios de los músculos, requiere estímulos (ejercicios), pero principalmente exige que esos ejercicios se practiquen de forma *sistemática*, por lo menos tres o cuatro veces por semana, en un espacio de tiempo diario entre diez y veinte minutos, dependiendo de la percepción que tenga el adulto *mediador*² sobre el interés del niño.

En síntesis, el método que en este libro se propone establece las siguientes *prioridades*:

¹ Aunque cada capítulo de este libro presente estímulos específicos para cada franja de edad, el método para la utilización de esos estímulos es independiente de la edad y, por tanto, este método debe utilizarse para todas las franjas de edad.

² Para integrar en una palabra única a los diferentes adultos que se implican en los proyectos de estimulación sugeridos, utilizaremos para ellos, independientemente de la condición de padre, madre, abuelo, abuela, maestro, educador u otros, la palabra “**mediador**”.

1. *¿A qué aspectos de la formación del niño se busca dar mayor énfasis? ¿A la atención o a la memoria? ¿A la sensibilidad táctil o a la agudeza visual? ¿Al dominio pleno del lenguaje o a la propiedad de saber escuchar con atención y selectividad? ¿Al dominio de la armonía en los movimientos o a la conquista plena e ilimitada del dominio espacial?*

Es esencial optar por algunos items y dejar que otros se desarrollen espontáneamente, sin un esfuerzo específico. Es comprensible que todo padre desee para sus hijos la plenitud de sus capacidades y habilidades, pero priorizar algunas no significa que otras no se alcancen merced al mismo desafío afectivo que supone vivir.

En esta obra optamos por dar prioridad a las áreas cognitivas, sensoriales, motoras, de personalidad y autoestima, al área social y al lenguaje y el pensamiento. Es casi todo, pero solo “casi”.

2. Aunque aceptemos que los estímulos pueden aplicarse a todas horas y en todas las ocasiones, es conveniente *marcar un espacio y un momento específicos para este trabajo.*
3. Es esencial escoger un *lugar adecuado* (cuarto del niño, comedor, cocina, no importa) *y que, en la medida de lo posible, se utilice el mismo lugar para todas las sesiones.*
4. El tiempo durante el que estos estímulos envuelvan al niño *no debe exceder de 10 a 20 minutos diarios*, aunque en otras ocasiones, de forma no sistemática, se presenten de nuevo.
5. Las actividades pueden realizarse *seis días por semana* o quizá menos, si en una misma sesión se integran dos áreas de estimulación. Por ejemplo:

- Lunes: *Lenguaje y pensamiento.*
- Martes: *Área cognitiva.*
- Miércoles: *Área sensorial.*
- Jueves: *Área motora.*
- Viernes: *Personalidad, autoestima.*
- Sábado o domingo: *Área social.*

6. Es esencial *una acción de carácter regular y constante, es decir, reservar esos minutos diarios y dedicarse con intensi-*

dad a su práctica. Del mismo modo que ocurre con los músculos, la acción eventual y aleatoria es mucho menos productiva que la constancia y la creación de una rutina de estimulación.

7. Aunque puedan actuar diferentes personas en la estimulación del niño, para que se pueda evaluar efectivamente el progreso en su actuación, *es importante que, en ese espacio y en ese tiempo reservados, actúen los mismos mediadores.*

Todas las actividades propuestas para fundamentar este método están pensadas y elaboradas teniendo presentes unos cambios cerebrales significativos y permanentes, y teniendo en cuenta todo lo que efectivamente es capaz de realizar el niño dentro de los límites de su edad. Hay que destacar una advertencia importante: como no hay dos niños iguales, no hay razón para observar con rigor las franjas de edad marcadas en cada capítulo. Lo importante es percibir la reacción del niño al estímulo y promoverlo de acuerdo con su patrón específico de desarrollo. Cada capítulo, por tanto, no es más que una referencia “media” que hay que adaptar para la creación de un programa específico para cada niño.

La concreción del método propuesto se suele enfrentar, a nuestro modo de ver, a dos obstáculos iniciales. En primer lugar, el pensamiento frecuente entre los padres y en la escuela de que el cerebro humano no es susceptible de ser estimulado mediante un programa específico y que nada concreto que se realice eventualmente puede ser evaluado y, por otro lado, una resistencia natural manifestada por el niño ante cualquier acción pedagógica racionalizada y sometida al juicio de los adultos. No nos parece difícil la superación de estos obstáculos, siempre que se acepte que vivimos en un tiempo nuevo, que la manera como crecimos y fuimos estimulados nosotros ya adultos no implica que nuestros hijos reciban un tratamiento igual. Los interesantes descubrimientos acerca de las respuestas significativas del cerebro humano a estímulos convenientes, sobre todo en la infancia, reciben un consenso mundial y poseen bases amparadas en investigaciones realizadas desde el decenio de 1990 por las ciencias de la cognición, pero aún son prácticas relativamente recientes.

La acción de la familia y de la escuela en los programas de estímulos no debe identificarse con la idea de que damos “clase” cuando

estimulamos, de que es válida la comparación de un niño con otro y, sobre todo, de que los resultados emergen de forma precisa, clara y de fácil constatación.

Al contrario, los juegos, estímulos y actividades propuestos no están pensados para que el “niño los aprenda o que aprenda con ellos”, sino como momentos lúdicos de relajación y de alegría en los que el niño participa por placer, al tiempo que su cerebro se modifica lentamente. En realidad, ese pre-aprendizaje puede compararse con la carrera que hace un niño en dirección a los brazos abiertos del padre que llega: el niño no corre para desarrollar sus músculos y afinar su agilidad de movimientos, sino que, esa modificabilidad muscular y cerebral y ese dominio del espacio por el movimiento se están produciendo con independencia de esa intención.

En este sentido, los ejercicios propuestos deben surgir con la apariencia de una actividad espontánea que, ocasionando un impacto emocional y afectivo, modifica estructuras cerebrales.

Así, todo mediador que asuma esa función debe guiarse por los siguientes principios:

- *Equilibrio entre libertad y directividad*, aumentando la libertad a medida de que la directividad sea menos necesaria.
- *Retracción*, apartándose cada vez más de su acción efectiva a medida que el o los niños adquieran autonomía.
- *Renuncia*, para hacer que el niño pueda distanciarse progresivamente de la protección de la autoridad del mediador, que le proporciona seguridad, asumiendo su independencia en relación con los ejercicios sugeridos.

Lo que se busca es la adquisición dinámica de los conocimientos a través de una vivencia que además tiene una intención afectiva. Esa vivencia, aún sin utilizar el método, se encuentra en su estado más puro en actividades espontáneas, en el descubrimiento del cuerpo, y en la relación con el espacio y con los otros.

Es esencial que los estímulos proporcionados se produzcan en un clima de espontaneidad y alegría y, por encima de todo, que sean acogidos positivamente por el niño. Más que como “tareas”, los estímulos deben presentarse como “juegos”, envolviendo a adultos y a

niños en momentos mágicos de ternura, practicando el arte de hacer soñar. El mediador nunca debe dejarse aprisionar por el tópico de la educación antigua que insistía en afirmar que el mimo y el cariño excesivos “corrompen” al bebé.

Pero hay una pregunta que no puede aplazarse: ¿Hay pruebas irrefutables de que este método para la estimulación del cerebro infantil funciona? Por desgracia, la respuesta es mucho más amplia que la mera elección entre sí o no. La importancia de la estimulación cerebral y el uso de ejercicios sistemáticos para promoverla es esencialmente una idea. Una idea basada en descubrimientos y en experimentos científicos realizados por instituciones de prestigio indudable, pero una idea cuyos resultados carecen de la asepsia de una evaluación con cinta métrica o de la síntesis de la respuesta exacta de un termómetro.

Pero es imposible dudar de que el cerebro se reorganice constantemente de acuerdo con las respuestas a los sentidos y que, estimulados estos, la reorganización cerebral se imponga de forma progresiva. Estimular el cerebro de un niño puede no suponer aún la irrefutable certeza de que se le hace lo mejor, pero constituye ciertamente una voluntad de amor, una esperanza de felicidad, una confianza en el mañana.

A continuación, y de acuerdo con lo expresado en la Introducción del libro, se desarrolla el modo de llevar adelante la estimulación del cerebro, en las siete áreas de desarrollo elegidas: área cognitiva, sensorial, motora, personalidad y autoestima, área social, lenguaje y pensamiento y control de esfínteres.

1. ÁREA COGNITIVA

En un lenguaje sencillo, cognición significa el *acto de adquirir un conocimiento, la facultad o la capacidad de aprender*. Estimular la cognición expresa ayudar al pensamiento, agudizar la memoria, percibir emociones. Nuestra área cognitiva, en última instancia, significa todo lo que somos en lo que se refiere a nuestros pensamientos, recuerdos, percepciones, emociones, saberes y lenguaje. Veamos los modos de desarrollarla.

⇒ ***Una buena charla con el bebé***

A partir de la segunda semana de vida (o, en el caso de algunos, un poco más tarde), el bebé ya reconoce a su madre por el olor y por la voz. Al hablar dulcemente con el bebé, se está desarrollando su atención y lanzando desafíos a su cerebro.

Poco importa lo que se diga, pero *hablar es siempre esencial* para que, poco a poco, el pequeño descubra que el mundo está formado por otras personas y que éstas difieren también por su voz, un tipo de símbolo inherente a cada uno. Es, pues, esencial que el adulto se coloque a unos veinte centímetros de distancia para que el bebé pueda entrar en contacto con el movimiento de la boca, percibiendo que es a él a quien se dirige el adulto mediador.

⇒ ***Estimular la atención del bebé***

Seleccione un objeto grande y de color (pelota, almohada, tejido o plástico), póngalo delante del bebé y vaya alejándolo progresivamente hasta un metro o poco más. Aproxímelo después y aléjelo nuevamente, desarrollando la agudeza visual, la percepción de la distancia y también la atención del bebé.

⇒ ***Estimular la capacidad auditiva***

Coloque un objeto sonoro delante del bebé (vaso y cucharilla); no haga ningún ruido y, segundos después, dé pequeños toques con la cucharilla en el vaso produciendo un ruido leve, no agresivo. Deje algunos segundos de silencio y repita los toques. Comience manteniéndose a unos treinta centímetros de los ojos del bebé, aléjese progresivamente, estimulándolo para que acompañe con la vista el movimiento y el ruido.

Entre un mes y un mes y medio, el bebé presenta un control motor y mental en expansión, percibiendo con claridad si el estímulo proporcionado es agradable y afectuoso o no. Al cabo de un mes y medio, su curiosidad aumenta exponencialmente, aunque su campo de visión sea aún bastante limitado.

⇒ ***La importancia de mecer***

No hay que olvidar que la percepción del bebé se manifiesta mucho antes de nacer. Llega al mundo después de una larga fase de confort y calma en el útero materno. Por esa razón, es esencial mecerlo, pues en su vida uterina lo mecía su madre al caminar. Gratificante para el mediador, es también un importante estímulo hablarle mucho al bebé, reír siempre, cantar suavemente y, al andar de un lado para otro, hacer movimientos rítmicos con el bebé en brazos.

Todo lo que lleve a un bebé a entrar en sintonía con sus movimientos ancestrales genera placer: la lentitud en las caricias, la continuidad, el tacto sutil que se desliza, la suavidad que quiebra la agresividad y la discontinuidad de la acción adulta apremiada por el tiempo, son acogidos con el confort del retorno a un mundo sin peligro, a un ambiente sin agresiones.

En esa misma línea de búsqueda, es esencial que el bebé pueda descubrir y disfrutar del máximo contacto con el suelo, que es la parte simbólica en la que se expresa la satisfacción por el movimiento primitivo, el placer del contacto con la tierra, con el césped, con la arena.

Esa vivencia y redescubrimiento del bebé con respecto al suelo debe instigar una acción racional; es la búsqueda del placer del tacto, del deslizamiento del cuerpo, del apoyo de las manos, de los codos, de las rodillas, llevando a una progresión estimulada por impulsos.

⇒ ***La hora de las muecas***

El descubrimiento del otro por el bebé precisa facilitar su asociación con diferentes tipos de expresión.

Por este motivo, hacer muecas amistosas, produciendo expresiones significativas, ayuda bastante a diversificar sus pensamientos, estimular su imaginación, identificar la diversidad en lo humano.

Solamente después de agotar la vivencia dinámica del bebé con su propio cuerpo, éste comienza a interesarse por los objetos y por el otro. Ese cambio caracteriza un primer indicio de intelectualización y consiste en la separación del objeto y del cuerpo que asumen entonces una autonomía relativa y pueden ser utilizados de forma independiente.

⇒ ***Llevar al bebé a descubrir el mundo***

La capacidad de respuesta del bebé, esforzándose para comunicarse con los adultos, aumenta hacia sus tres meses de edad, y esa comunicación se hace por sonrisas, expresiones de alegría, gestos y, muchas veces, por el movimiento de los brazos y de las piernas.

Es muy importante dar continuidad a esa “petición de conversación”, mostrando al bebé el mundo que le rodea, lleno de cosas y colores. Los mediadores no deben temer la exageración en su comunicación y, con suavidad, deben hacer gestos y muecas, presentando, hablando y describiendo la cama, las cortinas, las flores, las macetas, los cristales, el espejo y todo lo demás, cuando sea posible, *durante excursiones programadas* por la casa, por el jardín, por la calle, por el parque, etc.

⇒ ***Jugar con guantes suaves***

Una herramienta esencial de estímulo en esta franja de edad son los guantes suaves, pues con ellos el bebé va a descubrir la diferencia del tacto y la caricia de una mano desnuda y otra enguantada. Después de algún tiempo, corte la punta de los dedos de los guantes de una de las manos y alterne tactos suaves con unos y otros dedos. Haga representaciones y, moviendo los dedos cerca del rostro, lleve al bebé a descubrir que está en un auténtico teatro.

⇒ ***Un móvil bonito, pero no por mucho tiempo***

Un móvil, de los hechos en casa con botones, paños de colores, espigas de maíz pintadas y otros objetos, colocado a unos treinta centímetros del bebé, es siempre una forma estimulante para desarrollar su atención y la dirección de su mirada.

Pero no piense en el móvil únicamente como decoración del cuarto y, por ser caro, dejarlo allí permanentemente. Valen más los hechos en casa y que pueden cambiarse cada semana, para estimular la mirada del niño con la diversidad y con el descubrimiento del movimiento.

⇒ ***Elogio y entusiasmo son acciones que caminan juntas***

Elogie siempre y con mucho entusiasmo al bebé. Es claro que él aún no puede descifrar las palabras ni imaginar las razones, pero es absolutamente cierto que puede captar la emoción auténtica que un elogio sincero alberga siempre.

Entre las tres y las cuatro semanas de vida, la curiosidad del bebé es enorme y aprende a mirar con interés cosas diferentes, con distintos colores y en movimiento.

Cuando llega a los cinco meses, el espejo ya le atrae a pesar de no reconocerse a sí mismo; es capaz de reír y mostrar interés por una imagen. En esta fase, percibe también la dirección de los sonidos y existe una movilidad mayor en sus brazos y piernas, que usa con entusiasmo siempre que quiere llamar la atención de alguien que le gusta.

⇒ ***“Olé... olá”***

Habítuese, una o dos veces por semana, a aproximar su cabeza al bebé y a alejarla lentamente y decirle cariñosamente: “Olé... Olá”. Vaya alejándose poco a poco, incentivándolo para que participe en esa agradable charla.

Si mostrara desinterés, desista y vuelva a empezar otro día, a otra hora. Los bebés inteligentes, como los adultos, también tienen momentos en los que quieren estar consigo mismos.

2. ÁREA SENSORIAL

La llamada área sensorial se refiere a los órganos de los sentidos, como el *oído*, el *tacto*, la *vista*, el *gusto* y el *olfato*. Son piezas del cuerpo humano que comunican al cerebro las sensaciones externas, captadas del ambiente exterior. Aunque en la escuela aprendimos que los sentidos son cinco, en realidad son siete y, mientras que los cinco más conocidos cuidan de las señales y mensajes captados del exterior, los otros dos envían al cerebro señales del propio cuerpo: son los sentidos del *movimiento* y del *equilibrio*.

En nuestra cultura no es costumbre preocuparse por la *educación de los sentidos*, creyéndose que solo hay que estimular el tacto en el caso de las personas con discapacidad visual y que solo se educa el gusto para quien se prepara para trabajar en el campo de la enología. Pensamos que esto se debe a un error, ingenuidad o desconocimiento de los procesos de estimulación. Un niño, sean cuales fueren los caminos que recorra en la vida, se beneficiará mucho si puede avanzar en la plenitud y la diversidad de las percepciones que le llegan a través de los sentidos, sean las que sean.

⇒ ***El descubrimiento de la magnitud***

Un bebé no será capaz de saber que cuatro es el doble de dos y no necesitará ese saber, pero eso no reduce la importancia de atraer su atención mostrando uno, después dos y después tres objetos iguales (como una cuchara, por ejemplo). Actuaremos presentando esos objetos a veces aislados, otras veces formando un conjunto, acercándolos en unos momentos, en otros alejándolos un poco más; diversificando de ese modo, de manera lúdica, el desafío cerebral de situaciones de cantidad, magnitud y distancia.

⇒ ***El descubrimiento del habla y del sonido***

Jugar con “olé y olá...”, como ya comentamos, es bueno, pero es interesante *diversificar la naturaleza de los sonidos* que vayamos presentando. Un toque suave en un vaso con una cucharilla a la derecha, luego a la izquierda, de frente y después detrás va mostrando al bebé que el mundo es un espacio lleno de ruidos, repleto de sonidos. Además de “olé-olá”, de vez en cuando, puede ser “rari” o “cra-cri”, cambiando la estructura del sonido en cada ocasión y no manteniendo constante el mismo sonido en todas las ocasiones.

Se aprecia en esta descripción que el objetivo de la actividad propuesta no es más que servir de ejemplo; lo que merece la pena destacar es *la importancia de mostrar al bebé la diversidad de estímulos sonoros*, del habla al canto, del sonido grave al sonido agudo.

Todo centro de educación infantil tendría que acumular entre sus recursos algunos instrumentos musicales o artefactos sonoros sencillos, exponiendo así a los bebés y, —más tarde a los niños— al *descubrimiento e identificación de los sonidos de diferentes instrumentos, de los ruidos provocados por objetos diferentes*. Los estímulos sonoros, presentados como desafíos para su identificación, constituyen un estímulo imprescindible para el desarrollo cortical del cerebro de un bebé.

⇒ ***El descubrimiento del olfato***

Uno de los vínculos más fuertes de un bebé con su madre se manifiesta por el olfato.

Recién nacido, el niño no percibe sino bultos, no distingue voces, pero percibe la presencia materna por su olor. Por esa razón, a veces, los bebés que rechazan estar en brazos de extraños, lo aceptan cuando el extraño se pone algo de ropa de la madre. Pero la extrema agudeza del niño en relación con el olfato no debe bloquear algunas actividades complementarias en su educación, pues el perfeccionamiento progresivo de la visión acaba haciendo que se haga hincapié en ésta, olvidando la importancia de los olores como lectura del mundo en que vive.

Habitúe al niño a oler la leche antes de tomarla, a percibir por el olfato la fruta aplastada de la papilla que se le ofrece. Unos breves momentos de exposición del bebé a aromas agradables y diferentes van activando progresivamente su cerebro en el área destinada al olfato.

⇒ ***Avance, poco a poco, desde el “oír”, al “escuchar”***

Hacia la vigésima cuarta semana de gestación, el sistema auditivo del futuro bebé se encuentra prácticamente preparado, razón por la cual es capaz de oír sonidos. En el vientre materno, los sonidos más comunes son los determinados por los latidos del corazón materno y por ruidos del sistema digestivo, pero, si a este “vocabulario” sonoro se le añade la dulzura del hablar, ese “vocabulario auditivo” aumenta y, ya al nacer, sabe el bebé cuándo es la madre, cuándo es el padre y cuándo es un extraño el que habla.

Pocos estímulos se muestran tan significativos para un bebé como una conversación sistemática con su madre (en la que prevalecen sonidos agudos) y con el padre (de quien recibe sonidos más graves). La importancia de este momento es de tal dimensión que no puede ser relegado a momentos dispersos, cuando padre y madre se dan cuenta de su utilidad. Por esa razón es importante reservarse algunos minutos diarios para el dulce encanto de esa “conversación” amigable.

Una cautela es, no obstante, esencial. Evite esos momentos si está estresado, en estado de angustia o muy preocupado. Nadie esconde las emociones que, sin darnos cuenta, transmitimos con el sonido a los agudos oídos de un bebé.

⇒ ***Dulce, amargo. Caliente, frío***

El cuerpo de un bebé es tan sagrado como un templo y, por ese motivo, todo cuanto se lleve a la boca debe estar limpio, esterilizado, cuidado. Pero, además de esas prescripciones pediátricas, habitúe al bebé a percibir sutiles diferencias en el paladar y en la temperatura de los alimentos ofrecidos.

Sienta cómo reacciona a un biberón un poco más o un poco menos caliente, un poco más o un poco menos dulce. No se crea que el bebé carece de paladar o que todos los bebés son iguales; haga de este pedacito de persona un verdadero *gourmet*.

3. ÁREA MOTORA

La mayor parte de los bebés parecen preferir una misma postura para dormir. Es natural que así sea, pues el espacio en el vientre materno siempre es limitado y se imponía una misma postura.

Si no es estimulado correctamente, el bebé se va a mantenerse siempre próximo a la postura fetal, perdiendo la movilidad de sus miembros y retrasando el desarrollo posterior. Por esa razón se hace indispensable una pequeña *sesión diaria* de ejercicios suaves de los brazos, las piernas y el cuello, que han de mantenerse hasta que pueda sentarse o andar.

⇒ ***Las cajas de magia y fantasía***

Una excelente programación de estimulación de los sentidos de un bebé comienza con productos guardados y que *una vez por semana o cada dos semanas* deben exponerse y utilizarse.

El objetivo no es “entrenar” ni “enseñar” formas, colores, texturas y olores, sino distraerlo con una experiencia que estimula conexiones cerebrales.

De este modo, organice una serie de cajas con diferentes objetos como “herramientas” esenciales de estimulación motora fina. Tendrá que ayudar al bebé a experimentar con el contenido de cada caja.

- *Caja de colores.* Con tejidos, bolas pequeñas, recortes de revistas, *objetos que no puedan ser tragados* y ricos por su diversidad de colores, desde los más suaves hasta los colores calientes.
- *Caja de texturas.* Para que el sentido del tacto se perfeccione, la caja debe tener pedazos de cuero, de seda, de algodón, una bola de vidrio, una concha y otros objetos que transmitan al bebé diferentes sensaciones al tocarlos.
- *Caja de formas.* Con bolas, cubos, estrellas, espirales, objetos cuadrados, rectangulares, objetos que ruedan y que no ruedan, para que el bebé perciba formas desiguales.
- *Caja de “lleno-vacío”.* Una caja, un cubo u otra caja menor y muchas pelotas de ping-pong para que juegue a “lleno” y “vacío”, “dentro” y “fuera”, “cerca” y “más lejos”, “encima” y “debajo”.
- *Caja de los olores.* Con frasquitos de perfume, velas perfumadas, frascos con extractos de limón, romero y otras fragancias en trozos de algodón para absorber. Esos olores nunca deben exponerse muy próximos al bebé, para que pueda captar y diferenciar olores sutiles.
- *Caja de sonidos.* En ella pueden guardarse silbatos, metales, campanas, una tabla. Es importante exponer, de vez en cuando, al bebé a sonidos diferentes, siempre muy leves, desarrollando y explorando su sensación de búsqueda de dirección.

⇒ ***Jugar a ensuciarse***

En algunas ocasiones, y siempre con mediadores cerca para impedir que se lleve cosas a la boca, es interesante exponer al bebé a la posibilidad de sentir el lodo, la arena, el césped, la madera, la superficie del vidrio. Un buen puñado de hojas verdes y secas también ayudará al juego.

Ciertas experiencias realizadas con bebés en escuelas norteamericanas descubrieron que los que eran llevados antes a la educación infantil escolarizada presentaban ligeras ganancias cerebrales y expresivas ventajas motoras, cognitivas y sensoriales, en relación con otros niños criados con niñeras o incluso con sus madres. Eso ocurre porque las educadoras de esas escuelas infantiles habían sido preparadas para permitir en muchas ocasiones la exploración libre de determinados espacios estimuladores especialmente reservados para este fin.

⇒ ***El “aula” de educación física***

Con el bebé tumbado cómodamente, estire suavemente sus piernas, agarrando con las manos sus pies. Si puede, utilice un poco de talco o una loción para suavizar esos movimientos. Haga del cambio de pañales una oportunidad de refuerzo de esta intervención frecuente.

Acostumbre a sujetar al bebé de frente, durante algunos momentos, dos o tres veces al día, para estimular los músculos que sostienen el cuello, pero observando con cuidado si esa sustentación no es forzada. Cuando el bebé esté boca abajo, pruebe a llamar su atención, diciendo su nombre o una palabra de cariño para que trate de levantar la cabeza en un ángulo de 45 grados.

No siempre es posible, aunque sí extremadamente significativo para el desarrollo de un bebé, dejar que juegue con agua algunas veces por semana. A partir del octavo mes, si es posible, las clases de natación serán siempre muy oportunas.

⇒ ***Hacia arriba y hacia abajo***

Con el bebé dejado de espaldas, utilice un objeto de color vivo y atrayente, moviéndolo hacia fuera de su campo de visión, aproxi-

mándolo después y moviéndolo otra vez de un lado para otro, de arriba abajo.

⇒ ***“Despierte” la idea de equilibrio del bebé***

Estimule los músculos que operan en la sustentación del bebé, con el fin de contribuir a su maduración. Haga que se quede en pie; después de algún tiempo, déjelo sentado en el suelo, apoyado en almohadas o en una sillita y ponga a su alcance objetos blandos de colores vivos, animándole a que los toque.

Aleje un objeto por el que muestre interés, desafiando al pequeñín a “estirarse” para alcanzarlo.

⇒ ***La hora del balanceo***

Hacia los tres meses, el bebé ya es capaz de levantar la cabeza cuando se le deja boca abajo o, si está sentado, de sostenerla. La alternancia de posiciones del mediador, atrayendo la atención con un ruido vocal o metálico, constituye un ejercicio interesante para el estímulo motor.

Mecer al bebé suavemente siempre es útil, y la forma de practicar ese ejercicio es creando un tipo de danza, haciéndolo brincar entre los brazos, desviando su cabeza a la búsqueda de avioncitos, ayudándolo a equilibrarse.

Cuando esté sentado en una sillita, observe si el bebé mira hacia usted y, entonces, balancee su cuerpo despacio, hacia delante y hacia atrás, comprobando si trata de imitarlo. En caso negativo, ayude al pequeño en ese balanceo, promoviéndolo con sus manos.

⇒ ***Mirar quién se esconde...***

Para un bebé, es más fácil levantar la cabeza cuando está boca abajo; más tarde, es capaz de mantenerla si está sentado y, solo un poco después, puede levantarla cuando está tendido de espaldas. Con dos meses de edad, van disminuyendo progresivamente esas dificultades hasta que mantenerla levantada deja de ser un problema.

Para ayudarlo en esa tarea, juegue llamando su atención, colocándose frente a él, después a la izquierda y más tarde a la derecha. Así, va “huyendo” de su campo de visión y estimulando los músculos del cuello para que se hagan más fuertes.

⇒ ***Hacia allá y hacia acá***

Aproveche cuando el bebé esté sentado para ayudarlo a equilibrarse, y un excelente ejercicio para el equilibrio son lentas caminatas, progresivamente repetidas, sostenido por las manos. Observe que ese ejercicio, aunque placentero, cansa bastante y, por tanto, ha de hacerse con frecuencia, pero solo durante unos pocos minutos.

⇒ ***Charla múltiple***

Una o dos veces por semana, si es posible, experimente poniendo al bebé en el suelo, apoyado en almohadas, y coloque a diferentes personas a su alrededor. Pida que todos los presentes conversen con él, llamándolo desde diferentes direcciones, llevándolo suavemente a mover la cabeza, bien para un lado, bien para otro.

Existen experimentos significativos que comprueban cómo se desenvuelven cada vez más activamente los bebés que toman una vez por semana un verdadero “baño” de lenguaje oral, escuchando voces diferentes, siempre amistosas y estimulantes.

⇒ ***Saltar cada vez más alto***

Agarre delicadamente al bebé por debajo de los brazos e, incluso sin sacarlo de la cama, hágale dar saltos arriba y abajo unas diez o doce veces. Si nota que le gustan los saltos, vaya aumentando, poco a poco y siempre con mucha seguridad, la altura de esos saltos.

Un bebé no puede sostenerse sobre sus piernas hasta que los músculos aguanten su peso y mientras su sentido del equilibrio no esté preparado. Pero esto no significa que no se deba animar al bebé a mantenerse en pie, apoyándose en una pared y ayudándolo con las

manos. El objetivo de ese ejercicio no es conquistar la precocidad en cuanto a mantenerse de pie, sino estimular los músculos de las piernas, haciéndolas más firmes y más fuertes.

Si observa que el bebé responde positivamente a este juego, use una escalera y mantenga su curiosidad distribuyendo objetos de colores por el espacio, llevándolo a alcanzarlos.

El momento del baño es fundamental para la higiene, pero debe ser también una oportunidad agradable de ejecutar saltos, apoyado siempre por su mano. El agua disminuye el esfuerzo y su ruido atrae y desarrolla su atención.

⇒ ***Estimular el gateo***

Todo niño, entre ocho y diez meses, gatea y lo hace con inmenso placer, como quien se libera de las amarras de la inmovilidad y domina el espacio; pero esa actividad voluntaria puede estimularse si se le ayuda.

Incentive el gateo, distribuyendo almohadas, pelotas y juguetes por el espacio y desplazándose en su dirección, atrayendo su mirada y desafiándolo en esa búsqueda. Esa actividad amplía la rotación del cuerpo y representa una excelente gimnasia, con aires de juego.

⇒ ***Es hora de pasear***

Entre ocho meses y un año, un poco antes para algunos más osados, el niño supera el miedo y empieza a andar. Es un momento de fiesta destacada y de alegría entusiasta y es esencial que sea así. Ayudemos al bebé desde los primeros meses a estar preparado para este momento.

Invente espacios para su ejercicio de caminar, tome sus manos levemente y, poco a poco, prestando mucha atención a la seguridad, hágalo solo con una de las manos. Aleje objetos que puedan ser derribados y, por el ruido, causar susto. En los próximos capítulos de este libro, analizaremos con más precisión los ejercicios ligados a los primeros pasos.

⇒ ***Ayude al bebé a liberarse de su “complejo” de agarrarse***

El progresivo abandono de este reflejo constituye un momento importante en la vida del bebé, pues solo liberándose del mismo aprenderá a agarrarse voluntariamente a otras cosas. Por esta razón, ofrezca los dedos al bebé para que los pueda agarrar y levante suavemente las manos hacia arriba, levantándolo cada vez más.

Perciba el “progreso” de verse poco a poco libre de ese “complejo” genético. Los ejercicios diarios, flexionando levemente los dedos del bebé, van liberándolo poco a poco de esa herencia. Además, es muy importante dar masajes suaves y delicados en la palma de la mano del bebé, no olvidando nunca estirar suavemente el dedo de cada mano. Después, haga ejercicios de masaje y estiramiento leve de cada dedito de los pies.

Con seis meses o un poco más, el bebé ya consigue mantener abiertas las manos buena parte del tiempo, evidenciando que ya ha superado su “complejo de agarrar”.

Haga cosquillas en la palma de sus manos y en la planta de los pies, ofreciéndole objetos blandos para que pueda manosearlos. De vez en cuando, alterne las manos desnudas con un guante.

En determinados aspectos, podríamos decir que un bebé nace con más de 150.000 años de vida, pues lleva en su bagaje hereditario una serie de “recuerdos” conquistados por sus antepasados y preservados por ser útiles para la adaptación al ambiente. Entre esas herencias, merece destacarse el “reflejo de aprehensión”, manifestado por la capacidad de agarrar los dedos del adulto, sin querer soltarlos. Este reflejo es un recuerdo de los tiempos de la sabana, cuando agarrarse de los pelos del cuerpo materno y permitir a la madre tener las manos libres constituía una estrategia de supervivencia.

4. PERSONALIDAD Y AUTOESTIMA

Hay buenos motivos para creer que un ambiente enriquecido estimula favorablemente el cerebro de un niño pequeño. ¿Pero qué se entiende por “ambiente enriquecido”?

Un espacio con colores suaves y no pesados, en el que predominen objetos blandos y no ásperos, personas que hablen bajo y cariñosamente y no explosiones de risotadas o gritos, un lugar que propicie la interacción social con gentes diferentes, que facilite alternativas de juegos para que el bebé pueda escoger, que dé oportunidad para la exploración de sus sentidos (aunque no todos al mismo tiempo) y que presente siempre nuevos desafíos, ni demasiado difíciles ni demasiado fáciles.

Los padres constituyen siempre el modelo más eficiente para sus hijos y, por eso, a ellos les cabe la responsabilidad esencial de desarrollar en el bebé una imagen de interacción plena con adultos que lo aman. Esta interacción debe estar apoyada en cuatro “pilares” esenciales: *amor, seguridad, protección y confianza*, y que siempre que sea posible, *enseñen más con el ejemplo que con palabras y tengan los ojos atentos para elogiar con entusiasmo todo progreso efectivo*.

Aunque el bebé no pueda “descifrar” sus palabras de entusiasmo, es capaz de interiorizar momentos de conquista expresados por quien lo ama.

Recuerde siempre que elogiar es diferente de adular.

La manera a través de la cual el bebé va a absorber los fundamentos de estos pilares en sus modelos esenciales es a través de la sonrisa, la voz tranquila y dulce, un contacto físico estimulante que se refuerza por besos muy leves pero tiernos, muchos abrazos y la *constante repetición de su nombre*.

Pero es importante que los padres no se dejen engañar: todo bebé, como ser humano que es, tiene sus momentos de fastidio e irritación que no resuelve ninguna caricia; pero amar es justamente saber comprender esos momentos con calma, buen humor y paciencia; sobre todo mucha paciencia.

Nunca imponga una forma única de actuar, amóldese a la manera de ser del bebé; ya habrá tiempo para enseñarle el “no”. No trate nunca de generalizar y pensar la simpleza de que “todos los niños son iguales”. No existen seres humanos semejantes, un bebé siempre es diferente de otro bebé.

5. ÁREA SOCIAL

“¡Eh, papá, mamá, estoy aquí... jugad conmigo... sonreídme... vamos a hablar un poco!”. Eso es lo que el bebé trata de decir a quienes lo rodean, cuando hace ruidos con la boca, mueve sus bracitos, abre y cierra la boca.

Con un año, ya es capaz de volver la cabeza y dirigir la mirada cuando hablan con él, pero, *desde que nace, el bebé es un ser social, que necesita múltiples interacciones*.

Mucho antes de dominar palabras para expresar sus sentimientos, los bebés viven una experiencia con sus padres, hermanos y quienes los cuidan, recibiendo en esa interacción señales de amor o crueldad, apoyo o destrucción, diálogo u órdenes. A través de esa experiencia, van construyendo poco a poco un mapa mental que guiará su vida social y emocional e influirá en casi todos los procesos de sus pensamientos.

⇒ ***Una conversación de desnudos***

El contacto de piel con piel es extremadamente importante como instrumento de reconocimiento y, por eso, una primera experiencia social del bebé es descansar sin ropa sobre el cuerpo también sin ropa del padre y de la madre, sintiendo la comunicación del contacto, el olor de la piel, percibiendo en toda la dimensión de sus poros el cuerpo de quien lo ama. En esa ocasión, se va nombrando las partes del rostro y de su cuerpo que el bebé toca.

⇒ ***Toda exageración está permitida***

No tema exagerar sus relaciones con el bebé, produciendo con la boca ruidos similares a los que él produzca, abriendo grandes sonrisas, haciendo cosquillas y asociándolas a expresiones faciales diferentes.

Acompañe sus movimientos de cabeza, sus ejercicios de aproximación y alejamiento. Son pasos seguros para una interacción social significativa e imprescindible para los primeros meses de vida.

⇒ ***Preséntele a él mismo***

Una actividad simple, pero muy importante para la relación social del bebé, es utilizar un espejo, colocándolo delante del niño y repetir tranquilamente su nombre, como quien hace una presentación. Señálelo a él y el espejo, diciendo su nombre, y señale hacia usted y al espejo diciendo su propio nombre. Si pueden participar en este rito de presentaciones otras personas amigas o miembros de la familia, es mucho más interesante y muy estimulante. No espere que el bebé pueda demostrar que ha aprendido algo; satisfágalo mostrando que el mundo está lleno de personas y que las personas son diferentes.

⇒ ***Paseos a lugares nuevos***

Dé al bebé la oportunidad de descubrir lugares nuevos, aunque sencillos. “Preséntele” hoy este rincón de la sala; mañana, aquel jarrón de flores; en otra ocasión, la bella yedra trepadora que se extiende por el muro, proporcionándole descubrimientos nuevos, desafíos diferentes. No se extrañe si el bebé no reacciona bien con personas diferentes. Eso es natural, pero es preciso demoler poco a poco esa barrera.

6. LENGUAJE Y PENSAMIENTO

Solemos creer que los pensamientos no son “cosas materiales” y que, por tanto, son diferentes de los músculos, que se sienten, se ven y se palpan. Se creía, así, que los pensamientos no podrían estimularse.

Esta percepción constituye un error que hoy día no puede mantenerse. Todos los pensamientos que nos llegan poseen “*propiedades físicas*”, emiten señales eléctricas que atraviesan todo el cerebro, liberando agentes químicos. Prueba irrefutable de esta certeza es que, cuando nuestra mente está sobrecargada de pensamientos aprensivos, sentimos que nuestro sistema límbico está afectado y perdemos el apetito, adquirimos una irritabilidad incontrolable y, algunas veces, no se está lejos de un mal terrible, que es la depresión.

Suponer que no podemos estimular pensamientos es como creer que la luz del sol no existe, solo porque no podemos tocarla.

Nunca habla de más quien habla con un bebé y, por ese motivo, hay que aprovechar todas las oportunidades. Sepa aprovechar los momentos de higiene y de alimentación para ir conversando con el bebé, siempre en tono de voz cariñoso y suave, pero también muy expresivo.

Procure ir aprendiendo paso a paso el “lenguaje” del bebé, distinguiendo cuándo manifiesta momentos de hambre, cansancio, dolor o incomodidad, no retrasando nunca la atención esencial, hablando siempre en voz baja, en la medida en que lo tranquilice.

No piense que su conversación puede cansar al bebé; si eso ocurre, y pasa muchas veces, él sabe desligarse y “vivir su mundo”, mientras que usted, hablando, piensa que es su mundo el que está viviendo.

Una verdad que ya no se discute es que, cuando se expone desde muy pronto a un bebé a un ambiente lingüístico rico y diversificado, se le está transmitiendo mucho más que un vocabulario; supone *la estructuración de todo un mecanismo cognitivo del cerebro y los fundamentos con los que el niño y, en el futuro, el adulto leerá y comprenderá la diversidad de pensamientos y las personas que los producen.*

⇒ **Trabajar sus rabietas**

Los sentimientos de rabia en un bebé se manifiestan por primera vez hacia los cuatro meses o incluso un poco antes, y se evidencian cuando la supervivencia y el bienestar se encuentran amenazados. Casi siempre aparecen como una respuesta física: sudor, rubor, respiración difícil y rápida y llanto alto e impertinente. Una manera errónea de trabajar ese sentimiento es desarrollar una autoprotección excesiva, haciendo que el bebé exhiba esa manifestación siempre que trate de llamar la atención.

La rabia del bebé nunca debe desencadenar sentimientos de rabia en el adulto, para no generar un intercambio gratuito de agresiones que no conducen a nada. Antes bien, es importante que despierte incluso

un sentimiento de alivio en los padres, por percibir que el bebé ya consigue alertarlos emocionalmente acerca de sus necesidades.

Lo esencial es interrogarse acerca de las causas de la aparición de ese sentimiento, tratando de atenuarlas. ¿Será hambre, el pañal mojado, ruido excesivo en el ambiente, sed? No importa, *no considere la rabia como rabia, sino como una petición. Si puede, atiéndala.*

⇒ **Presentar palabras nuevas**

No pierda la oportunidad de presentar palabras nuevas al niño, denominando de forma tranquila y segura las partes de su cuerpo, los alimentos que consume, cacharros de cocina, artículos del baño e incluso el nombre de los dedos, lo que es su boca, su nariz, abriéndole los ojos al mundo de las palabras. Sonría siempre al bebé cuando haga esta presentación.

El objetivo de estas actividades, al contrario de lo que se podría pensar, no es que el niño aprenda estos nombres. Eso es imposible, pues su memoria aún no está preparada para ese desafío. La importancia de esa actividad es el *ejercicio de vocalización*, el introducir la idea de que los adultos viven como peces en un acuario de palabras. Es importante, ejercitar sus pensamientos para la diversidad de sonidos y expresiones, pues aún es temprano para comprender la simbolización.

⇒ **Inventar otra lengua**

Invente un sonido, asociado a un gesto, un objeto, un grabado y, una o dos veces por semana, presente al bebé el objeto con su sonido correspondiente. Así, por ejemplo:

- Brazos estirados hacia los lados = avión.
- Brazos estirados en movimiento = pájaro.
- Lengua fuera, jadeando = cachorro.
- Pulgar hacia arriba en dirección a la boca = beber agua.
- Rascar las axilas = mono.

Y otros que se le ocurran, sin exageración, para que el bebé pueda incorporarlos progresivamente.

Si lo prefiere, cante junto al niño diferentes canciones, una para cada lugar por el que paseen.

No importa que, después de pasado algún tiempo, deje de practicar esa actividad. Su objetivo es *estimular el mecanismo de asociación cerebral* y, con este invento, el proceso se perfecciona progresivamente.

⇒ **Risas y lágrimas**

Como tantas veces repetimos, “un niño nunca es absolutamente igual a otro”, pero, en un punto al menos, todos se igualan: todos los niños lloran y todos los niños ríen. Es importante que quien conviva habitualmente con el niño sepa identificar los principales tipos de risas y de llantos, para intervenir y ayudar de forma correcta.

RISAS	LÁGRIMAS
Avergonzada Es una sonrisa tímida, acompañada generalmente por un leve rubor en la cara. Es corriente cuando el niño siente vergüenza al recibir una reprensión o un elogio. ✓ <i>Encárela con naturalidad y, si el motivo fue una crítica, explíquela sin rabia por qué le criticó. Si la risa fue provocada por un elogio, de manera discreta, compare al niño con otros mostrando qué bonito y placentero es recibir un elogio.</i>	Rabieta Es un acto de astucia, una acción inteligente del niño para hacer prevalecer su voluntad, para subyugar al adulto, cuando demuestra enfado por sentir envidia o por una prohibición que no le gusta. ✓ <i>No se deje engañar. Reaccione a esa rabieta con calma, con una sonrisa, pero con firmeza. Si usted quiere que esté en el sofá y él se empeña en quedarse en el suelo, sea firme y no se deje sobornar.</i> <i>Apague la luz de la habitación y déjelo llorar hasta que se convenza de que usted da seguridad.</i>

RISAS	LÁGRIMAS
Social Es una manifestación de sonrisa cuando el niño quiere hacerse agradable y ha aprendido ya a contentar a los adultos. ✓ <i>Valore esta manifestación, sonriendo al niño y demostrando de una forma sutil de elogio. Haga que se sienta bien, demuestre que reconoce su esfuerzo por querer agradar.</i>	Malestar Es el llanto cuando algo está mal, cuando el niño tiene miedo o experimenta una situación de incomodidad. ✓ <i>Procure descubrir la causa de ese llanto, hágale olvidar la acción que esté mal, cambie de juguete, confírmelo su presencia con palabras dulces. Deje que pase el llanto, aunque tarde un poco.</i>
Abierta Es una clara demostración de felicidad, de alegría intensa, de emoción placentera. Es una risa explosiva que, en muchos casos, se transforma en una carcajada. Es una señal de que le está gustando el juguete o descubriendo una travesura interesante. ✓ <i>No la reprima, pero no insista ni exagere como dando preferencia a esos momentos para no hacerlos banales.</i>	Dolor En los niños, el dolor no se manifiesta solo cuando se hacen daño, sino también cuando tienen sed, frío, hambre o les sofoca tener un exceso de ropa. Ocurre también cuando quieren dormir y hay algún obstáculo que impide la necesaria calma. ✓ <i>Procure descubrir la causa de esa incomodidad y trate de eliminarla de la mejor manera posible. No se sorprenda si las lágrimas continúan durante algún tiempo después de solucionarlo.</i>

7. CONTROL DE ESFÍNTERES

No es conveniente imponer al niño el uso del orinal o del retrete antes de un año, acelerando un proceso que ocurrirá de forma natural. Pero es esencial reafirmar que, como no existen dos bebés iguales, algunos dejan los pañales antes que otros, generalmente las niñas antes que los niños. Es importante no mostrar nunca insatisfacción si se retrasa el abandono de los pañales ni decepción si ayer pidió usar el orinal y hoy se olvida.

Solo a edades más avanzadas volveremos sobre este tema, sugiriendo procedimientos adecuados a los padres y educadores.

CÓMO “NO” SER UN BUEN ESTIMULADOR

Si estos pequeños epígrafes que incluimos al final de cada capítulo fuesen destinados a los niños, no los iniciaríamos con un “no”; preocupándonos mucho más por el refuerzo positivo que por el estímulo negativo. Pero, como se destina a los mediadores adultos, no nos atemoriza el “no”, pues su clara intención es dar un “tirón de orejas” a quien le fue concedida la alegría y el privilegio de educar y no asume esa circunstancia por omisión o pereza.

Vamos, pues, con pocos escrúpulos y mucho afecto, a finalizar este capítulo dedicado a los bebés de entre 0 y 5 meses, con esa crítica. Presentamos a continuación *12 errores frecuentes* que nos ayudarán a caer en la cuenta sobre cosas que *no* debemos hacer.

1. Huir de lecturas y publicaciones sobre los descubrimientos cerebrales y sobre estímulos.
2. No buscar nunca estrechar lazos con “grupos de apoyo”, reuniéndose con padres y educadores que trabajan con esta franja de edad, enseñando lo que aprenden aprendiendo con quien tiene algo que enseñar.
3. No propiciar a los bebés espacios para que exploren y descubran las habitaciones, el césped, el patio.
4. Agradecer el privilegio de contar con un “niño buenecito”, que acepta quedarse durante horas en la cuna, inmovilizado y sin “enfadarse”.
5. Horrorizarse con el alboroto y considerar que la casa bien arreglada es más importante que un niño libre.
6. Obsesionarse por la higiene excesiva y la esterilización integral, evitando que el niño juegue con arena, barro o hierba, o que gatee por todos los espacios que pueda.

7. Creer, como se pensaba años atrás, que los niños nacen con la “mente vacía” y “predestinada” y que la única función del adulto es esperar que su inteligencia pueda brotar.
8. Economizar elogios, por considerar que los aplausos y los mimos pueden perjudicar al bebé.
9. Detestar que el bebé llore, desalentándolo, cuando la alternativa mejor es abrazar y confortar, reconociendo el pleno derecho a las lágrimas.
10. Creer que el buen educador es quien sabe ser “duro” y “áspero”, no “dando blandura” al bebé, cuando lo cierto es ser firme, enseñándole el “no”, pero sin usar jamás el “no porque no”.
11. Creer que su experiencia es suficiente para evitar buscar ayuda (pediatras, educadores, psicólogos, fonoaudiólogos, etc.) cuando sea indispensable.
12. No conversar con el bebé, no propiciar nunca un “baño de sonidos”, colores y olores por considerar que es muy pronto para ello.

2. De los cinco a los nueve meses

LOS MÁGICOS CAMBIOS CEREBRALES DESDE LOS CINCO A LOS NUEVE MESES

Déficit de atención, hiperactividad, algunas formas de autismo, trastornos de hábitos alimentarios, ansiedad, depresión, esquizofrenia, etc., son términos que denominan un monto de problemas que nos rodean y nos limitan. Antiguamente no se sabía qué causaba estos males y una nube de silencio rodeaba de miedo y de aprensiones a los padres que ansiaban tener hijos. Actualmente, estas palabras aún asustan, pero los estudios sobre el cerebro humano comienzan a desvelarlas.

Las razones de esos males pueden ser muchas, pero tienen un punto en común: *están siempre ligadas a experiencias traumáticas vividas en la primera infancia*. Estudios recientes no dejan ninguna duda de que el abandono, la agresión, la indiferencia, la desatención influyen decisivamente en las conexiones neuronales del cerebro infantil y en el equilibrio de neurotransmisores, ocasionando alteraciones capaces de aumentar de forma significativa la vulnerabilidad a trastornos específicos que van a manifestarse durante toda la vida.

Desde hace algunas décadas ya se sabe que las experiencias de aprendizaje en la primera infancia con sólidos contenidos afectivos dirigen el desarrollo del niño y se reflejan de forma positiva a lo largo de toda la vida. Aún es difícil saber cómo ayudar significativamente a adolescentes y adultos víctimas del desapego en la infancia, pero ya

no cabe duda de cómo trabajar para que algunos de esos males no ocurran nunca.

Hace años, era corriente que las madres permanecieran la mayor parte del tiempo con sus hijos e, incluso desconociendo procedimientos estimulantes, esa presencia, en muchos casos, transmitía seguridad emocional al bebé y desarrollaba en él un acentuado sentimiento de protección.

Hoy día, las cosas han cambiado bastante; la mayor parte de las mujeres que trabajan salen de casa antes de que el niño cumpla un año o, si permanecen en casa, muchas se “sumergen” en sus trabajos como si estuviesen ausentes, y esa distancia afectiva ha de ser compensada, cuando sea posible, escogiendo a niñeras emocionalmente afectivas y esencialmente preparadas, y también un ambiente estimulante o, mejor aún, escuelas infantiles en las que existan esas condiciones ambientales y la seguridad de esa afectividad.

Entendemos por niñeras o cuidadoras, emocionalmente afectivas, las que reúnen dos condiciones esenciales en sus comportamientos: que, efectivamente, les gusten los niños; y que sepan además cómo tratar sus desafíos y su obstinación, sus rabietas y sus caprichos.

A continuación, profundizaremos en algunos *elementos ambientales y afectivos* que consideramos imprescindibles para que el espacio de crianza y la guardería o la escuela infantil escogida puedan transformarse en esa simbólica y admirable “aula”. Veamos algunos aspectos muy importantes.

- *Es muy importante que las personas que frecuenten ese ambiente, incluyendo a los adultos y a otros niños, se comporten con serenidad y calma, y puedan transmitir un apoyo emocional extremadamente positivo.*

Los espacios en los que el niño pasa la mayor parte de su día deben tener las debidas proporciones y en ellos los pequeños deben gozar de cuidados más o menos similares a los que se tienen en los quirófanos y, del mismo modo que en éstos no se entra gritando o moviéndose sin armonía y cuidado, lo mismo se espera del ambiente en el que se desarrolla el niño.

Las personas estresadas, agitadas, que fuman, hablan en tono elevado, etc., no son bienvenidas en estos espacios.

- *En el hogar y en la escuela infantil, debe darse una segura orientación dietética, supervisada por el pediatra o especialista, y seguida con seriedad y firmeza, prescribiendo para cada niño la efectiva necesidad diaria de proteínas, vitaminas, sales minerales y calorías que deban acumular de cara a los desafíos que afrontarán.*
- *Entre los juguetes del niño es esencial que existan alternativas para el estímulo de todos los sentidos. Subrayamos a propósito la palabra “juguetes” para destacar que, en realidad, muchos objetos extremadamente ricos para estimular no son necesariamente “juguetes”, sino artículos de colores que pueden agudizar la sensibilidad de mirar, tocar, oler y escuchar.*

Es, pues, necesario que esos objetos, además de la imprescindible seguridad, —que no tengan puntas afiladas, no puedan ser tragados, no desprendan tintas, no permitan que el niño se ahogue, etc.— puedan alternar colores, producir sonidos, exhibir diferentes texturas al tacto; que desafíen la inmensa curiosidad del niño y que siempre se constituyan en elementos para su placer.

Como no se recomienda aplicar de forma simultánea estímulos diferentes, es interesante, cuando sea posible, que el niño no tenga a su disposición “todos sus juguetes” y que los padres promuevan una selección específica de algunos —sonoros, táctiles, de colores—, dejándolos a disposición del niño, y escondan otros, para hacer un relevo parcial de vez en cuando. Es importante en esa selección verificar si se están propiciando nuevos desafíos y que estos no resulten tan fáciles que permitan que el niño los supere de inmediato, pero también que no sean extremadamente difíciles, provocándole desánimo.

- *También es importante que se preste una atención especial al desarrollo del lenguaje del niño, repitiendo las palabras que use para designar a personas u objetos, valorizando ese balbuceo y estimulando sin prisa la trasposición de una a dos palabras y de éstas a la formación de pequeñas oraciones.*

Si el niño balbucea, por ejemplo: “aga” (agua), complete: “Francisco quiere agua” y así en lo sucesivo. Siempre que sea posible, converse con el niño usando frases cortas, pero pronunciadas con claridad. Steven Pinker (2002) enfatiza el error educativo imperdonable de algunos adultos que utilizan un lenguaje infantilizado, es decir, la lengua tal como la usa el niño, adulterando palabras en la disparatada suposición de que ese ejercicio pueda simplificar el nacimiento del lenguaje. Como es de esperar, esta práctica solo acaba perjudicado la aparición del mismo.

Aunque esta sea una fase inicial del desarrollo del lenguaje, es *imprescindible que se use el “yo” y el “tú/usted/vos” con frecuencia*. Esa actitud facilita que el niño ejercite una disociación importante entre él y el otro, y estimula su lenguaje interior.

- *No olvide que uno de los “juguetes” más saludables para un niño para que aprenda y practique la socialización son los otros niños, con intervenciones adultas restringidas que se limiten solo a eventuales extremos de agresiones.*

La antigua “ley de oro”, presente en todas las grandes religiones, vale para los fundamentos de esa intervención: “No permita que hagan al otro lo que no le gustaría que el otro le hiciese a usted”. En la observación de la relación social del niño con otros de su edad o de edades próximas, es importante que el adulto no “militarice” esas conductas, dejándolas fluir con espontaneidad y liberándose de expectativas. Si es posible, grabe las “conversaciones” del niño con el adulto o con otros niños y, después, hágaselas oír.

- *Del mismo modo que en nuestras relaciones sociales, también en los juegos individuales es importante ofrecer a los niños la oportunidad de escoger sus propias actividades. Como es natural que todo niño adore siempre los desafíos repetitivos —si oye una pista de un CD, siempre quiere oír la misma pista— muestre el buen sentido de aceptar con tolerancia, pero solo hasta cierto punto, esa repetitividad, proponiendo siempre otras alternativas.*

Entre las actividades que pueden sugerirse no se excluye la posibilidad de que el niño asista a un programa infantil o a la presentación

de una película, pero recuerde que esa actividad, aunque sea positiva para los estímulos visuales y para la observación de movimientos, constituye una función “observadora” del niño, siempre menos útil que las funciones activas, restringiéndola solo a algunos minutos diarios, en caso de que el niño demuestre placer y entusiasmo en esa actividad.

- *En el hogar, es importante la existencia de un cuaderno, un diario, que registre las conquistas y los progresos del niño, así como una síntesis de los estímulos promovidos. Si el pequeño asiste a una escuela infantil, será también importante la exigencia de informes frecuentes de lo que en la escuela se propone y cómo acompaña la actuación del niño en cada una de las propuestas.*

Sinceramente, no creemos que una guía que trate de trasladar algunas orientaciones a los padres pueda utilizarse como un “recetario” en el que todo lo que se presente haya que aplicarlo rígidamente. Del mismo modo que enfatizamos que cada niño es único e incomparable, esa misma diversidad se aplica a los padres y, por tanto, las sugerencias propuestas no deben servir para que se transformen en un “encorsetamiento” de las relaciones entre hijos y padres, sino más bien como un catálogo de sugerencias para su debida adaptación a cada niño, cada contexto, cada padre y cada madre, cada hogar.

1. ÁREA COGNITIVA

⇒ **Descubrir el pulgar**

Ayude al niño a usar el pulgar de una forma independiente de los otros dedos de la mano. Hágale agarrar objetos, siempre livianos, para que necesite utilizar el pulgar.

⇒ **Hummm... tengo un nombre...**

Ayude al niño a descubrir su nombre, comparándolo con otros nombres. Ponga a alguien a su lado (puede ser un juguete) y alterne

llamadas, llamando bien al niño bien al juguete, y de ese modo ayúde-lo a reconocer su nombre.

⇒ ***Descubrir la vida***

El despertar de la capacidad de comprensión es muy lento; por eso, las actividades propuestas nunca pueden considerarse como un test para averiguar si el niño aprende o no, sino como ejercicios para los que no se busca una evaluación, sino simplemente una voluntad de despertar el pensamiento.

Ayude al niño a descubrir un insecto, llamando su atención por su desplazamiento. Muéstrole un cachorro, imite sonidos, ayúdele a establecer asociaciones. Si puede, diga, por ejemplo, “guau-guau” en relación con un perrito de juguete y después, al ver un perro de verdad, repita esos mismos sonidos, ayudando al establecimiento de las asociaciones.

Muéstrole al niño una flor auténtica y una flor artificial, haciendo que palpe las dos, comparando su textura, su aroma y, poco a poco, percibiendo diferencias. Pronuncie la palabra “flor” para referirse a ambas.

2. ÁREA SENSORIAL

⇒ ***La lengua del animal***

Haga que el niño compare los sonidos emitidos por seres diferentes. Repita su nombre varias veces, hablando bajo y muy despacio; señale después un caballo (aunque sea de juguete) y diga “i-i-i-i” para que vaya distinguiendo los sonidos del habla humana del lenguaje de dos o tres animales.

⇒ ***¿Dónde está?... Ahí está***

Juegue siempre a “dónde está” o “cucú-trás”, escondiéndose detrás de una toalla o de una cortina, reapareciendo después. Cambie de

lugar, haciendo que lo acompañe el pequeño. Siempre que sea posible, pida a otras personas que repitan el mismo juego, llevándolo a pensar que esa propiedad de desaparecer y aparecer no es inherente a una única persona.

El niño se siente más seguro en presencia de las personas con las que más convive; por eso es interesante, siempre que sea posible, llevarlo consigo mientras se hace algún trabajo. Vaya alejándose, poco a poco, y percibiendo cómo reacciona a una distancia mayor o menor. Haga esa misma experiencia con otras personas con las que conviva el niño.

Pasee con el niño por diferentes puntos de la casa, sin dejar de conversar y nombrando los objetos. Déjelo después en un lugar y hable con él de diferentes puntos de la casa por donde lo haya llevado.

⇒ ***Unidad/cantidad***

Haga convivir al niño con la diferencia que encierra la “unidad” y la “cantidad”. Preséntele una bola (u otro juguete cualquiera); después, algunas bolas; vuelva más tarde a presentarle solo una. Para facilitar esta actividad, deje una bola y varias bolas debajo de toallas diferentes; retire una toalla, después la otra y, cuando note que su mirada lo sigue atento, vaya cambiando la cantidad de bolas bajo una de las toallas.

⇒ ***De una mano a otra***

Enséñe poco a poco al niño a pasar objetos de una mano a otra, sonriendo con un aplauso cada vez que tenga éxito. Deje también caer objetos delante de él para que pueda seguir la caída con la mirada. Alterne situaciones, haciendo que, unas veces, el objeto caiga sobre una alfombra y no haga ruido y otras caiga sin la alfombra, haciendo ruido. Si mostrase interés, realice la actividad varias veces.

Las actividades que ponen objetos en las manos del niño y los retiran luego son el primer paso para despertar el sentido de propiedad, esencial para que, más tarde, pueda pasar un objeto a otra persona, aprendiendo a compartir.

Ponga un pañuelo cerca del rostro del niño y anímelo a que agarrar ese pañuelo, haciendo que cierre los dedos en torno al pañuelo. Si no quiere soltarlo, utilice un segundo pañuelo y vuelva después al primero.

⇒ ***Sonidos distintos***

Ayude al niño a percibir los sonidos altos y los sonidos bajos. Con una música suave, vaya aumentando el sonido hasta cierto límite, redúzcalo progresivamente después y auméntelo nuevamente. Realice esta actividad varias veces para que el niño perciba que hay ruidos bajos, muy bajos, altos y muy altos.

3. ÁREA MOTORA

Para que, más tarde, el niño camine sin problemas, es interesante ayudarlo a desarrollar sus músculos y, para ello, son de interés algunos ejercicios que lo lleven a soportar su peso sobre las extremidades. Estimúlelo a apoyar lo menos posible la barriga en el suelo.

⇒ ***Aúpa***

Agarre al niño por debajo de los brazos y ayúdelo a dar saltos arriba y abajo. Alterne estos ejercicios en la cama (superficie blanda) y sobre una estera o alfombra (superficie dura).

Con el bebé boca abajo, ayúdelo a mantenerse erguido y soportar el peso de su cuerpo con las manos. Haga que, en esa posición y de vez en cuando, balancee el cuerpo hacia delante y hacia atrás.

⇒ ***Manos apretadas***

Ponga un objeto blando en la mano del niño; cierre después sus manos y apriételas un poco con las suyas, comprobando si consigue mantener la mano cerrada. Repita la actividad muchas veces y, cuando

lo consiga, elogie su esfuerzo y procure repetir la actividad utilizando las dos manos.

Juegue con el niño dando y quitando objetos de su mano, animándolo a dar ese objeto a otros sin tirarlo; un poco más tarde, haga que transfiera el juguete de una mano a otra.

Enséñelo a agarrar el biberón con las dos manos. Aplauda su éxito. Trate, después, de enseñarle a agarrarlo solo con una de las manos. Vuelva a la experiencia con las dos.

Lo importante no es la evolución de agarrar con las dos manos a agarrar con una solo. Es interesante que agarre siempre con las dos manos; el ejercicio solo pretende desarrollar mejor la capacidad motora independiente de las dos manos.

⇒ **Gateo**

Entre ocho y diez meses, el niño comienza a gatear y, para ello, es importante estimularlo para que se tumbe, se siente y se ponga a cuatro patas. Elógielo, aplauda sus esfuerzos, ponga juguetes no solo a su lado, sino a su espalda o más distantes, animándolo a buscarlos y aumentando progresivamente sus esfuerzos para imprimir rotaciones al cuerpo.

Póngalo en posición de gatear y llámelo por el nombre, incentivándolo y elogiándolo siempre que lo consiga. Ayúdelo extendiendo los brazos en su dirección y, a veces, lanzando un objeto y aplaudiendo su búsqueda.

⇒ **Pim, pam, pum**

Deje que el niño use cucharas, tapas y ollas y que haga ruido. A los ocho meses, adora las actividades como ésta y, atraído por los sonidos, desarrolla su capacidad de agarrar objetos. Si observa que el niño se muestra receptivo, enséñele a apilar un objeto sobre otro, fijándolo en sus manos y ejecutando este proceso, para que, poco a poco, busque la imitación. Comience con dos objetos, aumentando después su número. Alterne la diversidad de objetos, ampliando el poder estimulador de esta experiencia.

Usted puede, por ejemplo, colocar dos piezas iguales, una al lado de la otra, amontonándolas. Vaya aumentando poco a poco el número de piezas.

4. PERSONALIDAD Y AUTOESTIMA

El sentido de *identidad e independencia* del niño aumenta siempre cuando identifica su nombre repetido por la madre y por otras personas conocidas o a quienes lo presentan; junto con este ejercicio es también esencial *incentivarlo para que coma solo y con la mano*. Es mejor siempre ponerle los alimentos sólidos en su mano que dárselos directamente en la boca.

El sentido del humor, es decir, la capacidad de encontrar la gracia a situaciones inesperadas es esencial para el pensamiento, para las interacciones sociales y, más tarde, para el aprendizaje significativo. Una explosión de risa activa diferentes regiones del cerebro, y la voluntad de reír al ver a otros riendo activa el *nucleus accumbens*, despertando sistemas de placer y recompensa.

⇒ Un payaso a su disposición

Sorprenda al niño apareciendo a veces con un sombrero diferente, otras veces con una bola en la nariz o una peluca de color no convencional. Vea cómo reacciona el niño y trate de hacerlo reír con esos juegos. Si surte efecto, prográmese para hacerlos una o dos veces por semana.

⇒ Vestir/desnudar

Incentive al niño, poco a poco, para que asuma la responsabilidad parcial de vestirse y desnudarse. Abotone, por ejemplo, tres botones y deje, ayudándolo, que se abotone lo que falte; quítele una manga de la camisa y pida su ayuda para quitar la otra. Esa acción es muy importante para llevar al niño a *colaborar* en sus acciones con otros, pero también para fortalecer su sentido de *independencia*.

⇒ ***Cambio de manos***

Usar la mano derecha o la mano izquierda no interfiere para nada el desarrollo de un niño y, por fortuna, ya ha pasado mucho tiempo desde que padres y profesores forzaban el uso de la mano derecha. No se trata de forzar para cambiar una tendencia, pero, al observar cuál es la mano o el pie de preferencia del niño, estimúlelo, de vez en cuando, para que cambie la mano o el pie, jugando a usar durante unos segundos el izquierdo, cuando el preferido sea el derecho; o chutar una pelota con el pie derecho si el izquierdo es el que más usa.

La preferencia por esta o aquella mano o por este pie o aquel es una cuestión de uso hemisférico cerebral y, cuando alguna vez tratamos de hacer con un miembro lo que es habitual con otro, además de estimular el uso del tacto y del movimiento, promueve combinaciones que estimulan el hemisferio cerebral dominante. Es evidente que esa actividad nunca puede ser “forzada”; el niño tiene que sentir que es un juego alegre y atractivo, con reglas diferentes.

⇒ ***Figuras boca abajo***

En esa misma línea de estimulación y con el mismo objetivo, es bueno, en algunas ocasiones, mostrar al pequeño fotos de personas conocidas o figuras, boca abajo. Actuando con naturalidad, como quien cuenta una historia, la secuencia de ilustraciones vistas desde el ángulo inusual es también un ejercicio estimulante para el hemisferio cerebral no dominante.

5. ÁREA SOCIAL

Aprenda a conocer bien el llanto del niño y sus reacciones. Perfecciónese en la tarea de asociar el llanto a sus deseos y reacciones. Nunca imponga normas a las lágrimas; aprenda a conocerlas. Es el primer paso para saber enfrentarse a ellas más adelante.

Hacia los seis meses, el niño adquiere una mayor voluntad y comienza a desarrollar gestos personales, que pueden ser percibidos

por la demostración de querer que lo tomen en brazos al levantar los suyos. A esa edad, empieza a surgir la sensación de miedo al extraño, prefiriendo responder a algunas, pero no a todas las llamadas para cogerlo. Es prueba de que el niño está conquistando una mayor conciencia de su “yo”.

⇒ ***Tocar y murmurar***

Con el niño colocado de espaldas, póngase sobre él, acercándole su rostro. Tome una de sus manos y tóquela, sintiendo su piel, observando sus expresiones. Estimule el tacto por diferentes partes del rostro, respondiendo a todos los sonidos y murmullos pronunciados por el bebé. Es interesante alternar rostros masculinos, más duros, con rostros femeninos.

⇒ ***Títeres***

Invente escenas de teatrillo de títeres que simulen situaciones sociales, utilizando marionetas o títeres de dedo. Muestre cómo se saluda, cómo se despide, escondiéndose un títere de otro. Si puede, acompañe esa escena con palabras, ruidos con la boca, simulando un escenario musical. Una opción es siempre, al desarrollar esta actividad, dejarse acompañar por una música de fondo.

Si el niño está solo en la cuna, aproveche para poner una música no cantada y con sonido suave. Observe si la música ejerce o no algún tipo de efecto (somnia, por ejemplo) y así, poco a poco, vaya coleccionando músicas para diferentes momentos de ocio del niño.

⇒ ***Descubrir la propia voz***

Si puede, grabe el habla del niño y muéstrole después la grabación. Vaya ayudándolo, poco a poco, a distinguir el sonido de su propia voz, de la voz de usted, de otras voces.

Permita que compare el sonido del habla grabada con el habla oída directamente.

⇒ **Un horario fijo**

Un niño de cuatro meses empieza a aprender a esperar. Ya es capaz de captar un espacio de tiempo mayor y adaptar los ciclos de sus necesidades a los horarios de sus cuidadores. Con este aprendizaje descubre que *puede jugar solo*.

Ayúdelo a tolerar su impaciencia y descubrir sus motivaciones para hacer cosas él solo. Retrase un poquito y después un poco más, sus respuestas a las llamadas del niño, ayudándolo a descubrir que es capaz de esperar. Ayúdelo también a modular sus peticiones y sus gritos. Cuando llore de forma estridente, hable con él en voz baja y sonriendo, observando que la repetición paciente de los actos de esa naturaleza va suavizando poco a poco el tono de sus protestas. Para que ese aprendizaje de espera se concrete, *tenga horarios fijos* para el baño, las comidas, y todo lo que sea necesario.

6. LENGUAJE Y PENSAMIENTO

⇒ **Espejo**

Coloque al niño frente a un espejo, diga su nombre señalando el espejo y hacia él, haciendo que descubra que es la misma persona. Repita el proceso con otras personas.

⇒ **Un árbol**

Nombre junto al niño las cosas de la naturaleza. Haga que, poco a poco, descubra lo que es un árbol, una flor, el día y la noche, la lluvia y el viento.

Para llevar al niño a ese descubrimiento no basta una actitud ocasional, sino un verdadero proyecto de descubrimiento y redescubrimiento que se procese siempre, que se repita con insistencia. Ante la naturaleza, procure imitar el sonido del viento, de la lluvia y vea si el niño puede hacer también esas imitaciones.

⇒ **Fichas de juego**

Con fichas grandes de juego, ayude al niño a percibir que existen colores diferentes. Muéstrole (sin dejar que se las meta en la boca) diferentes fichas, diferentes chapas, diferentes tejidos. Esconda un fragmento de una hoja de papel debajo de una ficha de determinado color; en otra ocasión, observe si es capaz de descubrir debajo de la ficha de qué color se oculta el fragmento de hoja escondido.

⇒ **¿Eres capaz de agarrarlo?**

De vez en cuando, es un juego muy útil ofrecer un juguete a un niño de seis meses, pero dejándolo más alto de lo que él pueda alcanzar, preguntándole: “Aquí está tu sonajero. ¿Podrás cogerlo?”.

Este retraso del cumplimiento del deseo de un bebé puede producir, en el caso de los más agitados, la protesta de un llanto, pero, ciertamente, lo estará ayudando a *descubrir que es capaz de esperar*, aunque por breve tiempo.

Es claro que se le dará el juguete, más claro aún que los mediadores a los que no les gusta vivir la ansiedad tampoco les gusta despertarla en los niños, pero la actividad ayuda a desarrollar recursos cerebrales que, más tarde, podrán ser muy útiles para dominar sentimientos de expectativa, angustia o rabia.

⇒ **Descubrir el sentido del “no”**

Cuando, hacia los ocho meses, un bebé aprende a gatear, se transforma en un incansable explorador, yendo del televisor a la mesa con los vasos y de esta al baño.

En esos momentos, es importante acompañarlo, estimulando positivamente lo que es posible tocar y descubrir, y recibiendo un *no* cuando se acerque a cosas peligrosas o prohibidas.

No importa que proteste con rabia si se le impide; en ese momento está buscando en realidad *seguridad en su firmeza y aprendiendo que puede contar con un adulto para administrar la seguridad de lo posible y lo imposible*.

⇒ **Protección y superprotección**

Proteger al hijo es acción común a todas las especies, sobre todo entre los humanos, dado que el bebé es una criatura por demás frágil; hasta los siete u ocho años, el niño no sobrevive sin protección. El peligro surge cuando esa protección se transforma en exageración, acercándose a una superprotección que sofoca la personalidad e inhibe el desarrollo del ser.

La tabla que aparece a continuación pretende mostrar lo que puede hacerse como una protección razonable y lo que debe evitarse para no caer en la sobreprotección.

PROTECCIÓN	SUPERPROTECCIÓN
Después de los seis meses de edad, de vez en cuando, el niño llora y quiere dormir en la cama de los padres. Usted acepta compartir con él su cama.	Dormir en la cama de los padres se convierte en hábito y, para evitar el llanto, en cuanto el niño lo reclama, usted lo lleva a su habitación.
Sabe que es saludable e importante para el desarrollo infantil que, de vez en cuando, pueda ensuciarse, jugando con arena, arcilla o, incluso, con un poco de fango.	Lleva su concepto de higiene a una casi obsesión y, de ese modo, nunca permite que el niño pueda ensuciarse o mancharse las manos. Nunca permite que ruede por el suelo o juegue con arena.
Una o dos veces por noche, se acerca a la cuna para ver si el niño está bien, arreglándole la colcha o soltando uno u otro lado del pijama que le aprieta.	Muchas veces durante la noche o incluso durante el sueño diurno, se acerca a la cuna y se angustia con pensamientos de que el niño pueda no estar bien.
Permite que, de vez en cuando, el niño pueda quedarse con parientes o amigos, o incluso participar en una fiesta sin su presencia inmediata.	No consigue controlar su impaciencia y se angustia al saber que el niño, incluso bien acompañado y cuidado, no está a su lado.
Se mantiene siempre atento a la salud del niño, llevándolo al pediatra cuando está resfriado o cuando pierde el apetito durante más de un día.	Presta atención insistentemente o corre al pediatra en cuanto el niño estornuda o rechaza el alimento en una u otra comida.

PROTECCIÓN	SUPERPROTECCIÓN
Permite que el niño tenga libertad para escoger éste o aquel juguete o que prefiera salir con una ropa diferente de la escogida por usted.	Hace de determinar que juguetes han de usarse en cada momento una cuestión absoluta y no admite que el niño se vista de acuerdo con sus gustos.
Pregunta al niño cómo le ha ido el día en la escuela y, de vez en cuando, pregunta a la maestra para saber cómo va el hijo en las actividades programadas.	Insiste en que el niño cuente con detalle lo que ocurre en cada momento en la escuela y se obstina en saber cómo se está desenvolviendo el niño.
Pide al pediatra o en el centro de salud orientaciones sobre la alimentación del niño, según los cambios correspondientes a cada fase de su desarrollo.	Se siente obligado a reforzar la alimentación temiendo que el niño enflaquezca, por lo que aumenta las “vitaminas” en cada papilla o biberón.

Algo preocupante ocurre cuando es ignorado el llanto de un bebé de cinco a ocho meses.

Si esto sucede alguna que otra de vez, de manera puntual, a una hora en la que es imposible atenderlo, esa llamada no oída no tiene importancia y hasta ayuda al niño a desarrollar una percepción temporal sobre sus peticiones.

Pero, si en la escuela infantil y en otros escenarios en el que los adultos estén dedicados a otras cosas, el niño con demasiada frecuencia no es atendido, el llanto se podrá hacer menos exigente y el niño empezará a esperar cada vez menos del adulto, lo que acarreará dos problemas: la quiebra del sentido de autoestima, y su llanto débil, corto y frágil indicará el descubrimiento de que es poco importante. Además, perderá el sentido de que “las personas se comunican” y, sin comprender la ausencia de respuesta a sus tentativas, descubrirá el fracaso en el esfuerzo para comunicarse.

La persistencia de agresiones como éstas va acallando el llanto, dejando la mirada cada vez más opaca, las expresiones faciales cada vez más inexpresivas. Se transforma tristemente en “un bebé buenecito”, consciente de su inutilidad.

7. CONTROL DE ESFÍNTERES

Aunque hasta un año, o incluso un poco más en muchos casos, el niño no sea capaz de controlar la orina y use pañales, siempre es interesante llevarlo de vez en cuando al váter para que vaya conociendo y, poco a poco, descubriendo el uso de ese nuevo elemento de la casa. Siéntese con él en la taza, esperando a ver si tiene ganas o no. No lo apremie, pero, si lo consigue, no olvide los elogios o el aplauso. No imponga nada, nunca lo presione para hacer lo que no puede. Ayúdelo, si muestra interés, sentándolo y quedándose a su lado.

CÓMO DESARROLLAR UN “PROYECTO DE ESTIMULACIÓN”

Un niño aprende, incluso cuando nadie le enseña; aprende porque oye, porque toca, porque ve, porque huele y, pasando así por la vida, va construyendo un inmenso repertorio de experiencias que constituyen “herramientas” para nuevos aprendizajes.

Un adulto no necesita a un profesional que le enseñe a respirar o a correr. Como esas acciones forman parte de su mecanismo biológico, las desarrolla como herencia que usa siempre que sea necesario. Pero, si no es esencial enseñarle a correr y a respirar, es innegable que, si dispone de un fisioterapeuta o profesor de educación física, éste podrá ayudarlo a descubrir errores en su forma de correr y de respirar y, de este modo, podrá aprender a hacer mejor lo que ya sabía hacer.

La segunda metáfora vale para la primera. Un proyecto de estimulación para un niño puede enseñarle algunas cosas nuevas, pero su mayor virtud será siempre *enseñar a hacer mejor lo que, de un modo u otro, espontáneamente, aprendería a hacer*. Por esa razón, un “proyecto de estimulación”, visto de forma superficial, puede parecer innecesario, porque la mayor parte de lo que se enseña, de una u otra manera, se aprenderá. Sin embargo, no es así.

Muchas cosas que hacemos en la vida no las aprendemos bien y, por eso, no es raro que nos arrepintamos de haberlas hecho así, pensando incluso que sabíamos la manera correcta de hacerlas. Esa es

una de las razones por las que defendemos la importancia de desarrollar un “proyecto de estimulación”.

No obstante, nunca nos olvidemos los siguientes consejos de cara a la implementación del proyecto de estimulación.

- ✓ *Tenga mucho cuidado con los excesos.* Es importante que estimulemos al niño, teniendo siempre en cuenta que *necesita descansar, mamar, dormir e incluso descansar sin tener nada que hacer*. Por eso los estímulos en exceso acaban causando estrés que neutraliza lo que se consigue desarrollar.
- ✓ *Reserve un tiempo específico para las actividades estimuladoras.* Las neuronas cerebrales se comportan más o menos como los músculos de un atleta y, por eso, solo ofrecen resultados significativos cuando son estimuladas con criterio. Las actividades estimulantes ocasionales, practicadas cuando el mediador aburrido no tiene otra cosa que hacer, funcionan como en el caso del atleta de fin de semana que no sabe explicar los dolores corporales que siente el lunes.
- ✓ *Escoja con criterio qué áreas estimular.* Estas pequeñas guías sugieren algunas áreas de estimulación. ¿Se utilizarán todas o solo algunas? Nada es cierto ni equivocado cuando se planea con serenidad y sentido común.
- ✓ *Respete siempre el nivel de madurez del niño.* Cualquier persona que se relacione con niños sabe que la dentición, el hablar y el caminar no ocurren cuando se desea, sino cuando cuerpo y cerebro están preparados biológicamente para esas funciones. Anticipar la madurez es un desgaste inútil, un esfuerzo perdido.
- ✓ *Saber hacer una lectura atenta de todas las señales emitidas por el niño.* Seguir el proyecto, verificando cómo reacciona el niño. Un proyecto es muy útil cuando el niño lo espera, lo desarrolla con alegría y se deja envolver por la suavidad.
- ✓ *Hable siempre, hable mucho y haga que sus palabras acompañen sus acciones.* Aún no se ha inventado una fórmula más

eficaz para estimular a un niño que hablar, conversar, sugerir, proponer, desafiar. No importa que el niño, por ser demasiado pequeño, no entienda lo que se habla; es esencial que descubra que se habla con él.

- ✓ *Enséñele a escuchar.* Muestre al niño la diversidad de los sonidos, el secreto de cada palabra, la intención en cada frase. Muestre que no solo hablan las personas, sino que el viento también habla, el mar brama y hasta el sol, a veces, parece cuchichear.
- ✓ *Convierta al niño en su cómplice en una lectura fantástica del mundo.* Los niños necesitan espacio, pero tienen que aprender a explorar los secretos de la alfombra, de la arena blanda, del césped húmedo y, a veces, hasta del agua y del fango.

3. De los diez meses al año y medio

LOS MÁGICOS CAMBIOS CEREBRALES DE LOS DIEZ MESES AL AÑO Y MEDIO

Cuando nace un niño, su cerebro solo tiene un 25% de su peso adulto, pero alcanza entre el 70 y el 80% de su peso final entre los diez meses y el año y medio de vida. Continúa creciendo más lentamente hasta que, en la adolescencia, es casi del tamaño de un cerebro adulto.

En esta fase, el crecimiento neurológico de un niño amplía considerablemente el desarrollo de sus actividades motoras e intelectuales; y aunque ese desarrollo tenga una programación genética, es muy importante la influencia ambiental, siendo moldeado por experiencias mediadoras. El término biológico para esa capacidad de transformación es *plasticidad*, que puede medirse estudiando las diferencias entre los números de células nerviosas y entre las conexiones desarrolladas entre ellas.

Ese enriquecimiento puede ser *mecánico* o *físico*, pero también *social*, dependiendo de la naturaleza de los procedimientos desarrollados por los muchos mediadores con los que el niño entra en contacto. En el grupo de los enriquecimientos físicos, además de la acción estimuladora que este libro sugiere, se incluyen, con importancia incontestable, las condiciones de higiene y de alimentación adecuadas.

En fases anteriores, el bebé ya aprendió a rodar sobre su cuerpo, a agarrar un sonajero u otro objeto, a sentarse sin ayuda, a permanecer en pie apoyado, a coger con los dedos un objeto; de los diez meses a un año y medio, con expresivas diferencias individuales, estará cier-

tamente andando, apilando cubos, saltando y muchos podrán incluso subir escaleras. En esta fase, comienzan a acentuarse las diferencias entre los niños y las niñas.

Los niños, en general, son físicamente más vulnerables que las niñas y, en contra de las apariencias, esa diferencia persiste durante toda la vida, aunque, en promedio, tengan un tamaño y un peso un poco mayores que las niñas. En la mayoría de los aspectos, son bastante parecidos, aunque conservando rasgos de una individualidad que no permiten generalizaciones.

Durante mucho tiempo se pensó que los niños eran más activos que las niñas, pero estudios posteriores rechazaron esta idea y hoy se sabe que la semejanza es muy grande incluso en cuanto a los *marcos de maduración*, así como en relación al momento de levantarse, de andar, hablar, desarrollar la dentición y otros.

Pero, si hay *semejanzas biológicas*, existen sensibles *diferencias en cuanto al desarrollo del cerebro*, que implican la personalidad y la relación social, sobre todo después del año y medio.

En la fase de diez meses a un año y medio, en general, los niños exigen más atención, son más impulsivos y exigentes, les gustan más que a las niñas las cosas prohibidas, prefieren arriesgarse más y son más impacientes. Las niñas, en cambio, son más estables emocionalmente, más tranquilas y buscan más el contacto visual y el “estar junto” al adulto.

Los niños prefieren jugar con el progenitor del mismo sexo y encuentran más atractivos los juguetes propuestos por el padre que por la madre. Prefieren acciones que impliquen movimientos, adoran jugar, correr, luchar, golpear, subirse en cosas, al contrario que las niñas, que prefieren acciones más suaves que les permiten explorar con más comodidad sus habilidades visuales y manuales. Tanto a los niños como a las niñas les atraen los iguales del mismo sexo y la mayoría solo se relaciona con alguien del sexo opuesto cuando se les estimula especialmente para que lo hagan.

No hace falta insistir en que las características y restricciones esenciales sobre el ambiente para el crecimiento de un niño hasta los nueve meses, como vimos en el segundo capítulo, son igualmente necesarias e imprescindibles también en esta fase.

1. ÁREA COGNITIVA

Una de las iniciativas estimulantes más importantes para la franja de edad de diez a dieciocho meses tiene que ver con *trabajar la imaginación del niño*. Con ese trabajo, estamos ayudando a la *formación de ideas abstractas*. Las actividades siguientes se orientan a esos estímulos.

⇒ **Primeras palabras**

Al oír las palabras del niño, tratando de dar nombre a las cosas, repita correctamente los sonidos pronunciados. Si, por ejemplo, el niño dice: “pa”, y quiere referirse al padre, muestre que comprende lo que está tratando de decir, pero repita con claridad: “papá”.

Cuando juegue con el niño, dé nombre a sus juguetes y explore su capacidad de identificarlos. Por ejemplo, si en una ocasión llama “carro” a una carretilla, pruebe a pronunciar de vez en cuando esa palabra con claridad, estimulándolo para identificarla. Ayúdelo, esperando algunos segundos después de pronunciar la palabra y, tomando la carretilla, pronuncie otra vez su nombre.

⇒ **Una visita hablada**

Un niño de diez meses a un año y medio comprende muchas más palabras de las que es capaz de pronunciar. Por eso, es siempre interesante, una o dos veces por semana, dar un paseo por la casa, por una plaza, por un lugar cualquiera, pronunciando con claridad los nombres de objetos y personas que llamen la atención del niño o que él mismo señale.

⇒ **Dónde está la barbilla, la nariz, la boca...**

Tome la mano del niño y haga que le toque su barbilla, su oreja, su nariz, sus ojos, repitiendo siempre: “Esta es la nariz de mamá [papá]”. Después, lleve su mano a tocar también la barbilla, la oreja, la nariz, los ojos del niño, explicando: “Esta es la nariz de Gonzalo”.

⇒ **“Sí”, “no”, “me gusta”, “no me gusta”**

Estimule al niño para que dé respuestas del tipo de “me gusta”, “bueno” o incluso “no me gusta”. Si, al darle un alimento, nota que le gusta, diga con claridad: “bueno”, repitiendo la palabra cuantas veces le proporcione ese alimento o esa bebida. ¡Haga siempre preguntas a las que tenga que responder “sí” o “no”!, sin que importe que la respuesta sea hablada o algún tipo de señal con las manos o con la cabeza.

Las actividades sugeridas más arriba no pueden considerarse nunca como un test o un desafío para que el niño acierte o no. En realidad, estas actividades están estimulando la memoria semántica del niño y por eso deben repetirse, no como quien espera el éxito de su consecución. La palabra, como señalamos antes, es el camino para el pensamiento y es importante que el niño oiga siempre muchas palabras, asociándolas a personas y cosas, creando así memorias de “significación”, es decir, transformar palabras en signos que designan objetos o personas.

⇒ ***La importancia del aplauso***

Aunque los estímulos propuestos no tengan que ver con aciertos o errores y, por tanto, se sitúen por encima de cualquier tipo de evaluación, siempre es importante aplaudir o sonreír cuando un niño consigue desarrollar alguna significación.

Por ejemplo, cuando decimos a un niño de diez meses a un año y medio “nariz” y él señala la punta de su nariz o la punta de la nariz de quien haya hablado, se nota que comienza a simbolizar, mostrando así la sagacidad de su inteligencia. Por eso, el aplauso es esencial para fortalecer su autoestima y seguridad.

⇒ ***Primeros libros***

A partir de los diez meses, ha llegado el momento para que el niño comience a familiarizarse con libritos sencillos y pequeños, propios para su edad, que contengan ilustraciones de colores.

No basta, sin embargo, con poner el libro en manos del bebé, sino mostrarle sus imágenes, comentándolas con claridad. Siempre es útil establecer una rutina, por ejemplo, “leer” juntos los libros antes de hacer uno de sus muchos sueñecitos diarios.

⇒ **Quitar la venda**

Tape con las manos los ojos del niño, oculte un juguete que lo distraiga debajo de una sábana; retire después las manos de los ojos y levante la sábana.

Vaya enseñando poco a poco al niño a quitar la venda al “misterio” que envuelve la desaparición, durante unos instantes, de los objetos con los que juega.

El estímulo para que el niño busque objetos escondidos a propósito no representa solo un ejercicio de curiosidad, sino, sobre todo, de memoria.

En esa misma línea, es interesante sugerir que el niño acabe de vestirse, poniéndose, por ejemplo, la mitad de la manga.

⇒ **Decir adiós**

Al despedirse de alguien, estimule siempre al niño para que haga gestos con la mano. Si nota progresos, ayúdelo también en la rutina de dar palmas cuando llega el papá o algunas personas que no están en todo momento al lado del niño. Pida a amigos y parientes que, siempre que estén en el espacio visual del niño, hagan gestos de adiós, estimulándolo así para que corresponda.

⇒ **Mostrar afecto**

Con una muñeca (no piense la insensatez de que las muñecas solo son para las niñas), haga como si estuviera enferma y demuéstrela cariño. Estimule al niño para que haga lo mismo, abrazándola. Las ideas abstractas sobre el afecto ayudan a la capacidad de cognición y también fortalecen los sentimientos y las emociones.

⇒ ***Pequeñas historias***

Cuente pequeñas historias sobre animales y, al hacerlo, imite los sonidos que hacen esos animales. No se preocupe por el argumento, pues importa más atraer la atención y la imaginación del niño que dar sentido lógico a las historietas que oye. Vea si consigue imitar los sonidos que provoca al contar historias.

El niño ya es capaz de identificar en un libro éste o aquel animal, así como partes de su cuerpo. Cuando realice este tipo de ejercicio, imite el animal que identifica y, siempre que sea posible, al ver un animal de verdad, repita esos sonidos.

Es una lección agradable, pero no muy fácil para el cerebro infantil, trasponer ideas de imágenes a elementos de la vida real.

⇒ ***Pedir ayuda***

Con un año y dos o tres meses, el niño ya puede realizar algunas tareas sencillas: ir a buscar uno u otro objeto pequeño u ordenar cosas en un estante o alineándolas en el suelo. Aproveche esta disposición e implíquelo en estas tareas, elogiándolo siempre por colaborar y ayudar. Ordenar cosas metiéndolas en una caja es una tarea excelente. Hágale sentir que ha realizado una importante proeza, desarrollando así su autoconfianza.

⇒ ***Explorar los conceptos “mío” y “suyo”***

Esfuércese para introducir en el universo cognitivo del niño el concepto “mío”, haciendo que perciba su brazo, su blusa, su nariz.

En esas ocasiones, introduzca también el concepto “suyo”, destacando esa diferencia. Una “lección” importante es ayudar al niño a percibir lo que le pertenece y lo que pertenece al otro.

⇒ ***Doblar y desdoblar***

Una toalla puede transformarse en una excelente oportunidad para que el niño ejercite su capacidad de doblar y desdoblar. Con pacien-

cia y constancia, muéstrole cómo se dobla un pañuelo o una toalla, ayúdelo en su tentativa y haga que, poco a poco, pueda realizar este ejercicio solo.

2. ÁREA SENSORIAL

⇒ Muecas

Al decir al niño las palabras más habituales: “ve”, “ven”, “comer”, “dormir” y otras, exagere la pronunciación, hablando con dulzura, pero exagerando la expresión con la que se utilizan esas palabras clave, de manera que el niño perciba que ciertos sonidos expresan significados y que estos, presentados de forma exagerada, facilitan el esfuerzo para su memorización.

⇒ Uno, dos, tres... muchos

Alterne ante el niño la presencia de personas que interactúan con él, haciendo que unas veces se le lleve a concentrar su atención en una persona, a veces en dos y otras veces en tres.

Es importante que la presencia de más personas interactuando con el niño no sea tumultuosa y que cada uno, cada vez, trate de atraer su atención.

⇒ Ejercitar la audición

Una o dos veces por semana juegue con el niño a ocultar un sonido, haciendo que lo encuentre. Al verlo distraído, llámelo o silbe desde algún lugar distante, estimulando la búsqueda. Continúe el juego, cambiando de lugar y produciendo sonidos que lo atraigan a su derecha y a su izquierda; en lugares más altos y en lugares más bajos.

Si silbó, pruebe ahora con una palabra y, después, con ruidos de percusión. Es importante que el niño descubra “de dónde viene el sonido” y que descubra también que hay ruidos diferentes.

⇒ ***Ejercitar el paladar***

Cuando esté dando de comer al niño, alterne el contenido de la cuchara y ponga unas veces una pizca de fruta en medio de una papilla salada; otras veces, un alimento un poco frío entre cucharadas calientes. Observe cómo reacciona a esos cambios y convéznase de que, para el bebé, es importante descubrir, poco a poco, que existen mundos diferentes de sonidos, de colores, de olores, pero también de gustos.

Aunque los cuidados con la alimentación del niño sean esenciales, es interesante variar sabores de frutas servidas como papillas, unas veces añadiendo un poco de azúcar, otras algo de zumo. Es siempre interesante permitir al niño leves, pero significativos, descubrimientos en la diversificación del mundo de sabores que propicia la alimentación.

⇒ ***Móviles***

Los colgantes móviles no deben considerarse solo como elementos de decoración del cuarto del niño, pues, dado que se mueven, atraen la atención, sobre todo cuando el niño se queda solo en su cuna. Pero, para que los colgantes móviles sean elementos de estímulo y movimiento, es esencial que se alternen, y diferentes figuras (telas, papel crepé, carretes) sean sustituidos o agregados al mismo, agudizando el sentido de observación y de descubrimiento del niño.

⇒ ***Crear opciones de aromas***

Los primates que asumieron la condición humana dieron una importancia menor al olfato en relación con su supervivencia y esto nos lleva a pensar hoy que una capacidad olfativa más intensa constituye un beneficio irrelevante para la especie. Pero no es así y, cuando se estimula el cerebro infantil para que perciba olores, sonidos, sabores y colores diferentes, se están estimulando memorias significativas, extremadamente importantes para el desarrollo sensorial. Por esa razón, es interesante llevar al niño, de vez en cuando, a percibir diferencias suaves de olores diferentes, asociándolos a personas o cosas.

Para un bebé, el olfato es un elemento identificador de personas y de ambientes más fuerte que su visión. La capacidad del pequeño de diferenciar expresiones aparece más lentamente que su facilidad para asociar olores a personas. Muchas veces sabe quién es su madre no tanto porque sus ojos la perciban como porque reconoce su olor.

⇒ **Jugar con tapones**

Coleccione tapones de colores diferentes y descubra si el niño es capaz de escoger siempre uno de ellos, demostrando así que prefiere un color. No se aparte de su lado para que no se los lleve a la boca; alterne colores diferentes y observe si demuestra alguna capacidad de percepción de los mismos.

Un recurso interesante es cambiar un tapón por otro, observando si el niño se da cuenta o escoge.

⇒ **Dibujos animados**

Nunca deje a un niño de esta franja de edad mucho tiempo delante de la televisión o el ordenador; reserve de cinco a seis minutos diarios para que vea dibujos animados. Él no será capaz de comprenderlos, pero la agitación y la alternancia de colores sirven de desafíos esporádicos y estímulos sensoriales.

3. ÁREA MOTORA

Es importante que el niño esté *preparado para andar sin apoyo*, y esa preparación se inicia apartando los muebles de su espacio y animándolo a ir al encuentro de los brazos que, abiertos, lo esperan. Hacia el año o año y dos meses, ya es corriente que arriesguen unos pasitos y eso debe recibirse con moderados elogios y el insustituible apoyo de la sonrisa.

Entre los trece y los quince meses, ya pueden observarse los primeros pasos y los pies descalzos ayudan mucho a estas iniciativas. Los padres pueden ayudar entrenando la flexión de las rodillas, animando al niño a sentarse y levantarse.

⇒ **Arrastrar sillas**

Enseñe al niño a arrastrar sillas. No se enfade por el ruido y proponga desafíos, sugiera caminos, estando siempre atento para parar el “arrastre” antes de que el niño se canse.

⇒ **Servicios de transporte**

Suelte algunos objetos ligeros al alcance de las manos del niño, enseñándole a agarrarlos antes de que caigan en la cuna o sobre una alfombra.

Si el bebé superó el desafío del equilibrio, aun parcialmente, déle algunos objetos —bolas, cubos, almohadas pequeñas— para que pueda llevarlos de un lugar a otro, dándole un poco más de apoyo para hacer que olvide los pies y el suelo.

⇒ **Descubrir cosas muy pequeñas**

Anime poco a poco al niño a agarrar objetos cada vez menores como una forma de desarrollar mejor la sensibilidad táctil.

Para ayudarlo en esa tarea, los objetos pueden estar en el fondo de una caja o bandeja, para que la tarea se haga más fácil y posible, entusiasmándolo.

Alrededor del año, el niño es capaz de agarrar, con cierta habilidad, objetos pequeños, como un grano de arroz o de maíz, coordinando la acción del pulgar con el índice, es la llamada *pinza digital*. Si observa que esa tarea la vive con entusiasmo, practíquela más veces y, así, el niño irá conquistando habilidades motoras esenciales para el cerebro.

⇒ **El uso de cubiertos**

No hay prisa para que el niño utilice cubiertos a la hora de comer, pero es interesante proponer su uso por el estímulo motor que ese desafío representa. Comience con una cuchara y, cuando vea que sabe manejarla, pruebe una segunda vez con la otra mano.

⇒ ***Pintar, hojear y rasgar***

Ponga a disposición del niño papel en blanco, lápices de cera y déjelo garabatear. Con independencia de cómo agarre el lápiz, lo que importa es la presión y los movimientos que desarrolle con la mano.

Sin alejarse para que no se las meta en la boca, deje siempre a disposición del niño una o más revistas viejas, estimulándolo para que las hojee o las rasgue.

⇒ ***Danzar al compás de la música***

Baile con el niño y aplauda con entusiasmo sus movimientos, aunque se apoye en su brazo. Poco a poco, vaya ayudándolo a asociar los movimientos del cuerpo con el ritmo musical. Comience, por ejemplo, por un vals lento y después alterne con una música más ligera, volviendo después a la primera siempre que el ritmo cambie.

Con un año de edad, la mayor parte de los niños ya han adquirido una visión tridimensional y, por tanto, ya pueden apilar y lanzar objetos y es importante que se los estimule a hacerlo muchas veces.

Cree, con almohadas o un banco de madera revestido con mantas, un caballo y anime al niño a montar y desmontar.

Cuando el niño empiece a andar con un poco más de seguridad, déle objetos para que pueda transportarlos en cada mano, ayudando así a desarrollar su equilibrio, “olvidándose” de la búsqueda de apoyo y ganando seguridad.

Cuando el niño consigue dar sus primeros pasos, se manifiestan importantes conexiones cerebrales. Por eso es importante que vaya preparándose poco a poco para esta tarea, sin prisa y sin pensar que exista una misma edad a la que todos tengan que conseguirlo.

⇒ ***Estiramiento***

Siempre que sea posible, haga estiramientos de las piernas y de los brazos del niño, con suavidad y observando si esos ejercicios le causan placer. Siempre que se pueda, anime al niño a ponerse de pie,

permitiendo que se apoye en objetos estables. Agacharse y levantarse es siempre un ejercicio muy importante.

⇒ **Los primeros pasos**

Aparte todos los objetos que se puedan caer y, por el ruido, provocar susto. Después de poner al niño en pie, apoyado en una pared o un mueble pesado, siéntese a cierta distancia y agarre un juguete, llamándolo. Sin duda, sus pasos serán irregulares, a veces largos, otras veces cortos, y no siempre la dirección que tome será la que pretendamos.

No tenga prisa para que el niño dé sus primeros pasos. Los niños son diferentes: unos se disponen a andar antes; otros, más tarde, sin que esa demora represente ningún motivo de aprensión. Con cerca de quince meses, es natural que un bebé pueda sentarse sin apoyo.

4. PERSONALIDAD Y AUTOESTIMA

En la franja de edad de diez meses a año y medio, es importante preservar la relación de afecto que se construyó con el bebé. A esa edad, no debe tener mimos excesivos ni hacer de sus padres y otros mediadores sus esclavos, pero es esencial que sienta seguridad en su compañía, viendo que sus miedos y sus necesidades serán siempre atendidos con ternura.

En la fase de diez meses a un año y medio, el niño ya comienza a definir su personalidad, mostrando su “yo” a los otros y definiéndose así como más o menos retraído, más o menos dependiente, más o menos obediente.

Es esencial que *sea respetado en cuanto a su manera de ser*, pero también es esencial que los adultos *no se plieguen a una obediencia excesiva, usada muchas veces como estrategia para recuperar la atención del adulto*. Si lo queremos en el sofá, pero se empeña en quedarse en el suelo, no está mal que no se le atienda en esa rabieta o en otras que se den por pura obstinación.

⇒ ***Un dulce aprendizaje del “sí” y del “no”***

La fase de los diez meses al año y medio es la ideal para el aprendizaje del “sí” y del “no”. Todos los niños prefieren siempre oír un “sí”, pero es imprescindible que aprendan los “noes”, evitando siempre el “no porque no”, por lo que hay que proponer alternativas.

Los valores de un niño se forman siempre merced a los valores de los adultos con los que convive. Si le damos al niño todo lo que pide y atendemos todos sus caprichos, estamos preparándolo para que nunca acepte o conviva con una negativa.

⇒ ***Un hora para hacer cada cosa***

Ayude al niño a descubrir que hay una hora de comer, una hora de pasear, una hora de estar solo y una hora de jugar. Sin excesivo rigor, es importante que el niño descubra pronto la importancia de la organización del tiempo. Esa preocupación ayuda a las funciones orgánicas básicas y estimula también el sentido de organización cerebral.

⇒ ***Cree problemas para que el niño invente soluciones***

Si ve que el niño trata de alcanzar un juguete, aléjelo un poco más de sus manos, invierta su posición, haciendo que se mueva para alcanzarlo.

Presente al niño juegos sencillos de encajar, ayudándolo a colocar cosas en mesas, estantes, cajas e introducir botones en un vaso o clips en una taza. Nunca se aleje del niño cuando esté manipulando objetos pequeños que pueda tragar.

Comience a introducir poco a poco la noción de cantidad, al hacer uso de números que deberá indicar con los dedos, repitiéndolo después con los dedos del niño. Por ejemplo: “una” nariz, “dos” orejas, “una” boca, “dos” ojos.

La edad entre diez meses y año y medio es muy importante para que se desarrolle la *autoconfianza* del niño, y la mejor manera de alcanzarla es recibir aplausos o elogios por llevar a cabo tareas sencillas, como ordenar y limpiar, guardar y doblar. Como el niño ya entiende algunas

palabras, haga que construya frases simples con tres o más palabras que entienda. Desarrolle el concepto de “mío”, descubriendo que un juguete es “suyo”; el otro “no es suyo”. Haga juegos que le enseñen a pronunciar “mío”, “tuyo”, fortaleciendo su noción de propiedad.

5. ÁREA SOCIAL

Entre diez meses y un año y medio, el bebé presenta una relativa facilidad para hacer gestos cada vez más elaborados para atraer y capturar la atención, y corresponde a los padres y educadores facilitar ese aprendizaje. Para ello, con respecto a todos los gestos que haga, es importante que el niño tenga conciencia de ese acto y los haga amplios y expansivos, acompañados de palabras que los expliquen.

También es cuando revela estar en condiciones de aceptar el “no”, y ese aprendizaje es extremadamente importante para su dependencia y autonomía. Es esencial que en esa fase comience a aprender a comer solo.

⇒ ***Besitos***

Como el bebé ya empieza a percibir las emociones de los adultos que lo rodean, es importante fortalecer las interacciones y buscar reacciones correspondientes con las mismas. Ya sabe el sentido de un “no”, que, dicho de manera firme, comprende perfectamente y, como ya sabe su nombre, cuando se le llama, responde con los ojos y con la cabeza. Es así el momento adecuado para iniciar al niño en los ritos sociales, enseñándole a dar besitos para cumplimentar y gesticular para saludar.

Una vez por semana, durante unos minutos, demuestre con su rostro al niño diferentes estados de humor, como tristeza, alegría, felicidad, aplaudiéndole cuando consiga que lo imite.

⇒ ***Teatros que simulan situaciones sociales***

Haga teatrillos con muñecos que retraten actos sociales de cumplidos, simulando situaciones de alegría y de tristeza. Siempre que

pueda, invite a otros niños de la misma edad, más o menos, para asistir a estas actividades.

Pasee con el niño y vaya presentándole, en voz alta, todo lo que vea, sin preocuparse de si entiende o no las presentaciones que usted haga.

Al encontrarse con más de un objeto, destaque, por ejemplo: tres cucharas, dos tazas, dos personas.

En esta fase, comienza a desarrollarse en el niño el raciocinio lógico, por lo que es importante que, poco a poco, pueda descubrir el sentido de palabras como; “nada”, “mucho”, “uno”, “poco”, desarrollando su identificación del plural.

⇒ ***Aprender a contar***

Habítue al niño a contar, contando con él y verbalizando así relaciones numéricas.

No importa que aún no comprenda las diferencias entre las cantidades; lo esencial es que su cerebro perciba el vasto universo de las cantidades.

6. LENGUAJE Y PENSAMIENTO

En esta fase de su vida, el niño es capaz de producir sonidos que pretenden imitar otros que oye, como el de un avión que pasa o el de un cachorro que ladra y, casi siempre, puede decir ya “mamá” y “papá”.

Hacia los quince meses, algunos niños ya pueden pronunciar frases cortas, pero solo en la etapa siguiente serán capaces de usar diez o más palabras, atribuyéndoles significado.

En esta fase, es esencial que se ponga un cuidado especial en hacer la interpretación correcta de las palabras “papá” y “mamá”, pues el niño las utiliza con diferentes funciones, como pedir agua o alimento, avisar de una pequeña incomodidad o, simplemente, buscar la seguridad de una “charla” con las personas en las que confía y que admira.

⇒ **Descubrir la naturaleza**

Enseñe al niño a nombrar las cosas de la naturaleza, haciendo que, poco a poco, descubra el día y la noche, el sol y la lluvia, la arena y la hierba que aprende a pisar. Imita algunos sonidos de la naturaleza, trate de que el niño descubra que usted puede reproducir con la boca sonidos parecidos a los del viento, de la lluvia, del romper de las olas, del crepitar del fuego.

⇒ **Nombrar objetos**

Ponga una cuchara, una taza, un juguete ante el bebé, deje que lo mire bien y después escóndalo, preguntándole dónde estará el objeto visto: “¿dónde está la cuchara?”. Presente después el objeto y muéstreselo: “¡Mira! ¡Aquí está!”.

Ponga en fila una serie de objetos que el niño conozca ante él y, diciendo su nombre con voz clara y varias veces, anime al niño a pronunciar, diciendo, ahora, él, sus nombres. Si no percibe ninguna reacción, agarre el objeto y, asegurándose de que el niño esté mirando, diga su nombre y el nombre del objeto, como advirtiéndole que usted sabe reconocer ese nombre.

⇒ **La hora “sagrada” de la lectura**

Reserve un tiempo de unos minutos diarios, si es posible siempre en el mismo horario (por ejemplo, después del baño), para mostrarle al niño libros y revistas con ilustraciones, señalándolas y diciendo su nombre.

⇒ **¿Agitado o hiperactivo?**

Muchos padres o maestros confunden el comportamiento normal de un niño activo y dinámico con hiperactividad, siendo este último caso un problema del desarrollo que necesita alguna forma de intervención. La tabla que aparece a continuación es bastante sencilla para ayudar a distinguir la energía normal de un niño pequeño de un problema del desarrollo o de hiperactividad. Si persisten las dudas, no intervenga; busque la opinión de uno o más pediatras.

ENERGÍA NORMAL	INDICIOS DE HIPERACTIVIDAD
Algunos días, parece que el niño no es capaz de “parar quieto ni un segundo” y no deja de correr, gritar, saltar, a no ser a la hora de dormir.	La agitación es permanente; el niño parece que nunca se cansa y, no permanece tranquilo más de cinco o seis minutos.
En determinadas ocasiones, cuando se le contraría, el niño coge una rabieta, se echa al suelo y llora y berrea sin ningún motivo.	Todos los días, en casi todos los momentos, el niño explota en acciones sin control, tirándose al suelo y gritando a pleno pulmón.
Si los adultos tienen que salir y no pueden llevarlo, el niño llora, se enfada, pero, pasado algún tiempo, se distrae.	El niño no admite separarse de los padres o cuidadores. Cuando la separación es inevitable, “monta” un “escándalo” interminable.
En algunos momentos, durante uno u otro juego propuesto, el niño muestra desinterés y quiere hacer otra cosa.	El niño nunca termina el juego que ha comenzado y se interesa por una u otra actividad solo durante unos minutos, queriendo luego hacer otra cosa.
Le gusta jugar con amiguitos, pero, en algunas ocasiones, no está de acuerdo con las propuestas de los otros y prefiere hacer lo que “le viene en gana”.	El niño solo hace lo que le parece bien, nunca acepta una idea o propuesta del mediador o de uno de sus amiguitos.
De vez en cuando se muestra irritado cuando lo que desea hacer no es posible y tiene dificultad para aceptar situaciones nuevas, como viajes o visitas.	Incluso cuando juega, siempre se irrita cuando lo que desea no puede hacerlo y manifiesta impaciencia ante situaciones nuevas o programas no habituales.
Sabe escuchar órdenes y, cuando se le dan y explican con paciencia, da muestras de que las comprende y acata sin frustración ni protestas.	Habla con los padres o con los maestros como si estuviese dando órdenes, exigiendo que se le atienda rápidamente e irritándose cuando tiene que esperar.
Se muestra relativamente tranquilo durante las comidas, aunque alguna vez se agite y demuestre que quiere terminar de comer lo más rápido posible.	Hace de toda comida un drama de impaciencia y agitación, como si estuviese sentado en una silla llena de clavos o de insectos.

7. CONTROL DE ESFÍNTERES

No nos parece necesario que, antes del año, el niño utilice la taza del váter, aunque muchos, unos antes que otros, abandonen los pañales. Por ese motivo, la indicación de la edad solo es un punto de referencia, pues, como hemos comentado en repetidas ocasiones, no existen dos niños iguales. Lo importante es no alarmarse si el niño abandona los pañales y, pasado algún tiempo, vuelve a usarlos. No hay aquí una regresión, sino el producto de un breve lapso de cierta inseguridad o pequeño desajuste por una tensión familiar, como, por ejemplo, el nacimiento de un hermano.

Ningún niño debe ser reprendido por mojar su ropa, pues la habilidad de control de la vejiga va evolucionando progresivamente y la capacidad de la misma, menor que la del adulto, le impide aguantar más tiempo. Muchos niños consiguen avisar, con antelación de algunos segundos, de sus necesidades, pero solo cuando los músculos de la vejiga y el sistema nervioso evolucionan, estarán en condiciones de controlar durante más tiempo. En esta etapa es mejor vestir al niño con ropa que se pueda quitar con facilidad en caso de tener que ir al baño.

A partir de un año de edad o un poco más, ya puede presentársele la taza del váter al niño, nunca por su verdadera función, sino como un lugar interesante para hacer ciertos juegos entretenidos.

Pregúntele siempre y muchas veces si quiere o no hacer pipí, siéntelo en la taza, debidamente apoyado, y permanezca a su lado, sin apremiarlo, pero sin negar nunca el aplauso silencioso de una sonrisa. Si, pasados unos minutos, persiste sin hacer nada, no lo presione y no muestre insatisfacción. Recuerde que los pañales se hicieron para eso.

LAS NEURONAS ESPEJO Y LOS ESTÍMULOS PROCEDIMENTALES

Hasta hace cerca de veinte años, los neurocientíficos se concentraban en los progresos y en la modificabilidad del cerebro infantil como

un proceso inherente a cada niño, sin prestar mayor atención a la forma en que los mediadores administraban o no sus sentimientos, pensamientos y emociones. Con el descubrimiento de las *neuronas espejo*, en 1994, en la Universidad de Parma (Italia), todo cambió radicalmente.

Esos descubrimientos constataron que la simple observación por parte del niño (y también, naturalmente, del adulto) de acciones ajenas *activaba y estimulaba las mismas regiones del cerebro de quien realiza la acción*. Todo indica que la percepción visual del niño, principalmente en la franja de diez meses a un año y medio, inicia una especie de simulación o duplicación interna de los actos observados. Así, si hablamos con un niño buscando palabras con cariño, pero estamos “por dentro” martirizados por una aprensión o angustia, no solo modificamos el cerebro infantil con las acciones que promovemos, sino también con los sentimientos que, incluso escondiéndolos, dejamos traslucir. El cerebro parece asociar la visión de estímulos-pensamiento y de emociones, incluso ajenas a lo que pretendemos transmitir.

¿Y qué significan estos descubrimientos para la estimulación cerebral infantil? Significa que, *cuando interactuamos con un niño, debemos eliminar, en la medida de lo posible, sentimientos nocivos, aprensiones y angustias, aunque éstas no tengan nada que ver con el niño*.

En algunos centros de educación infantil más avanzados y más sintonizados con estas investigaciones, se intenta facilitar que los maestros momentáneamente agitados, nerviosos o afectados por emociones negativas, no actúen directamente con los bebés hasta que puedan superar esos sentimientos, siendo sustituidos por otras personas.

Basándonos en estas investigaciones, creemos imprescindible hablar de *estímulos procedimentales*, es decir, acciones voluntarias que se asumen como conducta permanente, en todos los momentos en que se busca al niño para estimular su cerebro. Esas acciones, verdaderas “reglas” de procedimiento, deberían incluir las que siguen a continuación:

- ✓ *El ejemplo educa mejor que las palabras*. El niño es capaz de percibir la contradicción entre lo que se le pide y reclama y lo que

hace el adulto. Si el adulto no resiste la tentación de hacer algo diferente de lo que sugiere, es mejor que lo haga lejos del niño.

- ✓ *No compare la capacidad de aprendizaje y el interés de un niño con los de otro.* En el cerebro humano existen cerca de doscientos mil millones de neuronas que reciben de mil a diez mil sinapsis. Esperar que existan cerebros iguales es imposible; por eso, nunca pierda de vista las limitaciones de cada niño; no pretenda que uno aprenda o se muestre igual que otro.
- ✓ *No piense que todo lo que aprende el niño puede expresarse con palabras.* Valore mucho más el conocimiento y las acciones que la capacidad de memorizar informaciones y aprender palabras cuando le interroga.
- ✓ *Sepa respetar el cansancio del niño, no lo compare con su propio cansancio, y nunca estimule en exceso.* Tenga siempre en cuenta si el niño quiere aprender, si siente placer jugando con usted y nunca sobrepase el límite de tiempo de algunos minutos llevándolo a la saturación. Pregúntele si desea continuar y déjelo siempre cuando descubra que aún queda cierto gusto de querer continuar.
- ✓ *Proporcione siempre un ambiente de fantasía y un “clima emocional positivo” cuando esté organizando un proyecto de estimulación infantil.* Una sala sencilla, con artículos de poco valor y algunos pequeños juguetes y un mediador interesado y consciente, vale mucho más que un espacio con juguetes caros y personas con prisa, tedio y precipitación. El mundo de “fantasía” infantil no acepta el ingreso de quien no procura comprenderlo.
- ✓ *No existe mayor falta de respeto a un niño que está siendo estimulado que una televisión encendida y un teléfono móvil que pueda sonar.* Cuando hablamos con alguien que consideramos muy importante, aprendemos a olvidar el teléfono y otros intereses. No existe nadie más importante que un niño, ansioso por aprender a transformarse.

- ✓ *No eduque y estimule solo en horarios fijos.* Es importante que el niño descubra poco a poco que hay momentos para el baño, para jugar y momentos para comer, como hay momentos para dormir y otros para pasear y, por tanto, reserve un tiempo de diez a quince minutos por día para una “hora de fantasía”, pero recuerde que también en paseos con el niño, en las conversaciones y en otras ocasiones es importante siempre el refuerzo del estímulo anteriormente desarrollado, como quien hace un comentario amigable, una observación atenta, una risa alegre en un buen momento.
- ✓ *Recuerde que existen “castigos buenos”.* Gritar a un niño o hacer uso de la fuerza física es siempre una cobardía, pero es esencial e imprescindible que el niño aprenda la seguridad del “no”. Pasar uno o dos minutos (un minuto por cada año de vida es una buena medida) sentado, sin poder hacer nada, porque se ha actuado contra las reglas acordadas o ser retirado de una fiesta porque no está sabiendo comportarse no hace ningún mal y desarrolla en el niño la seguridad que necesita para saber que el adulto lo ama, pero es autoridad sin ser autoritario y, sabiendo más que él, sabe cuándo debe o no actuar.
Un niño de diez meses a un año y medio ya está preparado para aprender que la vida está formada de causas y de consecuencias, y que las buenas acciones merecen elogios o recompensas y las actitudes negativas implican algún precio, un poco desagradable.
- ✓ *Sea siempre un “oyente” óptimo.* Sepa siempre escuchar al niño, aunque no esté queriendo hablar. Un llanto o un grito pueden significar muchas cosas y no siempre las risas pueden ser expresión de alegría.
- ✓ *No olvide las neuronas espejo.* Muchas veces, cuando el niño está cerca, parece totalmente entretenido en lo que hace y da la impresión de que no está viendo la acción del adulto, pero su cerebro no solo rige su mirada, sino su percepción integral y es capaz de descubrir el mal humor en la pareja, la rabia contra una información, la frustración por una noticia que no se ha recibido, etc.

4. Del año y medio a los dos años

LOS MÁGICOS CAMBIOS CEREBRALES DEL AÑO Y MEDIO A LOS DOS AÑOS

Una de las transformaciones más extraordinarias que se producen en el cerebro de un niño se manifiesta con el desarrollo del lenguaje. Con independencia de que el niño sea árabe, chino, brasileño, español o hable cualquiera de las 10.000 lenguas del mundo, la adquisición del vocabulario está directamente ligada a cuanto, uno o más mediadores, principalmente la madre, hablen con él.

Este es un camino maravilloso e imprescindible que debe comenzar hacia la vigésima cuarta semana de embarazo, cuando su sistema auditivo y su memoria ya captan sonidos de voces exteriores, pero que alcanza su ápice hacia el año. Los bebés maman mejor cuando oyen palabras dulces expresadas en su lengua en vez de en una lengua extranjera; y experiencias recientes destacan que, con veinte meses, los niños que crecen en hogares en los que es más frecuente oír y conversar, usan de 130 a 140 palabras más que otros de su edad. Con dos años, esa diferencia llega ya a casi 300 palabras y el desarrollo cerebral es incomparable.

Dado que el niño se muestra capaz de balbucear su primer “mamá” o “papá” únicamente alrededor del año de vida, muchos piensan que los estímulos verbales antes de esa fase son inútiles. Pero no es así, y por eso se utiliza la palabra “explosión” de lenguaje: ocurre entre un año y medio y dos años, pero es preciso estimular ese delicado meca-

nismo mucho antes. Es también importante destacar que la explosión del habla refleja una acción conjunta de los órganos de los sentidos que funcionan simultáneamente.

En esta fase el niño —principalmente las niñas— puede aprender hasta dos frases por día. No fuerce ese descubrimiento, pero *no pierda la oportunidad de ayudarlo a ampliar su vocabulario*, añadiendo una o, como máximo, dos palabras a ese repertorio.

Los bebés no nacen hablando porque sus cerebros no están maduros para esa actividad, pero esa madurez requiere la acción integrada de múltiples estímulos, siempre muy fáciles de hacer, siempre impresionables y siempre, para los bebés y para sus padres, extremadamente divertidos y agradables.

Las primeras palabras aprendidas son las más próximas de su mundo cultural; nada es aprendido de memoria, todo es aprendido cuando al niño le parece que tiene sentido. Antes de hablar una palabra, el niño necesita identificar una relación entre lo que dice y su significado y una asociación entre la palabra y lo que con ella desea expresar.

Los estímulos cerebrales esenciales para el desarrollo del lenguaje de un niño se guían a través de una orden que va de lo genérico a lo específico hasta caer en la cuenta, poco a poco, de que hace falta aprender nuevas palabras. Así, la palabra “miau” equivale a una cosa que se mueve y que no es humana, hasta que se observa que existen “miaus” que ladran y otros que vuelan, es cuando aparecen el “guau-guau” y el “pío-pío”; de ese modo, el niño va bautizando todo lo que aprende, sin imaginar que existen dos nombres para una misma cosa. Los sinónimos pasan a formar parte de su lenguaje hacia el final de su segundo año de vida o un poquito más.

La velocidad con la que un niño aprende a hablar es impresionante, pero no está estandarizada, produciéndose la “explosión” en la fase que va de un año y medio a dos años. Investigaciones recientes realizadas en la Universidad de San Diego, en Estados Unidos, muestran que la mayor parte de los niños pasan de un repertorio de cuarenta palabras en su primer aniversario a un promedio de seiscientas en el segundo. De ahí en adelante, no deja de aprender y, según el ambiente en el que se desenvuelve va o no frenando, hasta los 30 años de vida, en que puede dominar alrededor de 100.000 palabras

(lo que puede representar en torno a un cuarto de todas las palabras de su lengua).

El cambio físico de un bebé es extremadamente rápido y, si pasamos veinte días sin verlo, notamos alteraciones. Ya a los tres años, el ritmo de esas transformaciones se apacigua un poco, pero, aun así, el niño no deja de crecer y su cerebro no para de transformarse. A medida que se desarrollan los músculos abdominales, los brazos y las piernas se alargan; y una comparación marcada con lápiz en la pared demuestra que el crecimiento no se detiene.

Todo desarrollo físico en un niño sano va acompañado de un desarrollo motor grueso (correr, saltar, rodar, subir y bajar) y de un desarrollo motor fino (copiar, hacer nudos, abotonar, enhebrar). La simultaneidad de este desarrollo debe ser la razón para estimular el hábito del dibujo y de los garabatos, así como la propuesta de desafíos: “¿cuál es la carretilla verde?, ¿cuál es la mayor?, ¿cuál de las pelotas es más pesada?, ¿qué jabón es más liso?, ¿qué botón tiene más agujeros?, ¿cuál de las tres cintas es más larga?”, etc.

Debidamente estimulado, entre un año y medio y dos años, un niño puede aprender hasta dos palabras nuevas por día, haciendo inicialmente frases de una sola palabra, como “nene - mamá”, pero termina el primer año construyendo frases de hasta tres palabras, como “quiero pelota ya”.

La fase de un año y medio a dos años es también la del gran desafío de comenzar a imponer límites, diciendo con claridad lo que se puede hacer y lo que no. Para este desafío, la *firmeza* es esencial, pero también la *paciencia*. Es preciso fortalecer el corazón para decir “no”, aun sabiendo que el niño va a poner mala cara, gritar y patear, pero es entonces cuando hay que demostrar que se sabe más que él. Son innumerables los beneficios de fijar límites con coherencia: ayuda a la seguridad física del niño, con la certeza íntima de que puede contar con una autoridad y con la experiencia de que, más tarde, en la vida real, “no todo ocurre de la manera y en la hora que se quiere”.

En general, educadores y psicólogos son unánimes en la consideración de que existen cuatro reglas para, con cariño y firmeza, imponer límites:

- *Diga no, siempre que sea necesario.* Al niño no le van a gustar menos sus padres a causa de ello.
- *Sea coherente y no ceda.* Todos los que tratan con el niño tienen que hablar el mismo lenguaje; la seguridad se fortalece cuando él descubre la firmeza del adulto.
- *Sea firme y ejerza la autoridad.* Nunca se impresione al constatar la voluntad del niño de poner a prueba su paciencia.
- *No dé al niño demasiadas explicaciones.* La capacidad de comprensión cambia con la edad y, hasta los dos años, no hay razón para justificar las negativas.

1. ÁREA COGNITIVA

El estímulo cerebral, como el estímulo muscular, debe repetirse siempre para que se produzcan cambios. Es importante repetir órdenes sencillas y si, por ejemplo, esconde una cuchara debajo de un mantel para que el niño lo descubra, elogie su esfuerzo, pero repita el ejercicio muchas veces, alternando posiciones, objetos, etc.

Es importante que el niño domine el significado de algunas palabras clave y su significación. De ese modo, si el niño agarra un objeto, repita mirando para él: “Ahora, Luis tiene una *cuchara* en su mano”.

Y, de esa forma, se hace que el niño perciba que algunas cosas sencillas que manipula tienen nombre y que los nombres expresan significaciones.

⇒ ***Tesoro escondido***

Cuando perciba que el niño se implica en los juegos de buscar objetos, repita situaciones, llevándolo a buscar cosas en puntos diferentes de la casa: en un estante, debajo de la cama, en su cuna, no olvidando nunca los elogios cada vez que encuentre cosas, ni hablar con él mientras busca.

⇒ **Lo “mío” y lo “tuyo”**

La comprensión de los pronombres es esencial como estímulo para que el niño atribuya significados. Por esa razón, invente juegos que enseñen pronombres, implicando al niño en el descubrimiento y exploración del *mío* y del *tuyo*. Por ejemplo: “Esta toalla es *mía*, esta manta es *tuya*”. Junto con lo que suponen de estímulo para la comprensión, actividades como estas desarrollan el sentido de la *propiedad* del niño.

Hacia el año y medio, el niño ya ha desarrollado la capacidad de solicitar él mismo lo que desea para comer, para beber, para jugar. Es una edad en la que esa capacidad de elección requiere mucha atención y necesita el apoyo de algunas actividades para estimularla.

⇒ **Explorar las diferencias del mundo**

Pasee con el niño un día por una habitación; otro, por una azotea; otro, por una calle o jardín, y vaya describiendo, con ternura y paciencia, las propiedades de todos los objetos mostrados, destacando los que poseen características iguales y los que presentan características opuestas. Así, muestre “la cuchara se cae y hace ruido”; también, “el cuchillo hace ruido al caer”, pero “una servilleta se cae y no hace ruido”.

Enseñe a hacer este tipo de experiencias, explicando siempre las cosas de su mundo y cómo difieren entre sí.

⇒ **Arrastrar y empujar**

El acto de arrastrar y el de empujar encierran situaciones opuestas y, así, es importante que el niño descubra el sentido de estas experiencias. Empuje una cuchara y diga lo que está haciendo; tire de ella después, sin dejar de hablar. Haga esto muchas veces durante unos segundos y, poco a poco, diga el verbo y vea si el niño es capaz de “arrastrar” o de “empujar”.

No se desanime si presenta dificultades y, de vez en cuando, vuelva a este ejercicio.

⇒ ***De la sílaba a la frase***

Un niño de año y medio o poco más puede construir frases con dos palabras (“mamá-nene”). Compruebe si es posible hacerle decir tres (“mamá nene bueno”), pero no fuerce y no se impresione si el niño tarda un poco más.

Al observar que el niño acierta a decir una oración sencilla o incluso la indicación de un objeto por su nombre, muéstrese entusiasmado y aplauda.

Al hablar con el niño, pronuncie las frases con claridad, deletreando las palabras y haciendo que perciba el movimiento de sus labios. Apláudalo si aprecia que desea imitarlo. Pruebe una segunda vez y, uno o dos días después, vuelva sobre este ejercicio.

Cuando se acerque a los dos años, ayude al niño a descubrir los artículos, indicándole cómo formar frases con ese elemento de la oración. Si dice, por ejemplo, “guau guau”, ayúdelo a decir “*el* guau guau”, “*la* mamá”, y así sucesivamente.

También cerca de los dos años, pruebe a iniciarlo en el uso de los verbos. ¿Vamos a “hacer” juntos? ¿“Quieres” a papá? No insista si observa dificultades, pero no se desanime y, pasados unos días, repita la experiencia.

Aunque todos los bebés traigan una “gramática interior” que los lleva a descubrir en su habla sus errores iniciales, la importancia del ambiente “hablante” es crucial. Siempre es bueno que un niño crezca rodeado de personas que, siempre en voz baja, pero clara y con palabras bien pronunciadas, hablen con él y hablen siempre.

⇒ ***Nada/mucho/poco***

Trate de ampliar la comprensión del niño, abriendo su ventana cerebral a la idea de las cantidades. Ponga varios objetos en el suelo y diga despacio “mucho”; retire algunos y pronuncie “poco”. Continúe el ejercicio, retirando los demás y diciendo “nada”. Repita esta actividad una segunda vez, una tercera, muchas veces, sin esperar ninguna clase de progreso.

Una actividad que complementa este ejercicio es cubrir con un paño muchos objetos y, al lado, cubiertos con otro paño, unos pocos objetos; muéstrelos al niño. Retire el primer paño diciendo “mucho” y alterne retirando el otro paño y diciendo “poco”. Vaya así sucesivamente ayudándolo a construir una percepción de cantidades.

⇒ **Ordenar**

Invente juegos que lleven al niño a colocar objetos en orden. Separe, por ejemplo, fichas o botones grandes, medianos y pequeños y ayude a colocar los botones que usted le entregue en el montón correspondiente. Tenga cuidado con las piezas pequeñas para que el pequeño no se las trague.

Una alternativa interesante a este juego es mostrarle una taza casi llena de agua y otra con una pequeña cantidad, y explorar su curiosidad, destacando “muchas” y “pocas” (agua).

⇒ **Explorar ideas sobre los números**

Próximo a los dos años, pruebe el juego de escribir números muy grandes en un papel y llevar al niño a poner sobre los mismos la cantidad de objetos representados.

Tome, por ejemplo, dos lápices y colóquelos sobre el número dos, haciendo gestos y diciendo los números; siga con tres lápices (u otros objetos cualesquiera), póngalos sobre el número tres y así sucesivamente. Si no quiere utilizar lápices, corte pajitas de refrescos de diferentes colores.

Repita este juego cada dos días, comience con los números 1 y 2 y, si observa que el niño inicia ya la identificación, añada el número 3.

⇒ **Historias esenciales**

Invente algunas historias y dramatice su presentación, usando y abusando de referencias como “pequeño”, “pequeñito”, “grande”, “grandote” o incluso “alto”, “muy alto”, “bajo”, “muy bajo”. Con un

año y diez meses o un poco más, a los niños les gustan las historias dramatizadas y estas pueden ser medios de ayudar a su cerebro a percibir las referencias cuantitativas y cualitativas que encierran las palabras.

Ayude al niño a descubrir la significación de palabras como “grande”, “pequeño”, “lejos”, “cerca”. Puede situarse a algunos metros y decir “lejos”, acercarse bastante y decir “cerca” y, actuando así, vaya haciéndole asociar ciertas palabras con ideas espaciales.

Las palabras son como “ropas” que visten pensamientos. Por eso, es importante que se ayude al niño a descubrir esa relación y el sentido de las palabras como expresión de ideas.

2. ÁREA SENSORIAL

⇒ Descubrir colores

Durante algunos minutos, muestre los colores al niño, describiéndolos. Comience con dos colores y, poco a poco, vaya introduciendo un tercero.

Por ejemplo: “Esta pelota es roja”, “esta carretilla es azul”. No se apresure y, de vez en cuando, desafíelo pidiéndole que escoja este o aquel color.

Este es un ejercicio de enormes posibilidades, pues puede ir cambiando gradualmente de dificultad, explorando la capacidad del niño de descubrir que dos objetos iguales, como dos pelotas, por ejemplo, aunque pueden parecer diferentes por tener colores distintos.

⇒ Ampliar la gesticulación

Siempre que hable con el niño, no economice gestos, procurando dar una expresión mímica a las palabras que pronuncie. Imita una risa al decir “ri-sa”, no es para que el niño “aprenda”, sino para que su cerebro vaya, poco a poco, asociando los sonidos de las palabras con la expresión facial que los caracteriza.

⇒ ***Perfeccionar el paladar***

Permita que el niño experimente poco a poco la inmensa diferencia de sabores que existe entre las cosas que come. Al presentarle una pizca de algo dulce, diga esa palabra (dulce) y alterne con otra de algo salado. Permita que el niño perciba sutiles diferencias entre caliente/frío, dulce/salado, ácido/amargo; la diferencia entre un pedacito de miga de pan y un pedacito de manzana, por ejemplo.

⇒ ***Áspero/suave***

La misma sensibilidad que el niño desarrolla en la alternancia de colores puede desarrollarla también por el tacto o por el contacto con su rostro y con su brazo. Ponga, así, un objeto áspero y otro que sea suave, haga que el niño los toque y diga la diferencia de texturas. Haga esta actividad muchas veces.

⇒ ***Descubrir el ruido***

Ayude a la audición selectiva del niño, llamándolo en voz baja desde muy cerca; después, desde un poco más lejos y luego, desde más lejos aún. Acérquese después otra vez y repita esta actividad con frecuencia. Alterne su palabra con un silbido suave o con el entrecuchar de dos cucharas, próximo y distante, a su izquierda y a su derecha.

⇒ ***Una colección maravillosa***

Procure coleccionar con una grabadora diferentes sonidos, algunos tomados de la naturaleza (mar, viento, pájaros, ladrido, maullido, etc.), otros de voces, gritos, carcajadas, algunos sonidos musicales. Con esa colección, presente al niño un sonido, parando la grabadora unos segundos y haciendo que él imite o trate de identificarlo.

En otra ocasión, grabe solo el sonido de un dibujo animado que el niño vea y presente ese sonido, ahora con el televisor apagado. Si esa actividad puede ser reproducida con un vídeo, aún mejor. En ese caso, muestre un fragmento pequeño del vídeo con el sonido y la

imagen, párelo y muestre solo el sonido grabado. Vuelva después a la imagen sonora. Con ejercicios de esta naturaleza se está estimulando el cerebro para que construya asociaciones y separe en “canales diferenciados” sonidos e imágenes y su correlación.

⇒ ***Hablar por teléfono***

Anime al pequeño a que hable por teléfono, aunque sean unas pocas palabras. Si está hablando con alguien, llame al niño y pídale que diga algo a esa persona. Es un ejercicio de gran dificultad, pues en esta franja de edad el cerebro todavía no asocia la voz de la persona ausente con su imagen.

⇒ ***Olor/tacto***

Muéstrele una flor al niño, enséñele a oler y oír el sonido de su voz nombrando la flor. En otra ocasión, cubra sus ojos, hágale oler y desafíelo a que diga la palabra “flor”. Esta misma actividad debe practicarse en otros momentos, con otros productos y así no solo se estimula su capacidad de identificación olfativa sino, y principalmente, sus mecanismos cerebrales de asociación entre un color y su significación.

Esta misma actividad, en otros momentos, debe explorar su percepción táctil. Ahora, con los ojos vendados, va a aprender a conocer las cosas por la sensibilidad táctil. Preséntele, por ejemplo, una cuchara y diga su nombre; cierre sus ojos y, al presentar la cuchara, ayúdelo en esa identificación. Utilice progresivamente otros objetos y vaya abriendo poco a poco su capacidad de atribuir significado a las cosas a través del olor o a través del tacto.

3. ÁREA MOTORA

Superada ya la difícil fase del equilibrio, es esencial que no se olvide y, por eso, los movimientos de erguirse y agacharse, subir y bajar, pasar de la posición sedente a la vertical o, mejor aún, desplazarse con una pelota en los pies (para niños y para niñas) o bailar, deben

merecer siempre apoyo y aplauso. Si esos estímulos hechos a dúo son interesantes, mucho más interesante es promoverlos con más adultos.

Si observa que el niño ya lo consigue con facilidad, entrene la flexión de las rodillas y piernas, estimulándolo para que se siente y se levante. Pida que se siente y, si lo entiende, aplauda su esfuerzo; cambie la orden y, ahora, pida que se quede en pie, elogiándolo por su éxito. Repita esta actividad si el niño se muestra interesado. Ponga objetos en el suelo y pida al niño que los coja y después se levante.

⇒ ***El valor del deporte***

Cuando se mantenga firme sobre sus piernas, manteniéndose en pie sin dificultad, enseñe al niño a chutar el balón o la pelota con su pie. Chute hacia él y con él y muestre entusiasmo cuando lo consiga. No restrinja estos ejercicios motores a los niños, pues lo que vale no es que guste o no el fútbol (es demasiado pronto para eso), sino el ejercicio motor que supone el acto de chutar.

Proporcione juegos que impliquen al niño en movimientos en diferentes direcciones: al frente, hacia atrás, hacia los lados. Muestre que es divertido bailar al son de una música y aplauda sus iniciativas. En otros momentos, anime a saltar, subir y bajar escaleras.

Tome al niño en brazos y dé algunos pasos con él hacia delante y después hacia atrás. Póngalo en el suelo y muestre que podemos andar hacia delante y hacia atrás, animándolo a que nos imite. Cuide que el espacio por el que se mueva esté libre.

⇒ ***Ordenaciones más difíciles***

Antes del año y medio es interesante que el niño pueda ordenar cosas, alineándolas en el suelo, en una caja o en un estante. A partir del año y medio, ya está preparado para hacer ordenaciones más difíciles y, por eso, ayúdelo y déjelo que ayude en algunas tareas domésticas que impliquen movimientos de *poner en fila, apilar, colocar delante o detrás*. Invente ordenaciones y nunca deje de aplaudir los éxitos.

Cuando alcanza el año y medio, el niño, principalmente si tiene el ejemplo de un hermano mayor o de otro niño, va siendo capaz de dominar movimientos más finos y más precisos que, a su vez, requieren un nivel de atención cerebral mayor. Es importante, pues, que agarre un lápiz de cera y haga experiencias con sus primeros garabatos y, en muchos casos, puede incluso comer y beber sin necesitar ayuda.

⇒ ***Primeras obras de arte***

Ayude al niño a garabatear o pintar con los dedos, usando tintas lavables. Un poco más tarde, facilítele lápices de cera y papel o incluso lápices de colores. Anímelo en esas composiciones suyas.

Cuando el niño se habitúa a hacer garabatos, pruebe a trazar marcos en la hoja de papel para que él se anime a garabatear dentro del marco. Muéstrole cómo hacerlo.

Las revistas viejas constituyen una importante fuente de conocimientos para el niño y suscitan su curiosidad. Úselas para diferentes “lecciones”, mostrando cómo “mirar”; ayúdelo a hojear, aunque pase varias páginas de golpe. Más tarde, enséñele cómo es posible rasgar papeles.

⇒ ***Un palo de escoba mágico***

Enseñe al niño a usar el palo de una escoba para tirar de un juguete o para empujarlo. Vea si es capaz de imitarlo. Al día siguiente, coloque el juguete y el palo de escoba juntos y, sin ningún gesto, verifique si es capaz de usarlo de ese modo. En caso negativo, hágalo usted mismo, ayúdele a hacerlo y, una vez más, prepare los materiales en otro momento, estimulando su acción. Aplauda siempre y aplauda mucho siempre que lo consiga.

⇒ ***Camino difícil***

Invente un camino con obstáculos, recórralo con el niño y hágale recorrer después ese mismo camino por sí solo aunque permanezca

ciendo cerca de él. Para recorrer ese trayecto, puede proponer un pequeño salto, una caja que tenga que rodear, una almohada que haya que tirar lejos, una cuerda estirada que lo obligue a agacharse y otras cosas por el estilo, propiciando una *gymkhana* divertida en la que caminar exija habilidad motora y estructuras de pensamiento para superar los desafíos propuestos. Cuando observe que el niño consigue superar esa dificultad, cambie alguna cosa, creando la ruta 2, después la ruta 3 y así sucesivamente.

Enseñe al niño a medir distancias con sus pasos. Comience ayudándolo a contar los pasos. Por ejemplo, camine a su lado del sofá a la mesa y vaya mencionando, uno a uno, los pasos dados. Poco a poco, vaya habituando al niño a ese recuento. Invente desafíos para que realice experiencias como esas.

4. PERSONALIDAD Y AUTOESTIMA

Estimular la independencia del niño requiere ojos atentos y acciones equilibradas. En esta franja de edad es común alternar momentos de aparente independencia con otros de inseguridad y, por tanto, es natural que el niño busque su mano, estire su ropa y se encoja desamparado.

No se impresione con esos estados, anímelo siempre a buscar la alegría con otros niños, pero sepa comprender que hay momentos en los que prefiera estar solo.

Con año y medio, comienza a despertarse en el niño el sentido del “yo” y, por eso, es importante que algunas veces se descubra siendo el “centro de atención”, con diversos adultos reunidos para apreciar sus “gracias” y sus conquistas. Esto ayuda a reforzar su sentimiento de autoestima, al mismo tiempo que le presenta el sentido de la diversidad que se encierra en ese universo que está descubriendo y que se denomina “el otro”.

Siempre que sea posible, invite a otros niños, más o menos de la misma edad, para que estén juntos, promoviendo actividades para que todos jueguen juntos y juntos se diviertan. Es importante tener la certeza de que haya objetos y juguetes disponibles para todos.

⇒ **La magia del signo de interrogación**

En todo proceso que implique la educación infantil, siempre es importante diferenciar el papel de los signos de interrogación (¿?) y de los de admiración (!). Mientras el primero estimula pensamientos, propone desafíos e incita a la búsqueda, el signo de admiración solo reafirma la autoridad del adulto y la manera de manipular sus certezas.

Por esa razón, es importante siempre interrogar al niño sin pedirle respuestas obvias que solo se basen en su capacidad de memorización, sino *proponerle preguntas intrigantes, propuestas desafiantes, y sabiendo elogiar sus respuestas, aplaudir su creatividad*. Concluida, por ejemplo, una historia contada, hágale construir imágenes, preguntando: “¿Qué parte de la historia te gustó más?” “¿Qué parte te gustó menos?” “¿Por qué?” “¿Cuántas ventanas te parece que había en el castillo?” “¿Qué te parece que está amontonado en sus depósitos?”. Y así sucesivamente.

⇒ **Dibujar el amanecer**

Enseñe al niño a describir los colores de la naturaleza, a dibujar el amanecer, a inventar nubes en un cielo. No importa tanto la calidad del dibujo como el esfuerzo consciente para hacerlo bien. Guarde esos dibujos y, de tiempo en tiempo, enséñelos al niño, demostrando que les da un inmenso valor, que los guardó con cariño, que se siente animado a mostrárselos a sus amigos.

5. ÁREA SOCIAL

Los padres constituyen siempre el modelo y la inspiración en la que los hijos se basan y, por ese motivo, a ellos les toca la responsabilidad inmensa —pero no complicada— de desarrollar un modelo de interacción basado en el amor, en la seguridad, protección y confianza. Por eso, si está dominado por una fuerte angustia o aprensión, no utilice al niño como “consuelo”, pues sus neuronas saben captar ese estado de

tensión, pero no pueden percibir si va o no dirigido a él. Es mejor dejarlo con alguien hasta que las emociones negativas disminuyan y se pueda llegar al niño con una sonrisa auténtica, una voz tranquila y un calor humano disponible para la acogida y para el abrazo. Esta tarea continúa en la guardería o jardín de infancia, donde los educadores deben actuar de igual modo, y siempre en comunicación constante con la familia.

Por ello, siempre que sea posible, el mediador debe responder a cada llamada del niño con presteza, desarrollando contactos visuales y físicos llenos de aprecio y de exclusividad. Es importante “alfabetizarse” en la lectura sobre el *significado de los diferentes tipos de llantos del niño*, percibiendo cuándo pide descanso; cuándo está conforme o con la impaciencia típica del sueño. Esa alfabetización será siempre única, pues no hay en el mundo dos criaturas iguales.

A medida que va creciendo, cada niño define de forma más nítida su personalidad, mostrándose ante los otros más sociable, más retraído, más dependiente o más autónomo, más obediente o más rebelde. Aprenda a apreciar la belleza infinita de esa personalidad, respetándola tal y como es el niño y no transformándolo nunca en instrumento de un deseo personal de hacerlo como nos gustaría que fuese.

⇒ **Semáforos**

Enseñe al niño lo que significan los colores de los semáforos. Muéstrole por qué es importante pararse con el rojo, estar atento con el ámbar y avanzar con el verde. Utilice después la simbología de esos mismos colores para mostrar su significado en las relaciones personales. Abrazar a un amigo es “verde”, comportarse de forma maleducada con un familiar es “rojo” y así sucesivamente.

⇒ **Elegir la propia ropa**

Al vestir al niño, déle la oportunidad de escoger; aunque siempre entre dos opciones, no más. Por ejemplo: “¿Qué calcetines quieres ponerte?” “¿Cuál de estas dos camisas prefieres?”. Esta acción va desarrollando su autonomía y fortaleciendo su sentimiento de libertad.

No se esclavice, sin embargo, cediendo siempre a los gustos y exigencias del niño. Si insiste en no ir a la fiesta con determinado calzado, manténgase firme y diga que entonces no hay fiesta. Sea coherente y manténgase firme, pero no confunda nunca firmeza con aspereza en las formas y en la voz.

⇒ **Desafíos y problemas**

Muchos niños, hacia el año y medio, se vuelven negativistas, rechazándolo todo, diciendo “no” a cada propuesta. No busque problemas donde no los hay, sea firme y sincero y no se irrite. Estas actitudes constituyen una fase de autoafirmación que dura poco tiempo, sobre todo cuando nuestras reacciones no valoran de forma exagerada esa voluntad de atraer la atención adulta.

A ninguna madre de verdad le gusta separarse de sus hijos y ningún niño acepta de buen grado la separación de su madre. Pero la separación es imprescindible, aunque sea durante unos momentos y, para que el niño se prepare para esas separaciones y adquiera alguna independencia y autonomía afectiva es esencial que asuma cierto distanciamiento y sepa aceptar la inevitable ausencia de la madre durante muchos momentos.

La mejor manera de que acepte esa ausencia, en la franja de año y medio a dos años, es superarla con algún *símbolo de la presencia*, proponiendo, por ejemplo, el contacto con objetos que compartan juntos. El entretenimiento del niño con la pelota, la muñeca, la carretilla, la toalla con la que antes jugara con la madre crea, al mismo tiempo, la seguridad de la presencia (a través del objeto) con la certeza de la ausencia física. Este es un recurso muy utilizado y recomendable en el periodo de adaptación del pequeño a la guardería o jardín de infancia.

6. LENGUAJE Y PENSAMIENTO

En el período que va del año y medio a los dos años, el niño conquista el lenguaje y, con ello, imprime mayor autonomía a sus pensamientos. Ya entiende las palabras y, aunque no consiga pronunciarlas correc-

tamente (pues los órganos del habla todavía están madurando), acostumbra a inventar sílabas y crear nuevas palabras. Es importante que, al no hablar bien, no se le corrija, sino que se le repita de forma correcta lo que haya dicho de forma equivocada, para que él pueda oírlo.

La idea de posesión se fortalece con la conquista del sentido de “mío”, así como la negación e indicios de un “no sé”.

⇒ ***Un “baño” de naturaleza***

Ayude poco a poco al niño a nombrar los elementos de la naturaleza. Salga a pasear con él de un cuarto iluminado a otro oscuro, diciendo lentamente “claro”, “oscuro”. Las palabras dichas de manera lenta y clara y con gestos lo llevan a investigar y descubrir el viento, la lluvia, el día, la noche.

Esta inmersión del niño en el descubrimiento de la naturaleza no solo debe implicar la percepción visual, sino también la dimensión sonora de este descubrimiento. Imita sonidos naturales (como la lluvia, el viento y otros) y haga que él los imite también. Si, por casualidad, sin esa acción dirigida, se da cuenta de que en algún momento la ejecuta, no deje de aplaudirlo por el éxito de esa transferencia.

⇒ ***Enseñar al niño a ensayar***

Delante del niño, finja que está masticando alguna cosa y compruebe si es capaz de imitarlo. Tal vez esa posibilidad no se materialice en las primeras ocasiones, pero, siempre que se repita esa acción, estamos estimulando sus neuronas espejo y no será ninguna sorpresa que aprenda a imitar esa acción.

Después, poco a poco, vaya inventando otras situaciones, simulando, por ejemplo, que está durmiendo; finja después que se despierta y que se despereza y vaya así, al mismo tiempo, desarrollando acciones motoras que se asocian al desarrollo de sus pensamientos y su lenguaje.

Uno de los momentos más “intelectualizados” del niño se manifiesta cuando se muestra capaz de producir asociaciones, transfiriendo imitaciones aprendidas a momentos distantes de esa ocasión. Si un día, sin que usted le presente estímulos, el niño reacciona y los hace

de forma espontánea, asociando sus gestos a un ruido, una palabra, una percepción, es señal evidente de que sus “neuronas más fortificadas” producen sinapsis interesantes.

⇒ ***Figuras***

Muestre siempre figuras diferentes en revistas, describiendo lo que esté mostrando y dando ocasión para que el niño también pueda describir lo que esté viendo. Muestre, por ejemplo, un paraguas y diga esa palabra, pase algunas páginas y pronuncie: “paraguas”, comprobando si el niño es capaz de hallar la figura mencionada.

Dé continuidad a estos estímulos, dejando las figuras de la revista para hacer dibujo libre. Dibuje para el niño y pregúntele por el sentido de su dibujo.

Coleccione recortes de revistas con ilustraciones de animales, personas, frutas y objetos en diferentes tamaños. Muestre después esas ilustraciones al niño, ayudándole a que cree conjuntos, reuniendo así personas, animales y objetos, aunque sean de tamaños diferentes.

Con esos mismos recursos, explore el lenguaje verbal, diciendo los nombres de las figuras representadas y evaluando, días después, cómo se desenvuelve en esas asociaciones. Es importante que el niño descubra que, además del lenguaje verbal, hay otros lenguajes para expresar el mismo pensamiento. Por ejemplo: puedo decir “agua” mostrando la que sale del grifo y, después, llevarlo a ver el agua de un vaso, el agua en una ilustración y, de ese modo, hacer que sus pensamientos hagan un viaje por diferentes lenguajes.

⇒ ***La hora para hacer algo, no es “antes de la hora”***

Hágale descubrir al niño, poco a poco, que hay una hora para jugar, pero también, una hora para comer, para el baño, para acostarse. Si usted no se organiza muy bien en cuanto a la administración de su tiempo, no contamine los hábitos del niño con esa desorganización. Si demuestra que no quiere comer a la hora correspondiente, guarde la comida para servirla después; no se deje sobornar por el rechazo de un alimento y la opción por otros.

⇒ **Divorcio y separación**

Todos los años, miles de niños se ven afectados por la separación de sus padres. Para los adultos, el impacto de una separación es siempre inmenso, pero se espera que las dos partes asuman con madurez las consecuencias de esa decisión, en especial en lo referido a cómo estas consecuencias afectan a los más pequeños.

Aunque cada caso sea específico, existen algunos procedimientos que han de asumirse.

De forma resumida presentamos en la siguiente tabla actuaciones positivas que debemos desarrollar *siempre que sea posible*, así como actuaciones negativas en las que *nunca o casi nunca* debemos caer en caso de separación o divorcio.

SIEMPRE QUE SEA POSIBLE...	NUNCA O CASI NUNCA...
Hable con el niño con serenidad y con firmeza, mostrando que vivir a distancia del padre o de la madre, o incluso con otro compañero o compañera, no implica falta de amor. Aunque distantes, padres y madres aman a los hijos como si viviesen juntos.	Considere que el litigio y la separación son “cosas de adultos” y que, el niño debe distanciarse de esta nueva realidad (Respete su edad y su capacidad de comprensión y converse con él mostrándole que, con la separación, el amor de los padres por los hijos no disminuye).
Muestre que es normal que las parejas se separen como es normal que las personas cambien de empleo y que la separación puede tener muchos motivos, pero que nunca fue provocada por el niño.	Busque alguna forma de “complicidad” del niño, poniéndolo de una parte o de otra. (Es esencial la grandeza de respetar al otro, aunque íntimamente no se esté de acuerdo con las razones de la separación).
No trate de hacer “olvidar” al niño la separación ni justificarla con mucho énfasis. Muestre que, muchas veces, incluso parejas que no se separan pueden vivir distantes por razones de empleo u otras causas.	Haga como si la separación no hubiese existido e, incluso sabiendo que es irreversible; ni hable con el niño dándole a entender que es un estado transitorio y que, un día u otro, la pareja se va a reconciliar.

SIEMPRE QUE SEA POSIBLE...	NUNCA O CASI NUNCA...
Comprenda que la separación causa siempre algún “problema emocional” en el niño y que eso puede plantearle alguna dificultad para adaptarse a una nueva situación. Sea paciente y ayúdelo, poco a poco, a asumir el cambio.	Fuerce al niño a encarar la separación con normalidad. (Acepte que esa separación trastorna al niño y esté atento para buscar ayuda para usted, para el niño o para los dos, si fuera imprescindible).
No trate de “envenenar” al niño con celos o críticas contra el otro cónyuge. Si no puede manifestar sentimientos de admiración, no trate de hacer que el niño asuma su frustración.	Haga que el niño se sienta de una parte y, por tanto, contra la otra. (Muestre, en todas las ocasiones, que el hecho de que las parejas se separen no implica que se odien y dejen de percibir las virtudes que un día los sedujeron).
Si fuese necesario que otros niños de la nueva relación vayan a vivir juntos, explique que esos nuevos niños son nuevos amigos y, con seguridad, recibirán su amor sin que haya menos amor hacia el hijo o la hija. Enseñe que amar a otros no disminuye el amor a uno.	Permita que el niño, hijo o no, perciba proteccionismo. (Acoja a los hijos del nuevo cónyuge o pareja con medidas de igual cariño y administre siempre los conflictos entre los hermanos por imperativo de la justicia. La razón, en esos casos, siempre debe sobreponerse a los sentimientos).

7. CONTROL DE ESFÍNTERES

La mayor parte de los niños controlan antes las heces que la orina y, una vez más, el sexo femenino presenta un control más precoz. En la fase entre año y medio y dos años, aproximadamente, no es raro un período marcado por una inmensa curiosidad en la que todo niño tiene que tocar todo lo que expulsa y, así, es natural que revuelva en sus heces. Esa actitud nunca debe considerarse como falta de higiene y los padres deben encararla con naturalidad, evitándola, en la medida de lo posible, sin reprimirla nunca.

Lo normal suele ser la evacuación después de la comida y, por eso, es importante acostumbrarlo a sentarlo en la taza del váter después de comer, esperar algunos minutos y, “si no ocurre nada”, retirarlo tran-

quilamente. Haga elogios si sale bien; en caso contrario, simplemente olvídelo.

Nunca demuestre sentimientos de repulsa por las heces, dado que esa actitud puede llevar al bebé a sentir que hace algo malo.

El retrete nunca debe simbolizar “un mundo extraño” para el niño y, sentado en él, puede distraerse con una revista y sus ilustraciones o con una agradable charla que desvíe su atención a la espera de que haga sus necesidades. En caso de que se sienta a gusto, anímelo a imitar sus procedimientos, simulando el uso del retrete.

CÓMO ELEGIR UNA BUENA ESCUELA DE EDUCACIÓN INFANTIL

Sabemos que muchas escuelas de educación infantil ya han alcanzado estándares de excelencia internacional y que pueden propiciar un trabajo que contemple lo que hoy sabemos sobre la evolución de la mente humana.

En los puntos que aparecen a continuación enfatizamos algunos de los procedimientos posibles que orientan la búsqueda de una escuela deseable por parte de los padres.

- *Todas las actividades previstas forman siempre parte de un plan*, componen la estructura de un proyecto educativo seleccionado, planeado y entrenado con todo el equipo, pero flexible y dinámicamente abierto a una permanente reconstrucción.
- *Del proyecto educativo común deben surgir proyectos específicos para cada grupo de niños*, y estos proyectos necesitan estar siempre integrados por sus objetivos y por las conquistas que se esperan de cada uno en particular.
- *No se separa la idea de jugar de la idea de aprender* y, de ese modo, divirtiéndose y jugando, el niño construye conceptos, explora su creatividad, inventa y reinventa, transformando la realidad de su entorno, de sus emociones y de su cuerpo.

- Las ideas de *preservación, reciclaje y conservación se asocian siempre a las experiencias de hábitos de vida saludables*, y los progresivos descubrimientos del cuerpo y del movimiento se asocian al descubrimiento del pensar.
- A los niños nunca se les enseña para esto o aquello, pues *existe la plena aceptación de que las respuestas de su desarrollo son siempre únicas e incomparables*.
- *A ningún niño, en ninguna circunstancia, le está permitido frecuentar la escuela sin que se sepa mucho de su salud*, su familia, los deseos de sus padres y el diagnóstico de sus tendencias.
- Ninguna persona es admitida para trabajar con los alumnos sin pasar por un período de prácticas en las cuales se adquiere un conocimiento integral de los fundamentos teóricos que inspiran los modelos pedagógicos desarrollados.
- *El ambiente siempre es propicio para el descubrimiento y, de esa manera, se evita el verbalismo, la instrucción y la fundamentación de estereotipos*. Se estimula a los niños para que valoren su producción, descubran el placer en el proceso de construirla, tracen planes, se autoevalúen y compartan ideas con los adultos y otros niños. Son estimulantes los espacios destinados a hojear, leer, recortar, pegar, producir diálogos, inventar historias, experimentar en el agua, descubrir la tierra.
- *La distribución de las funciones y del tiempo atribuido a cada una de ellas, aunque integren elementos del proyecto, se discute con la participación e interacción dinámicas de todos, y entre estos se incluyen representantes de los padres, de la comunidad, así como cualquier persona que pueda aspirar a mantener cualquier contacto con los niños*.

Son escuelas que creen en la educación infantil, proporcionando *el significado de la palabra y la construcción de conceptos*. Las cosas, las formas, los tamaños, los sentimientos y las sensaciones adquieren nombres a partir de experiencias, y su expresión por parte del niño se produce en un clima de afecto y espontaneidad.

En estas escuelas nunca se desprecia la curiosidad natural y las experiencias constituyen acciones del día a día. Las experiencias

directas y la participación activa del niño en todas las actividades, a través de ambientes creados por los maestros, paseos, entrevistas a invitados y excursiones programadas, son la base de los procesos de enseñanza-aprendizaje. Se priorizan actividades al aire libre cuando el tiempo lo permite y, en esas actividades, se lleva al niño a descubrir su cuerpo y sus movimientos y a conocer los elementos de la naturaleza y la vida que en ella surge.

A través de estas experiencias y actividades se pone un cuidado especial en despertar en el niño la curiosidad para observar y descubrir semejanzas y diferencias entre objetos, personas, plantas, animales y aparatos, y para discutir con otros niños sus descubrimientos, asumiendo y expresando sus sentimientos. Así se estimula la cuidadosa observación de diferencias y del descubrimiento de que estas no implican una jerarquía de valores y, al descubrirlas, los niños construyen la comprensión de que vivimos en una sociedad multiétnica y en un medio multicultural.

Para lograr una educación intercultural, las escuelas deben propiciar múltiples oportunidades para que los niños entren en contacto y promuevan diálogos sencillos con palabras de otras lenguas, y múltiples experiencias con la música, el sonido y el ritmo, tanto de su propia cultura como de otros pueblos.

A las estas edades es muy importante ejercitar la atención gracias a actividades articuladas que exijan concentración. Se destruye así el mito de que la “atención no es educable” y que, por tanto, la capacidad de concentrarse de este o de aquel niño constituye un atributo personal. Se acepta que existen diferencias potenciales en cuanto a la capacidad de concentración, pero, sobre todo, se sabe que ese potencial responde favorablemente a estímulos.

Cualquier escuela que se precie de serlo está moralmente obligada a ofrecer apoyo especial a quienes demuestran dificultades tanto en cuanto a la realización de experiencias, construcción de conocimientos, comportamientos solidarios en los juegos, como dificultades específicas ligadas al afecto, a la palabra y al movimiento.

Un cuidadoso porfolio personal, enviado periódicamente a los padres, registrará la evolución del niño en toda su producción y su expresión.

Cada escuela, verdaderamente inserta en el contexto de la realidad de sus alumnos, constituye un núcleo de enseñanza lleno de peculiaridades que ningún texto puede reproducir.

Lo que presentamos anteriormente representa algunas líneas de procedimiento y algunas directrices orientadoras de un sistema de enseñanza que se muestra verdaderamente actualizado. Creemos que el análisis de estos elementos se completa con los siguientes componentes:

- *Tiempos.* Mezclando actividades, alternando momentos de esfuerzo y concentración con otros de acciones más leves, recreo y relajación.
- *Higiene y alimentación.* Hay que estimular la autonomía del niño, enseñándole a lavarse las manos, vestirse, cuidar su material, guardar sus juguetes, ser respetuoso y educado. El menú de las comidas debe elaborarse siempre bajo la orientación del nutricionista.
- *Espacio físico.* Es ideal que exista un área verde, aparatos para trepar y que las salas estén bien iluminadas y ventiladas, que los elementos móviles no tengan esquinas peligrosas y que se ajusten al tamaño de los niños.
- *Auxiliares.* Son esenciales los maestros preparados, pero es importante que cuenten con auxiliares en la organización de la agenda, en las comidas y alimentación. Lo ideal en la franja de año a año y medio es que no haya más de diez niños por educador.
- *Reuniones.* Debe existir una plena apertura y una comunicación fluida en las relaciones entre padres y maestros y, además de los comunicados e informaciones, es importante una agenda de reuniones con debates, explicaciones e invitaciones a encuentros con especialistas sobre la educación infantil en el hogar y en la escuela.

5. De los dos a los tres años

LOS MÁGICOS CAMBIOS CEREBRALES DE LOS DOS A LOS TRES AÑOS

Muchas madres se quejan: “¡Está terrible!”. Además de las lágrimas obstinadas y de las pataletas, de los noes persistentes y del alboroto generalizado en relación con sus cosas, el niño de dos a tres años de edad parece adorar hacer cosas que se oponen a lo que sus padres quieren que haga.

Esa insistente terquedad, común a la mayor parte de los niños en esta fase, es una de las señales más marcadas del desarrollo de la *personalidad infantil*. Sorprendiendo a los adultos por la rápida transformación en relación con la fase anterior, ahora les encanta explorar su ambiente, volviéndose más confiados y más ansiosos para afirmarse y reaccionan de forma definida porque perciben con claridad cuánto se están separando de la persona con la que les gustaría estar.

Además, en esta fase es corriente que el niño desarrolle el sentimiento de *esperanza*, es decir, la creencia de que puede satisfacer todas sus necesidades y obtener todo lo que desea. Es una fase magnífica en la que surge el *pensamiento mágico*, dando vida a objetos inanimados, haciendo que un simple lápiz se transforme en una nave espacial. Creen realmente en Papá Noel, en los Reyes Magos, en el ratoncito Pérez o en el conejito de Pascua, y ningún adulto debe sentirse tentado de quebrar ese encanto. Hacia los seis o siete años, es inevitable que esto se acabe, como si nunca hubiera ocurrido.

En esta fase se produce otro cambio significativo: a medida que maduran —física, cognitiva y emocionalmente—, los niños parecen caminar rápidamente en dirección a la *autonomía*, queriendo hacer todo solos, desde andar a alimentarse, desde vestirse a desobedecer, empeñados en tratar de imponer sus propias ideas e identificar sus propias preferencias. La búsqueda de esa autonomía, entretanto, lleva al niño a demostrar un principio de *autorregulación*, con el control del comportamiento para adecuarse a las expectativas de los adultos.

Esto implica, en otras palabras, decir que *aprenden* procedimientos y, si perciben firmeza en sus mediadores —padres, madres, abuelos, maestros y otros—, descubren que *no merece la pena insistir en una actitud*, pues no será con terquedad y persistencia como consigan el agrado que tanto desean. Así, si no quieren algo, se tiran al suelo y si no encuentran a adultos que, “muriéndose de pena”, los levanten, descubren que esa actitud no es la que les lleva a cambiar los hechos. El desarrollo de la autorregulación es paralelo al de la *conciencia cognitiva*, almacenando informaciones y actuando de acuerdo con los padres. Es una fase admirable en la que el empeño de los adultos es extremadamente significativo, estimulando esa autorregulación. Pero, ¿cómo hacerlo?

En primer lugar, considere que esas expresiones de autoimposición constituyen una sana búsqueda de la independencia y que el niño necesita una ayuda persistente, basada en los siguientes aspectos:

- *Flexibilidad*. Al adulto le toca aprender los ritmos naturales del niño así como sus preferencias, cediendo siempre que sea posible y manteniéndose firme cuando sea imposible.
- *Seguridad*. Estableciendo límites que transmiten al niño la confianza de que debe explorar el mundo, pero sabiendo que pueden contar con un apoyo imprescindible.
- *Receptividad*. Haciendo todo lo posible para hacer el espacio del niño —en casa y en la escuela— lo más receptivo posible, lleno de objetos diferentes que pueda manipular sin romperlos, sin tragarlos y sin hacerse daño.
- *Comprensión*. Evitando siempre cualquier tipo de castigo físico, primero porque es una cobardía y, en segundo lugar, porque nunca funciona realmente.

- *Constancia*. Reforzando siempre la posición esencial y las medidas necesarias, no contaminando al niño con cambios en nuestro estado de humor. Aguarde siempre unos momentos antes de repetir una petición, cuando no obedezca inmediatamente.
- *Paciencia*. Evitando interrumpir lo que el niño esté haciendo a menos que sea absolutamente necesario y esperando que su atención cambie de foco.
- *Diversidad*. Proponiendo siempre alternativas, ofreciendo opciones (“¿Prefieres una manzana o un zumo?” “Ya es hora de dejar de jugar, ¿nos damos un paseo?”).
- *Alegría*. Acompañe las peticiones del niño con una sonrisa, buena disposición, abrazos.

La fase que va de los dos a los tres años es también un período sorprendente de *desarrollo emocional*. El desarrollo emocional depende de algunos factores innatos y visibles desde el nacimiento y de otros que aparecen como influencia del ambiente y de la educación recibida. Vea en la lista siguiente cómo es significativa esta fase para la aparición de Las expresiones emocionales del niño:

Las *expresiones emocionales* del niño suelen seguir esa secuencia:

- *Presentes desde el nacimiento*: interés, sonrisa sin razón aparente, sorpresa, incomodidad y repugnancia.
- *De 3 a 7 semanas*: sonrisa social.
- *De 2 a 4 meses*: rabia y tristeza.
- *De 5 a 7 meses*: miedo.
- *De 1 a 3 años*: autoconciencia, empatía, vergüenza, envidia, timidez, culpa y desprecio.

Investigaciones recientes desarrolladas en Estados Unidos y en Europa destacan que ciertos rasgos temperamentales, como irritabilidad, alegría, agitación o calma, tienen rasgos genéticos, pero son extremadamente importantes en esta caracterización las condiciones ambientales, en las que un lazo afectivo y seguro es condición destacada en el desarrollo del temperamento.

Cuando se acercan los tres años, el niño sigue sorprendiendo y ya destaca por su habilidad motora, pudiendo tocar un tambor con algún ritmo o soplar un silbato, relacionando sonidos y distinguiendo instrumentos musicales diferentes.

El niño nos asombra por su increíble agilidad, haciendo varias cosas al mismo tiempo y, así, es capaz de correr y chupar un sorbete, relacionándose mejor con los otros, haciendo el primer amigo y descubriendo diferencias entre los sexos y, así, la niña se reafirma en actitudes y comportamientos de madre, mientras que el niño repite manías del padre y asimila deprisa las maneras de los héroes que descubre en los dibujos animados que ve. Es la hora de comenzar a aprender a agarrar el lápiz.

1. ÁREA COGNITIVA

A los dos años, un niño satisfactoriamente estimulado puede decir de cincuenta a sesenta palabras diferentes, pero, a partir de esa edad, ese vocabulario aumenta de forma extraordinaria, pudiendo identificar objetos familiares y sus propiedades. Tan extraordinario como el desarrollo de su lenguaje es también el desarrollo de la memoria, recordando cosas que ni los adultos recuerdan algunas veces. Un poco más adelante, comienza a “hablar por los codos” y debe elogiársele siempre por ello, sin que se encuentre con ningún adulto que no esté dispuesto a esa enriquecedora charla.

⇒ *El descubrimiento del lápiz para escribir*

Es importante que el niño aprenda a agarrar el lápiz y, aunque insista en cogerlo, necesita ayuda y mucha paciencia para agarrarlo como hace el adulto. Es importante que se le anime a dibujar y a explicar los dibujos que hace.

⇒ *La inteligencia espacial y temporal*

La inteligencia espacial tiene en esa fase una oportunidad de gran expansión y, por esa razón, es importante que se estimule al niño

para que desarrolle juegos de apilar y de encajar. Consiga cajas de cartón o formas plásticas diferentes y ayúdelo a encajar y apilar. Si observa que hace bien esa tarea, vaya poco a poco ampliando los límites de dificultad, ofreciéndole más piezas, desafíos de mayor entidad.

Ayude al niño a descubrir la diferencia entre “hoy” y “ayer” y, poco a poco, vaya estimulándolo para que perciba el sentido del “antes” y el “después”. Haga frases explorando este descubrimiento y juegue con el niño, pidiéndole que también él construya oraciones que destaquen esa percepción.

⇒ ***Frases más largas y el uso del plural***

Ayude al niño a construir frases más largas, pero no se apresure con esta ayuda. Juegue en esos momentos a hacer experiencias con el singular y el plural. Añada poco a poco palabras nuevas al vocabulario del niño y, cuando vea que emplea una palabra recién aprendida, aplauda con entusiasmo y repítala para que la incorpore a su habla.

Siempre que pueda, evite las respuestas monosilábicas del tipo “sí”, “no”, “es”, “no es”. Procure siempre hacer estas respuestas más completas y, cuando observe que el niño responde de forma monosilábica, pídale que complete su oración.

⇒ ***Espejos***

Presente un espejo al niño y muéstrole cómo jugar consigo mismo haciendo muecas, imitando a personas o animales, observando diferentes maneras de caminar. Tenga a mano sombreros diferentes, pedazos de tela, una bufanda vieja e improvise pelucas, invente fantasías. Haga que el niño represente.

⇒ ***Asociación de música e imágenes***

Estimule al niño para que asocie músicas e imágenes. Muéstrole algunas imágenes que le hagan recordar una u otra música y haga que él tenga también las suyas. Propongale: “Vamos a escoger una

música que indique que la cena está preparada. ¿Cuál será nuestra música para la hora del baño?”.

El niño de poco más de dos años ya es capaz de percibir el encanto de la música y, así, es importante que cante al son de canciones adecuadas a su edad. Aplauda su iniciativa y anímelo siempre.

⇒ ***Las historias, ahora, un poco más complejas***

Lea para el niño siempre que pueda, aunque sea una noticia de periódico. Detenga la lectura y haga preguntas sobre el tema que esté leyendo o sobre la intención de los personajes buscando que adivine lo que seguirá.

Las historias que ya eran importantes oír en la fase anterior, tienen que seguir siendo contadas para estimular con más vigor la entrada en el mundo de la fantasía. Ha llegado la hora de los cuentos de hadas, de las narraciones en las que intervienen reyes y princesas, dinosaurios y caballos alados. El niño recibe bien la alternancia entre historias graciosas y otras curiosas, adora los animales que hablan y que asumen determinados comportamientos. Aunque usted sepa muchas historias de memoria, tenga en las manos un libro para que el niño pueda asociar el libro con la infinita riqueza que alberga. Es el primer paso para que, más tarde, le guste leer.

Es importante que toda historia contada envuelva al niño en una interacción activa, desafiándolo con preguntas incitantes, no para que adivinen, sino para que ayuden a crear enredos y situaciones. Por ejemplo, al hablar de un castillo, proponga: “Vamos a imaginar cuál sería su color. ¿Cuántas ventanas hay? ¿Qué brilla en el cuarto en el que está encendida la luz?”. Y así sucesivamente.

⇒ ***Herramientas***

Disponga dos o tres herramientas: pala, martillo y destornillador u otras (si son de juguete mejor) y enseñe al niño y a la niña a utilizarlas en actividades sencillas. Esto no solo ayuda a desarrollar su habilidad motora, sino también el sentido desafiante de acciones diferenciadas. Cuando observe que el niño sabe “jugar” con esas herra-

mientas, cambie una de ellas por otra y, de ese modo, reserve algunos minutos alguna vez por semana para que ejercite esa práctica estimulante. Después de algún tiempo anímelo a que sustituya esas herramientas por un palo y así “martillar, cavar y atornillar”.

Con dos años y medio, poco más o menos, el niño es capaz de contar. Es importante que, sin forzarlo, se le ayude. Muéstrole así el significado del *uno*, del *dos*, del *tres* e insista siempre, desafiándolo a que coja *uno* o *dos* objetos.

En la franja de los dos a los tres años, opte por juegos que evoquen situaciones de la vida real y cotidiana del niño. Es interesante que tengan muchas piezas y que el niño se sienta animado a colocarlas en una caja, si es posible, separándolas por sus colores. Es importante que sepa martillar, guardar en cajas y amontonar.

⇒ ***Jugando con el caleidoscopio***

El caleidoscopio es un juguete sencillo y barato que ayuda al cerebro infantil a descubrir y crear imágenes diferentes. Preséntele un caleidoscopio, pídale que observe una imagen y que procure dibujarla en una hoja de papel. Dibuje usted algunas de las imágenes observadas para que el niño vea cómo lo hace; sugiera para que él también construya figuras descubiertas.

⇒ ***Jugueteeando con un reloj de arena***

Presente al niño un reloj de arena. Muestre que la arena, al caer, marca el tiempo. Juguetee para que adivine, cubriendo el reloj de arena con un paño, el tiempo exacto que tarda la arena en caer. Hágale que asocie el tiempo que la arena tarda en pasar de una a otra parte con algún acto cotidiano de su vida.

⇒ ***El descubrimiento de los colores***

El mismo procedimiento desarrollado con la música debe hacerse con los colores. Con paciencia, enséñele a diferenciar dos colores y después, tres. Deje objetos de colores diferentes y pídale: “Agarra la pelota

azul”. Si se equivoca, muéstrole, sonriendo, que es la otra; si acierta, aplauda. Cuando observe que se siente seguro haciendo esa identificación, introduzca un tercer color y llévelo así al dominio de los colores primarios. No lo fuerce ni le exija mucho, y sepa apreciar sus progresos.

⇒ ***La asociación: objetos, sonidos e imágenes***

Sea un pródigo inventor de juguetes de manera que el niño se sienta estimulado a identificar objetos por medio del sonido que esos objetos emiten. Háglele descubrir, poco a poco, con los ojos vendados, el sonido de una cuchara golpeando un vaso, el agua saliendo por el grifo abierto. Si puede, prepare algunos frascos con cantidades diferentes de agua y muestre al niño cómo producen sonidos diferentes cuando se tocan con un tenedor o una cuchara.

Tenga siempre una colección de figuras, recortadas de revistas, guardadas en una caja y, una vez cada dos o tres días, muéstreselas al niño, para que identifique animalitos, descubra colores, perciba cantidades. Incluya en esa caja algunos números de tamaño grande (si no los encuentra, hágalos con el ordenador) y ayúdelo a descubrir el dibujo del “2”, del “5”, etc.

⇒ ***Una agenda verbal***

Estimule la memoria del niño, recordando con él lo que hace durante el día o lo que realizó el día anterior. Tome la iniciativa de esos recuerdos, pero pida su intervención para que “le ayude a recordar” adónde fue, qué comió, con qué jugó, cómo iba vestido, qué cuento se contó a la hora del baño y así sucesivamente.

2. ÁREA SENSORIAL

⇒ ***Música y vida***

El adulto al que le encanta la música y comparte con el niño ese encanto despierta en él ese gusto. Pero, además de la importancia

de la música como exploración del aprendizaje del “escuchar” —que es mucho más que “oír”—, su importancia se manifiesta por el ritmo que propone y, a través de él, por la educación del movimiento.

⇒ ***Aventuras de descubrimientos***

Ayude al niño a ampliar su idea de cantidad, proponiéndole desafíos del tipo: “¿Dónde hay más?”, “¿En qué montón hay menos?” Enseñe a contar y materialice su experiencia de recuento utilizando lápices o botones. Por ejemplo: el niño dice “uno” y coge un botón, después dice “dos”, cogiendo dos botones, y así sucesivamente.

⇒ ***Una visita al jardín botánico o al zoológico***

Antes de ir al zoológico o al jardín botánico, prepare la visita. Anúnciela con antelación haciendo crecer las expectativas del niño. Ayúdelo a investigar los hábitos de algunos animales, invente historias sobre ellos y, durante el paseo, haga siempre muchas preguntas, proponga adivinanzas, organice sorpresas.

Hable con los niños sobre los animales útiles y los nocivos y, poco a poco, haga que el niño descubra que la vida se muestra a través de múltiples formas. Enseñe que las hormigas, las termitas, las moscas también tienen hijos y que los protegen: muéstreles que esos animales trabajan.

Con un pedazo de algodón húmedo o un puñado de tierra, enseñe al niño la belleza de la germinación. Muéstrele que, como en el caso de las personas, existen plantas bebé, plantas que crecen. Siempre que pueda, comparta su encanto por un árbol florido, aprécielo con cuidado. Vaya hasta el árbol y, como quien hace una investigación, descubra sus secretos. No se olvide de la ayuda de una lupa.

Siempre que salga con el niño, observe algo que sirva de señal en los lugares por dónde pase y, después del paseo, procure comprobar si recuerda esos detalles. “¿Recuerdas haber visto una casa de color amarillo? ¿Dónde estaba? ¿Qué dijimos en relación con ella? ¿Recuerdas que pasamos al lado de un arbusto todo florido? ¿Te acuerdas de dónde fue?”.

⇒ ***Descubriendo espacios fríos y espacios calientes***

Despierte la sensibilidad del niño hacia las condiciones meteorológicas, haciendo que perciba la diferencia entre lugares un poco más fríos, como un bosque o una sombra, y otros más cálidos. Hágale sentir el viento y, en días calurosos, moje su mano para que perciba cómo el paso del aire altera las condiciones térmicas del cuerpo mojado.

⇒ ***La percepción de la medida***

Juegue siempre con el niño preguntándole, por ejemplo, qué vaso está más lleno, cuál está más vacío. Después de sus respuestas, muestre el resultado de la experiencia, vaciando el contenido en otro vaso. Utilice vasos de diferentes alturas y muestre que nos engañamos con facilidad cuando pensamos que un vaso más alto tiene más agua que la altura más baja del agua en un vaso más ancho.

Haga en el ordenador (o incluso a mano) números bien grandes — del tamaño de una hoja de papel— y enseñe al niño a reunir encima de esas hojas la cantidad de objetos expresada por el número. Por ejemplo, cuántas hojas caídas de los árboles tenemos que coger para ponerlas sobre el papel en el que está el número 6.

Use pajitas de refrescos cortadas en diferentes tamaños para que el niño ordene mayores y menores, mayores con menores. Para que cuente pedazos que extraiga del fondo de una bolsa sin mirar los objetos que palpe.

Enseñe al niño a medir algunas distancias con sus pasos. Mida con una cinta métrica cuántos metros camina en diez pasos y, después, utilice ese conocimiento para calcular y para evaluar distancias.

3. ÁREA MOTORA

A partir de los dos años, la movilidad del niño se hace intensa y sus acciones y sus movimientos agitan y estimulan el cerebro. Por esa razón, sin exageraciones pero con constancia, hay que orientar sus movimientos. Será capaz, por ejemplo, de esbozar un dibujo, girar un

pomo, amontonar algunas piezas, pero, voluntariamente, prefiere hacer lo que para los adultos es una “gracia” y, si solo sonreímos y aplaudimos ante algunas de sus acciones, acaba olvidándose de las otras. Por este motivo, los padres y los maestros deben pensar en el cuerpo del niño de manera integral, promoviendo su desarrollo armónico.

⇒ ***Control de las manos***

Es importante que el niño utilice siempre las manos, desarrollando las actividades de sujetar, arrastrar y agarrar. Jugar con un niño de dos a dos años y medio, procurando desarrollar su área motora, presupone sugerir desafíos sucesivos en la tarea de trepar a un banco, sujetar el lápiz y la cuchara, saber agarrar uno y, más tarde, dos vasos, asir una taza por el asa y así sucesivamente.

Un valioso recurso para el desarrollo de la motricidad fina es la arcilla, la masilla no tóxica o la plastilina que venden en los comercios. Asistiendo siempre a estas actividades para evitar que el niño se meta en la boca estos productos, es importante que, una o dos veces por semana, se dé al niño la oportunidad de participar en actividades en las que modele, sin que importe mucho lo que quiera hacer.

⇒ ***Sesión semanal de gimnasia***

Un niño de dos a dos años y medio no solo debe caer en la cuenta de que hay una hora para el sueño, para la alimentación y para ir al cuarto de baño, sino que descubra también que está la “hora de la gimnasia”. Este espacio de tiempo —nunca superior a 15 minutos— debe ser un rato agradable de estiramientos y masajes, y de actividades como subir y bajar, sentarse y levantarse, erguir brazos y piernas, etc., todo sin forzar, pero imprimiendo un ritmo a los movimientos de los miembros y del cuerpo.

⇒ ***Sesión semanal de imitación de animales***

Es interesante que el niño aprenda con el adulto a imitar el andar de un gato, el arrastrarse de una cobra, el caminar del macaco y

movimientos de otros animales y que, una o dos veces por semana, tenga un espacio y un momento para la práctica de estas actividades, exagerando los movimientos y estirándose así cada vez más.

⇒ ***Sesión semanal de construcciones***

Del mismo modo que las actividades de ejercicio físico programadas y la sesión de imitación de animales, es importante que tenga momentos en los que se dedique a cortar con tijera, rasgar papel, amontonar piezas, alinear objetos y, de ese modo, hacer con lo que podría ser un juguete accidental un verdadero juego de estimulación de la motricidad fina.

⇒ ***La hora del dibujo***

Reserve un momento durante la semana para la hora del dibujo. Guarde el dibujo y muéstrele al niño los dibujos que ya haya hecho. Si presenta un garabato y afirma que es un avión, pídale que dibuje dos aviones. Vaya proponiéndole desafíos, sin preocuparse por la calidad del dibujo. Si observa interés, pida al niño que pinte sus dibujos. Pinte usted alguno para que se lo vea hacer. Ayúdelo en la selección de colores, sin preocuparse de que el objeto real ilustrado tenga o no ese color.

4. PERSONALIDAD Y AUTOESTIMA

A medida que va sobrepasando la barrera de los dos años y avanza rápidamente en dirección a los tres, el niño comienza a desarrollar una mayor conciencia de sí mismo y ya percibe los límites de sus competencias y capacidades, sea en un nivel físico, sea en cuanto al dominio de su raciocinio.

Es una fase importante para la maduración de su sentido de la autoestima y, por esa razón, los adultos que lo rodean tienen que elogiarlo con sinceridad, destacando los dibujos que hace o los obstáculos que ha de superar.

Al lado del elogio, otra actitud adulta crucial es la extrema atención en escuchar al niño, interesándose por las cosas que dice y estimulándolo para hablar y conversar mucho.

⇒ ***Hábitos de cuidado personal***

Anime al niño a que se calce sus propios zapatos. Ayúdelo un poco, pero deje esa ayuda incompleta pidiéndole que termine él. Haga lo mismo con los calcetines. Ponerse los calcetines y los zapatos es un importante estímulo para la habilidad motora fina.

Además de un imprescindible hábito de higiene, cepillarse los dientes es un estimulante ejercicio de control motor. Muéstrole cómo cepilla sus dientes, ayúdelo a cepillarse, pero alternando su acción con la suya. “Yo he empezado; vamos a ver si ahora eres capaz de continuar...”. No importa si el niño se moja un poco o se ensucia; haga de esta actividad un juego estimulante.

⇒ ***Descubrir herramientas***

Desarrolle una actividad mímica, mostrando los gestos necesarios para manipular un martillo, un serrucho, un destornillador y otras herramientas. Cuando sea posible, con un pedazo de tabla o de cartón, muéstrole el sentido de la utilización de las diferentes herramientas. Anímelo a utilizarlas o hacer gestos sobre cómo se usan.

⇒ ***Libre al niño del sentido de “culpa”***

Existe una tenue separación entre *culpa* y *responsabilidad*. La primera traduce la idea de error y de sanción; la segunda se vincula a la percepción de que todo acto genera una consecuencia y que quien lo hace debe asumirlo. Si el niño olvida un juguete en el parque, es importante recordarle que ponga más atención en sus cosas, sin penalizarlo nunca con un castigo ni con palabras que induzcan a creer que ha cometido algún mal terrible.

Todos olvidamos cosas en algunos lugares y constituye una importante lección aprender a convivir con la pérdida; con disgusto, pero sin culpa.

Ayude al niño a superar pequeños obstáculos con palabras de ánimo y aplauso sincero, pero aceptando que no siempre se consigue lo que se pretende. El miedo a errar puede eliminarse poco a poco con una serena aplicación.

⇒ ***La importancia de la descripción***

Enseñe al niño a describir. Pídale que le describa la fachada de una casa, un árbol, una calle. Vaya solicitando detalles mediante preguntas y más preguntas. Después de una descripción, dígame que cierre los ojos y que ejercite su capacidad de continuar describiendo. Anímele siempre a describir lo que percibe con los ojos y lo que recuerde con los ojos de la mente.

⇒ ***Una plantita enteramente suya***

Déle al niño una planta, enséñele a regarla, a ablandar la tierra, muéstrole la importancia y la ternura que se encierra en el acto de “cuidar”. De vez en cuando, reclámale al niño ese cuidado, siempre sin excesos. “¡Oye! ¿No es hoy el día de regar nuestra planta?”. Hágale descubrir un brote nuevo, la transformación de los colores de las hojas. Enséñele el cambio que se produce en la existencia de todo ser vivo. De vez en cuando, sugiérale que lleve su plantita a tomar un poco el sol, a recibir la lluvia que caiga...

⇒ ***Por favor, gracias, disculpe...***

Enseñe al niño a pedir disculpas, saludar a las personas, respetar los espacios y los derechos de los otros, no con advertencias, sino en la conversación cotidiana y con mucha paciencia. Recuerde que las neuronas espejo de un niño están siempre atentas a las actitudes de los adultos y, de ese modo, dé ejemplo, mostrándose cortés y respetuoso con los otros y hablando con el niño para mostrarle la importancia de ese modo de actuar.

Estimule siempre al niño y sepa reconocer y recompensar su constancia y su perseverancia, y estimule su resistencia a la frustración,

infundiéndole una voluntad de probar una segunda, tercera y hasta cuarta vez lo que no se consiga a la primera. Esté atento para comprobar, teniendo en cuenta su edad, lo que realmente puede y lo que no puede hacer el niño.

5. ÁREA SOCIAL

La fase de los dos a los tres años es para muchos niños el apogeo de la fase de desobediencia. Es un período en el que, con mucha frecuencia, buscan llamar la atención de los adultos, gritando, pataleando, llorando y agarrando. Son reacciones que irritan, pero que hay que encarar, aceptándolas como normales, en el sentido de mostrar que el niño ya ha descubierto que tiene voluntad propia y le gusta expresarla.

Es también una fase en la que ya se abre a las amistades y todas las tentativas de aproximación del niño a otro niño deben ser estimuladas y aplaudidas.

⇒ ***La importancia de compartir***

Muestre al niño cómo comparten cosas los adultos y enséñele a dividir con otros niños la chocolatina que le han regalado, la muñeca que lleva en las manos. Enséñele a jugar a la pelota y muestre que existen actividades que se hacen mejor entre dos que de forma aislada, socializándose de forma lenta pero persistente.

Solemnice el acto de compartir. Muestre al niño que existen días para dar cosas que ya no se usan a otros niños que las necesitan, y que existen días para jugar juntos.

⇒ ***Enseñe al niño a convivir con las pérdidas***

Juegue con el niño y gáñele algunas veces. Muestre con paciencia que, cuando jugamos, unas veces ganamos y otras veces, no. Permita que valore sus victorias, pero nunca de forma excesiva. A ningún niño le gusta perder, pero convivir con las pérdidas es esencial. Es

natural que se entristezca por un equipo que pierde, pero consuele la tristeza mostrando que derrotas y victorias son elementos esenciales de la vida. Nunca subestime ni valore excesivamente sus victorias.

6. LENGUAJE Y PENSAMIENTO

En esta fase, el niño desarrolla una curiosidad y un interés extraordinarios por las palabras nuevas y su capacidad de expresión verbal ya es más segura y consistente. Es importante enseñarle a ser oyente, contando historias, construyendo relatos y, después, pidiéndole que cuente la historia que haya oído y que construya también sus propios relatos.

⇒ *Juegos con mímica*

Promueva juegos con mímica. Invente expresiones faciales y haga de las mismas un mensaje. Haga muecas y pida al niño que lo imite, que descubra en revistas expresiones de alegría, tristeza, espanto, curiosidad y que imite esas expresiones, explicando su significación.

⇒ *Jugar con el silbato*

Déle al niño un silbato e invente juegos en los que tenga que descubrir, con los ojos cerrados, de qué lugar viene el sonido. Cree juegos en los que un determinado sonido sea sustituido por una palabra o una expresión y cuente una historia o narre una escena cotidiana, tocando el silbato siempre que deba aparecer la palabra. Pídale que tenga el silbato en la boca y que lo toque cada vez que usted diga una determinada palabra; que pite dos veces al oír otra y así sucesivamente. Es un juego fácil e interesante para ayudar al cerebro a desarrollar la atención y construir significados.

⇒ *La bolsa mágica*

Invente para el niño una bolsa mágica y, dentro de ella, guarde objetos diferentes, para que los descubra sin mirar, mediante el tacto.

Haga juegos, animándolo a utilizar la sensibilidad táctil para descubrir una moneda, una llave, un botón, un pedazo de lija, etc.

⇒ ***Juegos de secuencias***

Haga juegos que sugieran secuencias de acciones. Por ejemplo, con un muñeco o un recorte de revista con un niño, juegue mostrando lo que se hace después de despertar, ir a la escuela, almorzar, bañarse y así sucesivamente.

⇒ ***Ejercicios de perspectiva***

Ayude al niño a desarrollar ideas primitivas de perspectiva. Por ejemplo: cuando dibuje un árbol o un carro, muéstrole que lo que está más cerca parece mayor que lo que está más lejos. Muestre esos mismos detalles en figuras, fotos, ilustraciones.

⇒ ***Perfeccionar el paladar***

Haga con el niño este juego indicado para estimular su paladar. Separe pedacitos muy pequeños de dulces de sabores diferentes y tenga al lado un vaso de agua. Déle al niño un pedacito de dulce para que lo pruebe y, segundos después, un trago de agua para que limpie el paladar; después, preséntele otro pedacito del mismo dulce o de otro de sabor diferente para que, poco a poco, vaya descubriendo y perfeccionando el paladar, apreciando el gusto diferente de cada uno.

Otras veces, hágale descubrir, con los ojos cerrados, si el pedacito que se ha metido en la boca es de queso o de una u otra fruta.

⇒ ***Educación o castigar***

Un niño nunca debe sufrir violencia y castigo. Eso, sin embargo, no significa que no tengan que existir límites claros y firmeza en su imposición. La tabla que aparece a continuación destaca la inmensa diferencia que existe entre educar y castigar.

EDUCAR	CASTIGAR
Si patalea el niño y empieza a gritar, y ve que distraerlo es imposible, tómelo de la mano y, tranquilamente, llévelo a otro espacio.	Entrar en el proceso de griterío e histeria, pegando al niño, lanzando amenazas sobre castigos y sanciones.
Con paciencia, enseñe al niño el significado de una mirada firme y una expresión severa y utilice esa mirada solo cuando sea necesario.	Mirar con firmeza y, aunque observe que el niño descubre su significado, insistir en amenazas, sanciones o castigos.
Sepa decir “NO” y utilice la autoridad de esa palabra siempre que el niño insista en algo que ya sepa que no debe pedir o hacer.	Reaccionar por “pena” cuando el niño se muestre triste o llore y, de ese modo, dejarse engañar por la astucia del pequeño.
Al observar que dos niños, hermanos o no, comienzan una disputa, intervenga proponiendo una tercera alternativa, otro juego.	Asumir una posición de juez e intervenir a favor de uno o de otro, según su arbitrio. Aunque su juicio sea correcto, los niños nunca lo comprenderán.
Guarde una palabra en voz más alta y dicha con firmeza para raras ocasiones. Use un “NO” severo con economía, guardándolo para situaciones especiales.	Gritar, bramar, decir “NO” a todas horas y en todo momento y, de ese modo, desgastar la idea de oposición, llevando al niño a banalizar sus órdenes.
Cuando el niño se empeñe e insista en hacer lo que sabe que no debe, corte durante algún tiempo aquello que más le guste, como jugar en el patio, ver la televisión o jugar en el ordenador.	Olvidar cualquier sentido lógico en las sanciones y perdonar pataletas y empecinamientos si se está contento o tranquilo e imponerlas con rigor estando estresado.
No tema, en situaciones especiales, dar una palmada en el trasero. La intención no es hacer daño, sino mostrar firmeza y autoridad.	Pegar al niño y, después, arrepentido, hacer cariños y mimos, banalizando las restricciones y provocando la inseguridad de la incertidumbre.
No pegue nunca. La agresión física es un acto de extrema cobardía y la confesión de que no controla una situación de indisciplina.	Asumir el preconceito de que las zurras educan y que los adultos cabales son solo los que fueron agredidos. Una agresión injusta se interioriza y nunca se olvida.

7. CONTROL DE ESFÍNTERES

Entre los dos y los tres años, el niño ya es capaz de mantenerse seco durante más tiempo y, aunque algunos accidentes sean naturales, ya es hora de abordar el desafío de las primeras bragas o los primeros calzoncillos. La sustitución del pañal no debe ser brusca y, para muchos niños y niñas, funciona muy bien comenzar por “un día sin pañal”, desarrollando en él, poco a poco, la construcción de la confianza para no volver a usarlo. Vaya habituándolo a ir siempre al cuarto de baño antes de ir a la cama, tanto para la siesta como para dormir por la noche.

AYUDE AL “PEQUEÑO CIENTÍFICO” O “PEQUEÑA CIENTÍFICA”

En muchos aspectos, la manera de explorar el mundo a través del entorno del niño de dos a tres años recuerda la forma de trabajar de un científico, que examina, hace pruebas, se equivoca y acierta hasta lograr la confirmación de las respuestas que busca.

Cuando empieza a andar, el niño experimenta un inmenso placer circulando por todas las partes de la casa, descubriendo espacios amplios en centros comerciales y esa actividad, como la del científico, se ve propiciada por la voluntad de descubrir, de encontrar explicaciones de las cosas que no sabe. Esa actividad y esas investigaciones son excelentes para madurar uno de los componentes más importantes de sus inteligencias que es el raciocinio.

Cuando comienza a hablar, le gusta experimentar combinaciones de fonemas, se arriesga a inventar palabras a partir de lo que escucha. Por esta razón, gana mucho cuando vive en ambientes “parlantes”, cuando encuentra a adultos que se interesan por oírlo y conversar con él, diciendo incluso cosas que la visión crítica de un adulto consideraría “bobadas”.

Pero, en un punto, el cerebro infantil difiere mucho de la cabeza de un científico. Este investiga, explora, prueba, pero no siempre descubre la respuesta que busca y el niño no: este siempre tiene una respuesta, aunque sea una respuesta mágica.

El raciocinio de un niño de dos a tres años opera siempre con una lógica impensable para el adulto y, por eso, comprende y acepta la muerte, acata con naturalidad la violencia que ve en los dibujos, no se abate con el miedo al desempleo del padre, etc. Igualmente, se queda encantado con Papá Noel, el Conejo de Pascua y otras entidades que crea e inventa. Nada le parece más disparatado que las cosas que hace el adulto.

No se sorprenda si el niño se aburre con un amigo que lo visita, con la película interesante que vea; lo que es bueno a su edad no es lo mismo que lo que es bueno para el adulto y, por esa razón, adora dar vida a objetos inanimados, hacer que un simple lápiz se convierta en un avión, descubrir una caverna encantada debajo de una sábana.

No existe razón alguna para que los adultos se preocupen por ese mundo de fantasía, con ese raciocinio que poco a poco empieza a formarse. Los padres no deben incentivarlo ni reprimirlo, sino encarar esa fase con naturalidad; cuanto mayor es el mundo de fantasía del niño, mayor tiende a ser su desarrollo intelectual futuro. Pero, cuidado; este mundo de fantasía, hacia los cinco o seis años, comienza a declinar y el niño pasa a interesarse por amigos reales y ya no por seres imaginarios.

Bibliografía

- ANTUNES, C. (2011) *Estimular las inteligencias múltiples*. Madrid: Narcea.
- (2009, 3ª ed.). *Juegos para estimular las inteligencias múltiples*. Madrid: Narcea.
- (2005). *A linguagem do afeto*. Campinas: Papiros.
- (2002, 2ª ed.). *A alfabetização moral em sala de aula e em casa: do nascimento aos doze anos*. Petrópolis: Vozes.
- (2001, 4ª ed.). *A construção do afeto*. São Paulo: Augustus.
- (2001). *Um método para o Ensino Fundamental*. Petrópolis: Vozes.
- BONDIOLI, A. y MANTOVANI, S. (1998). *Manual de Educação Infantil: de 0 a 3 anos*. Porto Alegre: Artmed.
- BROUGÈRE, G. (1995). *Brinquedo e cultura*. São Paulo: Cortez.
- CARNEIRO, M. (2002, 7ª ed.). *LDB fácil*. Petrópolis: Vozes.
- CECCON, C. y PROTÁSIO, J. (2000). *A creche saudável*. Porto Alegre: Artmed.
- COHEN, R. y GILABERT, H. *Descoberta e aprendizagem da linguagem escrita antes dos seis anos*. São Paulo: Martins Fontes.
- CUBERES, M. (2002). *Entre as fraldas e as letras*. Porto Alegre: Artmed.
- DIAMOND, M. y HOPSON, J. (2000). *Árvores maravilhosas da mente*. Rio de Janeiro: Campus.
- EDWARDS, C., GANDINI, L. y FORMAN, G. (1999). *As cem linguagens da criança*. Porto Alegre: Artmed.
- FARIA, A. (1999). *Educação pré-escolar e cultura*. São Paulo: Cortez.
- GARDNER, H. (1993). *La mente no escolarizada. Cómo piensan los niños y cómo deberían enseñar las escuelas*. Barcelona: Paidós.
- FELDMAN, D. y KRECHEVSKY, M. (2001). *Projeto Spectrum-Utilizando as competências das crianças*. Porto Alegre: Artmed.
- GARNETT, S. (2009). *Cómo usar el cerebro en las aulas*. Madrid: Narcea.
- KAERCHER, G. y CRAIDY, C. (2000). *Educação Infantil*. Porto Alegre: Artmed.
- MACHADO, M. (2002). *Encontros e desencontros em Educação Infantil*. São Paulo: Cortez.
- (1991). *Pré-escola é/não é escola*. São Paulo: Paz e Terra.
- MEIRIEU, P. (2002). *A pedagogia entre o dizer o fazer*. Porto Alegre: Artmed.
- PERTERSON, R. y FELTON-COLLINS, V. (2002). *Manual piagetiano para professoras e pais*. Porto Alegre: Artmed.
- PINKER, S. (2002). *El instinto del lenguaje. Cómo la mente construye el lenguaje*. Madrid: Alianza.
- (2004). *Cómo funciona la mente*. Barcelona: Destino.
- RATEY, J. (2002). *El cerebro. Manual de instrucciones*. Barcelona: Random House.
- SOUZA, R. y BORGES, M. (2002). *Práxis na formação de educadores infantís*. Rio de Janeiro: DP&A.

Desde el nacimiento hasta los tres años de vida, el tamaño del cerebro humano se desarrolla de forma extraordinaria. El bebé se transforma deprisa, aprende mucho y cada día nos sorprende con nuevos descubrimientos.

Hoy se sabe que el cerebro humano, igual que los músculos del cuerpo, responde de forma muy positiva a programas de estimulación temprana, en los que se invierten solo unos minutos diarios, y se logran progresos y asimilaciones fundamentales para la vida del niño, tenidos por inimaginables tiempo atrás.

La propuesta de este libro es ofrecer, para cada fase del desarrollo infantil, desde el nacimiento hasta los tres años de edad y para las diversas áreas del desarrollo de los pequeños, unas líneas de acción y numerosos ejercicios de estimulación que no solo amplíen la dimensión afectiva de la convivencia con el niño, sino que, principalmente, transformen su cerebro y sus inteligencias significativa y positivamente.

CELSO ANTUNES, brasileño, ha sido profesor, coordinador y director de instituciones de enseñanza en todos los niveles educativos durante más de cuarenta años. Autor de numerosos libros didácticos, en especial dedicados al desarrollo de las inteligencias múltiples en la infancia. En la actualidad es miembro consultor de la "Asociación internacional por el derecho del niño a jugar" de la UNESCO.