

Consejos para los padres

Cuando observe señales de que su bebé está listo para estar cerca de usted, usted pueda...

- ◆ Interactuar y jugar con su bebé. Este es el mejor momento para que un bebé aprenda, juegue y se alimente.
- ◆ Tenga en mente que aprender es un trabajo duro. Los bebés pueden cansarse muy rápido.

Cuando usted note que su bebé necesita que algo cambie...

- ◆ Déje que su bebé se voltee a otro lado. Un tiempo de silencio es bueno para ambos.
- ◆ Cambie el medio ambiente. Mucho ruido o mucha gente puede ser muy cansado para su bebé.
- ◆ Deje de interactuar. A veces incluso los hermanitos pueden ser demasiado para que el bebé pueda manejarlo.

Si usted necesita ésto en un formato diferente, llame al 971-673-0040 o TTY 1-800-735-2900.

www.healthoregon.org/wic



Created by the UC Davis Human Lactation Center as part of the FitWIC Baby Behavior Study. Key Resource: Sumner, B., & Barnard, K. (1980). Keys to caregiving. Seattle: NCAST, University of Washington.

Este proyecto es patrocinado en parte con fondos Federales del Departamento de Agricultura, Servicio de Alimentos y Nutrición de los EE.UU. El contenido de esta publicación no refleja necesariamente el punto de vista o políticas del Departamento de Agricultura de los EE.UU., ni la mención de marcas comerciales, productos comerciales u organizaciones implica la aprobación por el Gobierno de los EE.UU.

57-712 (2/2016)

Entendiendo las señales de su bebé

¿Es difícil para usted saber qué es lo que su bebé necesita?

¿Usted quiere saber cómo ayudar a su bebé a estar calmado y feliz?



Afortunadamente, los bebés hacen señales que enseñan a los padres qué es lo que ellos necesitan.

Si busca estas señales puede ser más fácil ayudar a su bebé a estar tranquilo y contento.

¡Quiero estar cerca de ti!

Señales de "Cerca de ti" son las que su bebé hace para decirle que quiere estar cerca de usted.



Aquí hay algunas cosas que su bebé puede hacer para mostrarle que está listo para interactuar con usted:

- ◆ Mira fijamente a su cara
- ◆ Mueve sus labios o hace movimientos de chupar
- ◆ Hace sonidos de comer
- ◆ Sonríe
- ◆ Tiene relajados su cara y su cuerpo
- ◆ Sigue su voz y su cara
- ◆ Levanta su cabeza

Algunas señales son muy obvias, pero otras pueden ser más difíciles de notar.



¡Necesito que algo cambie!

Señales que "necesito que algo cambie" le mostrará que su bebé necesita su ayuda para estar cómodo.



Aquí hay algunas cosas que su bebé podría hacer para decirle que necesita que algo cambie:

- ◆ Mira a otro lado, se voltea o arquea su espalda
- ◆ Extiende sus dedos con sus manos rígidas
- ◆ Se duerme
- ◆ Se frunce el seño o pone una mirada perdida
- ◆ Bosteza



Llorar es también una señal que "necesito que algo cambie," pero usualmente ocurre después de algunas de las otras señales. Si nota las señales rápidamente podría prevenir que su bebé lllore.