

Centro de Investigaciones Educativas y de la Salud  
e  
Instituto de Ciencias de la Educación  
de la Universidad Complutense de Madrid

# ESTIMULACIÓN PRECOZ

Tratamiento en familia



PROGRAMA PARA  
EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES  
MES A MES



En cada una de las actividades de las siguientes unidades de estimulación aparecerán unas siglas, cuyo significado es:

M – estimulación motriz.

L – lenguaje.

P – estimulación del área perceptiva (cognitiva o sensorial)

S – estimulación del área social

## **6 MESES:**

### **ACTIVIDADES:**

#### 1. Mientras se le alimenta:

El rato para la comida no es un rato para hacer gimnasia ni para jugar. Es bueno que el niño lo entienda así. Se le puede ayudar a saber que es “la hora de la comida”, cambiándole físicamente de lugar: dormir en la habitación, jugar en la salita, comer en el comedor o la cocina. Basta que sea una sillita que esté SIEMPRE EN EL MISMO LUGAR, donde se le ponga su servilleta o babero y se le dé su comida. Él se irá acostumbrando a que éste no es un lugar para jugar, sino para comer. Esto no quiere decir que la madre y el hijo se tengan que aburrir. Se pueden hacer muchas cosas sin entorpecer la comida. Será muy importante, eso sí:

- (S)           • Estar tranquilo para sonreír y hacerle mimos.
- (L)           • Hablarle. Enseñarle los nombres de las cosas. Si los conoce ya, podemos centrarnos ahora en las personas que le interesen. Si llega su papá o un hermano o ser querido, repetirle: “Papá”, “Nena”, “Abuelo”..., mostrándole a la persona que se esté nombrando.
- (P-L)       • Se le puede pedir algún objeto (que no sea de cristal o peligroso) que esté cercano: “Dame”, “Dame el vaso”, “Dame el pan”. Al darle la orden, señalarle al niño lo que se quiere que haga: hacerle coger el pan, señalarlo, pasárselo a él.

#### 2. Mientras se le muda o baña:

Los minutos antes del baño son los ideales para que el niño haga un poco de gimnasia. Si no hace frío, quitarle la ropita y dejarle que juegue en libertad. El mejor lugar es la cama, pues si lo hace encima de una mesa, o en el cambiador, podría caerse. Su propio cuerpo es su mejor juguete. Patalear, cogerse los pies, mirarse las manos y los dedos,... Estos ejercicios SON MUY NECESARIOS y le harán bien.

- (P-M)       • Mientras esté de espaldas, se le podrá ayudar a: pedalear; estirar y encogerse las piernas; abrir y cruzar los brazos; sujetarse de los dedos de mamá, haciendo intentos de sentarse... Dejarle luego boca abajo, poniéndole algo vistoso delante de la cabeza, para que la levante y mueva los brazos para cogerlo. Dejarle un rato que mueva las manos y las piernas en esta posición.
- (P-L)       • En esta edad se puede haber percibido más o menos cuál es la mano dominante (con la que coge mayor número de cosa, la primera que extiende para alcanzar algo, siempre que las dos las tenga desocupadas):

- Si la mano derecha es aparentemente la dominante, cada vez que se le coja la mano o el pie derecho para introducirse en la ropa, se dirá: “Dame la mano derecha” y “Dame el pie derecho”. Con la mano y el pie izquierdo, se dirá: “Dame la otra mano” y “Dame el otro pie”.
- Si la mano izquierda es la dominante, se hará lo mismo pero nombrándole siempre la mano y el pie izquierdo: “Dame la mano izquierda” y “Dame el pie izquierdo”. La mano y pie derechos se ignorarán como tales: “Dame la otra mano” y “Dame el otro pie”.

De esta forma, se puede ir empezando a iniciarle en la **lateralidad**, un concepto muy importante que necesitará más adelante, y que puede ir interiorizándolo así muy fácilmente y poco a poco.

### 3. Ratos entre las comidas:

Cuando esté despierto, dejarle semisentado en algún lugar para que pueda mirar a su alrededor y mover libremente los brazos. No es necesario que el niño esté siempre acompañado, como tampoco es bueno que esté todo el día solo, “abandonado” en la cuna o el parque.

- (P-M)
  - Dejarle cerca de distintos objetos con distintas formas y, si es posible, que hagan distintos ruidos: recipientes de plástico, cuchara de palo o plástico, botella de plástico transparente con cosas de color dentro o cascabeles (bien cerrada: se puede asegurar con fiso), sonajeros,...
- (P)
  - Si se tiene casete, poner alguna música suave y alegre (las músicas lentas pueden darle tristeza).
- (P-M-S)
  - Sacarle a pasear en brazos un ratito, dentro y fuera de casa.
- (P-M)
  - Hacer movimientos para que el niño imite: juntar-separar las manos, abrir-cerrar los dedos, hacer el gesto de “adiós”,... Cantarle canciones como: “Cinco Lobitos”, “Date, date en la calamochita”,...
- (L)
  - Repetir los sonidos que el niño ya sepa decir.