

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



## **2 MESES:**

### **OBJETIVOS:**

- Aprender a sujetar mejor la cabecita cuando se levanta.
- Seguir un objeto que se mueva delante de él.
- Reaccionar ante un ruido.
- Emitir algunos sonidos.

Para ayudar al niño en la mejor forma posible, se proponen algunas actividades.

### **ACTIVIDADES:**

#### **1. Mientras se le alimenta:**

- (P-M-S-L)
- A veces, la madre tiene mucho que hacer y no puede entretenerse casi nada durante la lactancia. Recordar que el bebé no sólo necesita alimento, sino que necesita que le hagan mimos, le hablen, le acunen,... Organizarse lo mejor posible, de modo que se pueda sacar partido a este importante momento. En todo caso, siempre tendrá al padre que puede perfectamente colaborar en este quehacer.

#### **2. Mientras se le muda o baña:**

- (L)
- Observar lo que hace el bebé. Si emite algún sonido, repetirlo: "a-a", "gú",...
- (M)
- Estando el niño tendido boca arriba, dejarle mover las manitas y las piernas. Tomarle las manos, juntárselas y separárselas varias veces. Tomarle las piernas y estirárselas suavemente. Dejar después que él solo las doble. Repetir esto varias veces.
- (P-M)
- Cuando se le bañe, cogerle por detrás, de manera que se sienta seguro. Dejarle gozar del agua un ratito, libremente. No privemos al bebé de este momento, aunque nos cueste pasar después la fregona.

#### **3. Mientras está despierto:**

- (P) ● Se podrá variar ahora el móvil que se le hizo para encima de su cama. Si aún se entretiene mirándolo o jugando con él, no se lo quite. Puede hacerle otro para colgar en otro lugar de la casa, donde se suela dejar al niño durante el día. (Ver «TALLER»)
- (P-M) ● Atar una cuerda de lado a lado de la cuna, de modo que, cuando el niño esté boca arriba, pueda tocarla con sus manos. Cuelgue de ella un cascabel o un sonajero suave. (Cuidado de atar bien la cuerda para que no se suelte y enredarse en el cuello del bebé).
- (P) ● En esta posición, mostrarle dos objetos; por ejemplo, dos cajas de cerillas: al moverlas, harán ruido y el niño les prestará atención. Separarlas y hacer sonar una primero y otra después, tratando de que mire ALTERNATIVAMENTE a los dos objetos. Si no se tiene ninguna cajita, puede usarse un sonajero suave o simplemente las manos, haciendo pitos con los dedos para que mire una mano primero y la otra después.
- (P-M) ● Aprovechar cualquier situación en la que el niño esté despierto y se le tenga que llevar en brazos (por ejemplo, un viaje en autobús). En esas ocasiones se pueden hacer también algunos ejercicios, como poner el chupete en la manita, y luego guiárselo despacio hasta su boca, para sacárselo después. Repetir varias veces.
- (P-M) ● Comprarle un juguetito de goma, de los que hacen ruido al apretarlos, para que juegue.
- (P-M) ● Repetir los ejercicios vistos en la unidad 1: ponerle el dedo en la manita para que lo apriete, hacerle caricias por la cara, mecerle,...