



GOBIERNO DE
MÉXICO

Educación Inicial

PRIMEROS PASOS PARA UNA VIDA FELIZ

Tarea de todos y de todas



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF CIUDAD **MÉXICO**
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

gob.mx/aefcm

Etapas



ETAPA 1:

Recién Nacido
1 mes



ETAPA 2:

Primera Infancia
2 a 5 meses



ETAPA 3:

Primera Infancia
6 a 11 meses



ETAPA 4:

Primera Infancia
1 año a
1 año y 5 meses



ETAPA 5:

Primera Infancia
1 año y 6 meses a
1 año y 11 meses



ETAPA 6:

Primera Infancia
2 años a
2 años y 5 meses



ETAPA 7:

Primera Infancia
2 años y 6 meses a
2 años y 11 meses



ETAPA 8:

Primera Infancia
3 años

PRIMEROS PASOS PARA UNA VIDA FELIZ

Primera Infancia

2 a 5 meses

Etapa 2



¿Hoy qué pasa?

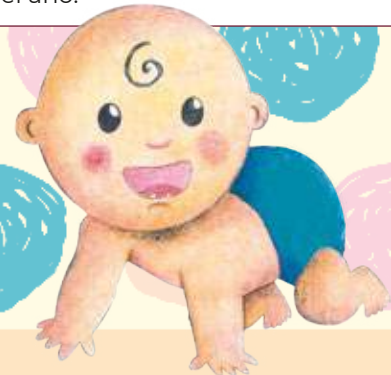
- Tu bebé de 2 meses, empieza a distinguir otros ruidos y comienza a pronunciar sus primeros sonidos como "eh" "uh".
- Ya puede mantener la cabeza levantada por más tiempo y se observa que está mucho más despierto/a y hábil cada día.
- Ya muestra interés por los estímulos visuales y auditivos. Por lo tanto, es capaz de fijar la mirada y seguir un objeto.
- Sonríe e imita algunos sonidos cuando le hablan.

¿Qué es lo más importante?

- En cuanto a su alimentación, sigue alimentándose exclusivamente de leche materna.
- Puede dormir por periodos que no rebasen de 4 a 6 horas durante la noche.
- Tienes que dar seguimiento con su esquema de vacunas y acudir al médico cada mes para control de peso, talla y desarrollo.
- Va fortaleciendo los músculos de cuello y espalda. Empieza a ser capaz de sostener la cabeza durante algunos segundos. Es fundamental ponerlo/a boca abajo por ratos y sostenerle en esta postura para que se vaya ejercitando.
- Al principio le darás leche a pecho vacío a libre demanda de cada toma. Luego de alimentarlo/a tienes que cambiarlo/a, limpiarlo/a y colocarlo/a en su cuna para que duerma.

¿Qué debes de hacer?

- Mantén siempre limpio a tu bebé.
- Ayuda a tu bebé a socializar con los demás a través de sonrisas, movimientos y sonidos.
- Habla con tu bebé de forma diaria.
- Pon música suave y bajo volumen, para que empiece a identificar los sonidos.
- En el caso de las niñas, es importante mantener la forma de limpieza de manera adecuada, se debe de limpiar siempre desde la vulva hacia el ano.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 2 meses, acostado/a boca arriba: brazos y piernas tienden a estar flexionadas, pero con más movimiento que antes y acostado/a boca abajo: se apoya sobre los brazos y levanta la cabeza unos segundos.
- Tu bebé reacciona al ver el pecho.

¿Qué es lo más importante?

- Sonríe cuando le hablan de frente.
- Mueve la cabeza hacia los sonidos.
- Se interesa en las caras.
- Comienza a seguir las cosas con los ojos y reconoce a las personas.
- Demuestra aburrimiento si no hay un cambio de actividad (llora o se inquieta).

¿Qué debes de hacer?

- Estimularlo debe ser una rutina positiva para ti y el pequeño/a.
- Habla con tu bebé en forma permanente, por ejemplo, dile en voz alta: "yo soy tu mamá", "él es tu papá", "tú eres el bebé".
- Estimula la fijación y seguimiento de objetos: estando boca arriba, cuelga una cuerda con un objeto llamativo. Una vez que lo haya enfocado tu bebé, muévelo suavemente en diferentes direcciones.
- Realiza ejercicios con sus piernas, ya sea moviéndolas de arriba, abajo a un lado y al otro, con delicadeza.



¿Hoy qué pasa?

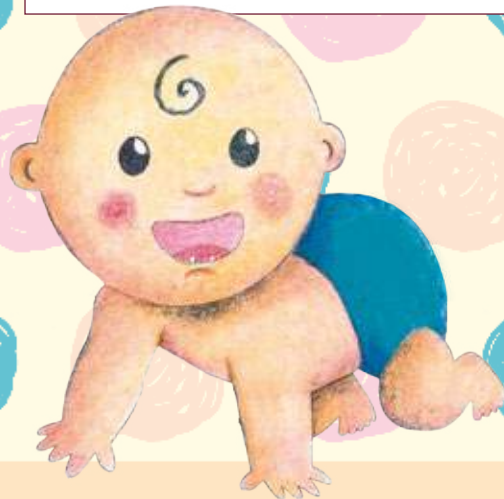
- Tu bebé de 2 meses, reconoce sus manos y sus pies, mirándolos con mucha atención.
- Puede calmarse sin ayuda por breves momentos (se pone los dedos en la boca y se chupa la mano).
- Como todavía no tiene mucha fuerza en sus músculos, dura poco tiempo sentado/a.
- Patalea cuando está sentado/a.
- Mueve sus pies y manos con fuerza.

¿Qué es lo más importante?

- Su visión es más clara.
- Se concentra en la boca, nariz y ojos al mirar la cara de las personas.
- Puede sonreír al escuchar tu voz.
- Gira la cabeza en dirección hacia una fuente de sonido.
- Puede mantener la cabeza levantada por períodos cortos.

¿Qué debes de hacer?

- Canta y habla con él o ella utilizando matices expresivos, suaves, afectuosos, divertidos, desprovistos de violencia, así como escucharlo/a atentamente y mirarlo/a a los ojos cuando balbucea.
- Aprovecha el tiempo en que se encuentra despierto/a para jugar, hablar y leerle mucho, ya que de esta manera irá aprendiendo el sonido de las palabras y cómo se formulan las oraciones.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 2 meses, empieza a aprender a darse la vuelta. Aunque todavía no es capaz de realizar un giro completo, pero por ejemplo, puede pasar de la posición de lado a la posición boca arriba. Por este motivo, cuando le cambies el pañal en el cambiador, debes tener mucho cuidado y no confiar en que no se va a mover. Con el fin de evitar situaciones desagradables, no debes dejarlo/a sin vigilancia ni un segundo, cuando no se encuentra en una zona segura.

¿Qué es lo más importante?

- Fija la mirada.
- Cuando está acostado/a empieza a mover las piernas y los brazos.
- Sostiene su cabeza durante algunos segundos.
- Cuando se coloca boca abajo levanta la cabeza y la parte superior del pecho.
- Responde con una sonrisa cuando la madre le habla.
- Comienza a balbucear algunos sonidos simples.
- Expón al bebé a sonidos externos de la casa.
- Lleva a tu bebé a pasear.

¿Qué debes de hacer?

- Habla y sonríe con él o ella, hazle caricias y masajes mientras lo o la cambias, pasea o juega con él o ella.
- Para dormir, coloca al bebé en la cuna boca arriba, cabeza y pecho elevados.
- Juega con las partes de su cuerpo, sus manos, sus piernas, gira su cuerpo, levántalo/a y abrázalo.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 2 meses, adquiere más regularidad en su alimentación y sueño, apego por las personas que lo cuidan, una mayor respuesta facial ante estímulos afectuosos. Ten en cuenta que puede presentar trastornos de llanto o sueño que ameritan atención especial.
- Te sorprenderá cuando notes algunos avances en los movimientos de tu bebé, entre ellos, voltearse de lado, estando boca abajo puede levantar el pecho sosteniéndose sobre sus antebrazos; boca arriba, encuentra sus manos entre sí y juega con ellas. Si le das en su mano una sonaja, podrás sostenerlo por un rato.

¿Qué es lo más importante?

- Probablemente tu bebé tendrá cólicos. Son dolorosos, pero es algo normal que le ocurre a la gran mayoría de los bebés. Gritará, llorará, pateará, pero no puedes hacer más que mantener la calma y armarte de paciencia. Estos cólicos duran poco y se recomienda que le des las suficientes caricias y unos suaves masajes, en su estómago para que baje el dolor. Es un problema que normalmente, suele desaparecer a finales del tercer mes.

¿Qué debes de hacer?

- Los cólicos que se prolonguen por más de una hora también son motivo de consulta al médico.
- En caso de que a tu bebé le suba mucho la temperatura, es de suma importancia que le quites el exceso de ropa y evites tenerlo/a en una habitación que sea muy calurosa.
- No le des al bebé ningún medicamento sin antes consultarlo con el médico.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 3 meses, descubre sus manos como nuevas herramientas, debido a que realiza algunos movimientos o consigue sostener algún objeto.
- Empieza a estar cada vez más activo/a y a pasar más tiempo despierto/a.
- Ya puede seguir un objeto en movimiento, abrir y cerrar las manos, emitir sonidos, levanta la cabeza cuando se le pone boca abajo, mueve las piernas y los brazos.
- También se pone muy contento/a, sonrío, agita sus brazos y sus piernas cuando ve a su papá o a las personas más cercanas, sus sonrisas o sonidos son cada vez más frecuentes.

¿Qué es lo más importante?

- Si le das a tu bebé leche de fórmula o materna, se te sugiere que continúe siendo la única forma de alimentación.
- Para favorecer el desarrollo físico, juega con su cuerpo, haciendo algunos ejercicios de gimnasia, como flexionarle las piernas o extenderle los brazos, con delicadeza.
- Va fortaleciendo sus ciclos de sueño-vigilia, durmiendo por periodos más largos, especialmente por la noche, de 4 a 6 horas.
- Debe de dormir boca arriba, con cabeza y pecho elevados, es la posición recomendada para reducir el riesgo de muerte súbita.
- Lo mejor es que el bebé duerma en la misma habitación que ustedes (los padres), pues así estarán más atentos ante sus despertares y lo o la escucharán mejor.

¿Qué debes de hacer?

- Una parte muy importante que no debes descuidar es la zona del pañal, por lo que hay que cambiarlo constantemente, evitando que se roce.
- Baña diario a tu bebé de no ser así es recomendable que mantengas la higiene en las zonas del cuello, axilas y genitales, ya que ahí guardan suciedad y pelusa, le puedes limpiar con alguna toalla o un paño húmedo.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 3 meses, se desarrolla a una velocidad enorme, prácticamente cada día notarás un cambio nuevo.
- Ya distingue algunos colores, se coordina mejor, recogiendo objetos pequeños y girándose hacia donde escucha un sonido que le llama la atención, además, también puede mantenerse sentado/a con un poco de ayuda.
- El lenguaje también mejora sustancialmente, ya que emite una interesante cantidad de sonidos para comunicarse.



¿Qué es lo más importante?

- Levanta su cabeza y el pecho mientras está acostado/a boca abajo.
- Estira sus piernas y pateo estando acostado/a boca abajo o boca arriba.
- Abre y cierra sus manos.
- Empuja sus piernas hacia abajo cuando está de pie.
- Lleva su mano a la boca.
- Intenta pegarles con sus manos a los objetos que cuelgan.
- Agarra y agita los juguetes en sus manos.
- Disfruta jugar con otras personas y es posible que llore cuando deja de hacerlo.
- Es más comunicativo/a, expresivo/a con su rostro y cuerpo.

¿Qué debes de hacer?

- Fortalece sus músculos: con el bebé sentado/a, acostado/a o en brazos, muévelo/la de un lado a otro, sosteniéndolo/a por la espalda y no por la cabeza, con la espalda y el pecho en sus manos. Él o ella intentará mantener la cabeza derecha. También puedes acostarlo o acostarla boca abajo y acariciarle la espalda para que levante la cabeza.
- Comenzará a balbucear de forma espontánea y se mostrará mucho más expresivo/a. Además, también empezará a sentir curiosidad por sus manos, por lo que no parará de mirarlas. No obstante, cabe destacar que el desarrollo dependerá mucho del propio bebé y la interacción con mamá, papá o cuidador. No todos son iguales, por lo que cada bebé tiene un ritmo y es importante respetarlo.

¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 3 meses, reconoce objetos y personas familiares a distancia.
- Puede lograr darse vuelta si lo dejas acostado/a boca abajo.
- Levanta la cabeza y el pecho al estar boca abajo.
- Acostado/a boca abajo y sosteniéndose con los brazos, puede levantar el tronco.
- Cuando lo sostienes “parado o parada” sobre una superficie firme, presiona hacia abajo con sus pies.
- Estira las piernas y patea al estar acostado/a.

¿Qué es lo más importante?

- Golpea objetos que cuelgan a su alcance.
- Se lleva las manos a la boca.
- Responde con sonidos cuando se le habla.
- Imita gestos exagerados.
- Sigue con la mirada objetos en movimiento.
- Demuestra también enojo ante situaciones que le sean desagradables.
- Reconoce personas distintas a ti.

¿Qué debes de hacer?

- Habla, sonríe, canta y juega para esperar que inicie la expresión y lo demuestra sacudiendo sus brazos o piernas, así como emitiendo sonidos.
- Cuida y atiende con atención su peso, desarrollo, visión, audición, entre otras.
- Dile el nombre de todas las cosas que miran juntos/as.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 3 meses, empieza a estar cada vez más activo/a y a pasar más tiempo despierto/a, además, las horas que el pequeño /a dedica al sueño empiezan a reducirse. Dormirá unas 15 horas al día y 10 de ellas de noche.
- Estará más atento/a de lo que ocurre a su alrededor.
- Tendrá más habilidad para sostener su cabeza.

¿Qué es lo más importante?

- Aunque cada bebé se desarrolla individual y a su propio ritmo, no alcanzar ciertos logros importantes puede ser señal de problemas médicos o de desarrollo que requieren atención especial. Si notas que tu bebé no realiza algunas de las siguientes señales, hazle saber inmediatamente al centro de salud o con tu médico más cercano.
- Parece responder a los sonidos fuertes.
- Observa sus manos.
- Sonríe al sonido de su voz.
- Sigue los objetos en movimiento con sus ojos.
- Sonríe con las personas.
- Sostiene su cabeza adecuadamente.

¿Qué debes de hacer?

- Masajea a tu bebé con cariño y amor, para que pueda relajarse y sentir tu amor
- Juega con él o ella, con objetos coloridos y con sonidos.
- Verifica siempre la temperatura del agua antes de meterlo/a a bañar ya que de lo contrario puede tener alguna quemadura.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 3 meses, habrá logrado una transformación de ser un recién nacido totalmente dependiente a un bebé activo/a. Perderá muchos de sus reflejos de recién nacido mientras adquiere más control voluntario sobre su cuerpo.
- Ya no necesita alimentarse durante la noche.
- Se desarrolla a una velocidad enorme, prácticamente cada día notarás un cambio nuevo.

¿Qué es lo más importante?

- Puede ponerse silencioso/a al establecer contacto visual contigo, te busca con la vista en una habitación y mueve los brazos emocionado/a, sonrío cuando te encuentra. Incluso tu olor puede calmarlo/a y animarlo/a.
- Háblale de lo que lo rodea cuando lo o la saques a dar un paseo, señálale y nombra diferentes objetos al caminar por el supermercado. Tu bebé todavía no puede repetir esas palabras, pero está guardando toda la información en su memoria en el proceso de su desarrollo.
- Tiene problemas para mover uno o ambos ojos en todas las direcciones.
- Cruza sus ojos la mayor parte del tiempo (que cruce los ojos ocasionalmente es normal en los primeros meses).
- No presta atención a nuevos rostros ni parece muy asustado/a con rostros o entornos nuevos.

¿Qué debes de hacer?

- Preséntale a los miembros más frecuentes y relevantes, mencionando sus nombres para que tu bebé comience a identificarlos mejor.
- Sus sonrisas y gorjeos son cada vez más frecuentes y sonoros.
- Cuida su baño diario realiza ejercicios con su cuerpo (dale masajes suaves).



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 4 meses a esta edad, no para de moverse.
- Evita colocarlo/a en un lugar elevado, como el cambiador o una cama, porque correría el riesgo de caerse.
- Empieza a desarrollar su sociabilidad, esto quiere decir, que, desde ese mismo momento, el pequeño o la pequeña ya no quiere estar solo/a.
- También ríe a carcajadas.

¿Qué es lo más importante?

- Ya comienza a reconocer algunos objetos y los busca.
- Identifica algunos sonidos: como tu voz, la de su padre o la música que le gusta.
- Duerme de 8 a 10 horas seguidas durante la noche y durante el día de 3 o 4 horas.
- Juega “las escondidas” con objetos luminosos y sonoros.

¿Qué debes de hacer?

- Lleva a tu niño/a a asistencia médica, para seguimiento en el desarrollo, crecimiento y salud en general.
- Dale mordederas u objetos adecuados para que pueda llevar a su boca.
- Dale juguetes con los que se entretenga.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 4 meses, incrementa el contacto visual con ustedes (sus padres) u otras personas.
- Es capaz de arrullarse.
- Se ríe con fuerza.
- Anticipa que lo van a alimentar cuando ve el biberón (si se alimenta con biberón).
- Llama la atención haciendo escándalos.
- Reconoce la voz o el tacto de sus padres o cuidadores.

¿Qué es lo más importante?

- Coloca al bebé al frente de un espejo, para que comience a reconocerse.
- Proporciona juguetes con colores vivos para sostener.
- Repite los sonidos que el bebé hace.
- Ayuda al bebé para dar vueltas sobre su cuerpo.
- Ayuda a tu bebé para realizar diversos movimientos.
- Sonríe cuando le ocurre algo agradable, como que le hagan cosquillas en el abdomen y como reacción a muestras de cariño.
- Empieza a establecer algunas rutinas (por ejemplo, deja de llorar cuando lo colocan en la postura de tomar el biberón o flexiona las caderas cuando anticipa un cambio de pañal).

¿Qué debes de hacer?

Revisa sus reflejos:

Reflejo de búsqueda: si tocas o rozas la mejilla de tu bebé con el dedo, el pezón o la tetina, girará la cabeza en esa dirección y abrirá la boca para “engancharse”. Este reflejo ayuda al bebé a encontrar el pecho o el biberón para empezar a alimentarse.

- Cuando algo toque sus labios o su paladar, tu bebé empezará a succionar. De esta forma se estimula la deglución y el bebé se calma.
- Experimenta sus primeros movimientos reflejos de sobresalto con sus patadas en el útero. Estos movimientos repentinos y bruscos, el llanto como respuesta a ruidos fuertes o movimientos rápidos desaparecen en 5-6 meses.
- Coloca un dedo en la palma de una de las manos de su bebé o en la planta de uno de sus pies y se lo agarrará con fuerza. La fuerza de un recién nacido puede ser sorprendente.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 4 meses, sonrío espontáneamente, especialmente a las personas.
- Le gusta jugar con la gente y puede ser que hasta lllore cuando se terminan los juegos.
- Copia algunos movimientos y gestos faciales, como sonreír.
- Reconoce su cara y su voz.
- Te expresa si está contento/a, enojado/a vocalizando sus estados de ánimo.
- Si está entretenido/a jugando contigo o alguien más se ríe, pero si le interrumpen su juego, llora.
- Tiene miedo si se siente ante una situación extraña para él o ella.

¿Qué es lo más importante?

- Explora todo con las manos y la boca.
- Pasa un objeto de una mano a la otra.
- Estira las manos para agarrar algo que le interesa.
- Acostado/a, puede girar para darse vuelta.
- Su capacidad de ver en colores ya está completamente desarrollada.
- Sonríe si lo/a pones frente a un espejo, pero no se reconoce.
- Le gusta mirarse en un espejo, se emociona y lo expresa moviendo sus manos y respirando agitadamente.
- Comienza a tener preferencia por algunos juguetes.

¿Qué debes de hacer?

- Fortalece que trepe, toque la cara de la o el cuidador.
- Juega con tu bebé, cántale y sonríele todo el tiempo que puedas.
- Dale juguetes limpios y de acuerdo a su edad.
- Propicia el descanso.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 4 meses a esta edad, duerme de 6 a 8 horas seguidas de noche y durante el día 1 o 2 horas.
- Asimismo, disminuye el número de evacuaciones y con ello el número de pañales sucios que cambiar.
- Cada día que pasa tu bebé te va mostrando más y más su personalidad, lo cual resulta muy divertido. Observa cómo te responde con toda su cara y su cuerpo.

¿Qué es lo más importante?

- Está más expuesto a gérmenes, bacterias y puede empezar a tener algunas enfermedades.
- Además, los anticuerpos que le pasaste durante el embarazo por la placenta se van agotando (afortunadamente, se los puedes seguir dando, si lo amamantas).
- El sueño del bebé comienza a regularse. Poco a poco aprenderá a distinguir entre el día y la noche de modo que permanecerá más tiempo despierto/a durante el día y dormirá más por la noche.

¿Qué debes de hacer?

- Juega con tu bebé imitando sus acciones y sonidos, le encantará y sentirá que está comunicándose contigo.
- Conversa con tu bebé de forma amorosa.
- Celebra sus logros con aplausos, besos y caricias.
- Canta y juega con su cuerpo.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 4 meses demuestra mayor coordinación mano-vista.
- En cada visita de control de salud, el doctor o la enfermera registrará el peso, la talla y el perímetro cefálico del bebé evaluando si la curva de crecimiento sigue un curso normal.



¿Qué es lo más importante?

- La coordinación aumenta notoriamente, demostrando anticipación en abrir la mano lo suficiente como para poder agarrar lo que desea.
- Se lleva objetos a la boca: juguetes, su puño y sus pies, que son las zonas más sensibles. No le impida meterse la mano, es algo natural que le ayuda a desarrollar su control y la percepción de su cuerpo.
- Su lenguaje es muy variado: intenta "hablar" con soplidos, balbuceos, gritos, risas y repite "ka". También emplea diferentes expresiones faciales para comunicarse y cambia de expresión ante un sonido. Pronuncia "m", "p" y "b" cuando no está contento/a y "j" y "k" cuando sí lo está. Para ayudarlo imita todos sus sonidos, pero cambiando el tono y el volumen. Si te escucha, estimula con nuevos sonidos y nómbralos.

¿Qué debes de hacer?

- Pon en su mano objetos de fácil presión, distintas texturas para fomentar su capacidad de recoger cosas y explorarlas. Tu bebé trata de alcanzar objetos, aunque generalmente no lo consigue; ya puede agarrar juguetes grandes con las dos manos y empieza a utilizar la última falange del dedo para enganchar cosas. A veces no puede soltar lo que ha recogido.

¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 5 meses está cada día más despierto o despierta.
- Ya posee la habilidad para traspasarse los objetos de una mano a otra y es capaz de sujetar el biberón él solo o ella sola.
- Empieza a lamer, arañar y chupar todo lo que esté a su alcance.
- Ya no sonrío a todos/as, algo cambia en su comportamiento, sonrío delante de un rostro familiar y a la vez se muestra serio/a, miedoso/a y vergonzoso/a en la presencia de personas a quienes no conoce.

¿Qué es lo más importante?

- Tiene una gran movilidad, ya que es lo bastante fuerte para levantar la mitad superior de su cuerpo apoyado/a de sus brazos. Durmiendo también se mueve y puede que dé la vuelta si lo o la deja solo/a en la cuna.
- Aplícale a tu bebé las vacunas correspondientes.
- Haz que escuche sonidos agradables y que le resulten familiares; llámalo a menudo con distintas entonaciones, responde a sus sonrisas y canta canciones. De esta manera, le estarás ayudando a sentar las bases de la comunicación verbal.

¿Qué debes de hacer?

- Canta, ponle música, dale masajes o deja que toque objetos de diferentes texturas son actividades que relajarán a tu bebé.
- Recuerda que se le deben administrar algunas vacunas, por lo que se te recomienda que lo consultes con su médico.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 5 meses, hace esfuerzo cuando está boca abajo, (pero no logra voltearse de espalda).
- Con apoyo de sus manos él o ella intentará levantarse.
- Puede levantar su cabeza hasta que ésta queda casi en posición recta.
- Todo lo que ve se lo lleva a la boca.
- Si está boca abajo, se apoya sobre ti y logra alcanzar objetos con sus manos.
- Sus brazos tienen mucha fuerza, tanto que, si se agarra de algo, casi logra levantarse.
- Le gusta tocar todos los objetos, agitarlos, sostenerlos y saborearlos.

¿Qué es lo más importante?

- Va tomando conciencia de sí mismo/a.
- Se lleva el pie a su boca.
- Juega mucho con sus piernas, se toca sus rodillas.
- Sujeta sus piernas con las manos.
- Se recuesta para tomar los objetos que se caen.
- Le gusta golpear objetos sobre algo.
- Sigue con la cabeza y la mirada los objetos mientras caen como tratando de comprender porque pasa eso.
- Mira a su alrededor, cuando está en algún lugar que es desconocido para él o ella.

¿Qué debes de hacer?

- Muestra sentimientos positivos hacia tu bebé.
- Ayuda a descubrir su entorno. Puede que el bebé haya empezado a dejar de mostrar fascinación por los juguetes móviles. Para mantener su interés visual, señala con el dedo todas las cosas nuevas que nunca antes había visto.
- Coloca a tu bebé delante de un espejo para que observe la imagen reflejada de él o ella. Empezará a darse cuenta de que las personas que se reflejan en el espejo se mueven al mismo tiempo.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 5 meses, se esfuerza por llegar a objetos que están fuera de su alcance.
- Es capaz de encontrar objetos parcialmente escondidos con los que ha estado jugando.
- Comienza a responder al “no”.
- Reconoce las emociones de los demás según el sonido de la voz y es capaz de usar su propia voz para demostrar alegría o enojo.
- Comienza a sentarse con apoyo, por ejemplo, rodeado de almohadas.
- Puede que se interese por el alimento que ingieren ustedes (sus padres) y hermanos/as (en caso de tener).

¿Qué es lo más importante?

- Es capaz de cerrar los labios cuando se introduce una cuchara en su boca.
- Sonríe y grita para expresar su alegría cuando ve a un adulto que le habla o le sonríe.
- Empieza a utilizar sonidos distintos del llanto para llamar la atención de ustedes (sus padres).
- Lloro o sonríe para obtener el cariño de las personas que lo cuidan o para expresar emociones, como satisfacción, alegría, desagrado o temor.
- Cuando se aburre porque está solo/a, cansado/a, intenta llamar la atención de las personas que le rodean, gritando, llorando o tirando los juguetes u objetos que tiene en la mano.
- También llora para mostrar su desagrado o temor cuando se le acercan personas desconocidas, cuando la comida no le gusta o cuando se aburre y quiere llamar la atención.

¿Qué debes de hacer?

- Brinda seguridad, no sólo en cuanto a su seguridad física, ausencia de riesgos, evitar accidentes o cuidar la salud, sino también en el aspecto afectivo, debes demostrarle el amor y comprensión que sientes por él o ella, la seguridad afectiva le permite desarrollar las bases de su autoestima.
- Haz que se sienta querido/a, ya que esto proporciona una confianza en la cual, podrá establecer nuevos vínculos con amigos/as, maestros/as, etc.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 5 meses, sigue teniendo numerosos despertares nocturnos completamente sanos y normales para su edad. Es necesario ser atendido/a en estos despertares y sentir la compañía de ustedes (sus padres), especialmente dejándoles mamar si lo piden.
- Si le dejas un sonajero, ya puede recogerlo y hacerlo sonar.
- Es posible que tu bebé ya pueda sentarse cuando está acostado/a boca abajo, empujándose con los brazos.

¿Qué es lo más importante?

- Es probable que tu bebé esté dando señales de que está listo/a para los alimentos sólidos, desde un reflejo de sacar la lengua, hasta un mayor interés en la comida que tú y otras personas están comiendo.
- Disfruta mucho estar rodeado/a de personas que jueguen con él o ella.

¿Qué debes de hacer?

- Acude al médico para revisar el desarrollo, crecimiento y alimentación.
- Permite que sostenga su propio biberón, pero nunca le dejes el biberón sostenido con algo y te vayas. Un biberón sostenido de esa manera podría causar que tu bebé beba demasiado y se atragante o incluso que se ahogue.
- Recuerda que no debes dejar que tu bebé se duerma chupando el biberón, porque la leche o la fórmula que se acumula en su boca puede hacer que se ahogue.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 5 meses, ya ve mucho mejor que en los primeros meses y tiene una gran curiosidad por todo lo que le rodea, mantenlo parado en tus brazos cuando esté despierto, de esta manera ve mejor lo que pasa alrededor.
- Al estar acostado/a, ya puede girar hacia los dos lados, de boca arriba hacia boca abajo y viceversa, por eso es muy importante no dejar nunca solo o sola a tu bebé sobre una superficie elevada por sobre el nivel del suelo (silla, mesa, cama, sillón).

¿Qué es lo más importante?

- Ya es capaz de expresar su incomodidad o su inseguridad e incluso emite muchos sonidos para llamar la atención y levanta los brazos para que lo/a carguen. Para poder estimularlo/a, en cuanto lo/a oigas responde a su llamada, anúnciale que ya vas, avanza hacia él o ella y di su nombre. Repite su nombre cada vez que le hables.
- Su movilidad. Ya es bastante fuerte para levantar la mitad superior del cuerpo apoyado/a de sus brazos y puede estar unos minutos sentado/a en el suelo apoyado/a de muchos cojines.
- Su habilidad manual. Transfiere los objetos de una mano a otra, si tiene un juguete en la mano lo dejará caer para recoger otro.
- Ya sujeta su biberón.
- Enséñale a compartir.

¿Qué debes de hacer?

- Pon a tu bebé acostado boca arriba, tómallo de las manos, ayuda a que se siente y observa que, si pone la espalda totalmente recta, eso significa que ya está preparado/a para poderse sentar con apoyo.
- En esta etapa puedes ofrecerle juguetes de diversas texturas, pelotas blandas con sonidos suaves o un espejo irrompible sujeto a la pared.

