

Visita a los 12 meses



PEDIATRIC CARE • SUPPORTING • PARENTING
A Program of ZERO TO THREE

Lenguaje

El número de palabras que un bebé conoce a los tres años tiene con cuánto ha oído hablar antes de llegar a esa edad. A esta edad, los bebés entienden mucho más que lo que pueden decir, de manera que ¡siga hablando! Hable de lo que usted ve cuando anda por ahí. Cuando su bebé señale un objeto, nombre ese objeto y repita las palabras importantes. Diga: "Tú oyes el avión. Avión". Señale también los colores: "Mira ese autobús amarillo. Autobús amarillo".



Ciencias y matemáticas

Use lenguaje matemático cuando la hable a su bebé. Lenguaje matemático es nombrar los números y usar palabras como *más* o *menos*. A la hora de las comidas, pregúntele a su bebé si quiere "un trozo más" de banana. O muéstrele: "Aquí hay una galleta. ¡Una!" Las palabras como *más*, *uno* y *dos* son conceptos tempranos



de matemáticas que los bebés pueden aprender por medio de las interacciones diarias. Además de mencionar los números, también puede hablar de dónde están las cosas (como *encima*, *al lado de*, *detrás de*, *frente a*, etc.). Estas palabras apoyan la comprensión temprana de los conceptos de espacio.

Manejo de los sentimientos

Siempre diga adiós cuando usted deje a su bebé al cuidado de otra persona. Elija una frase como: "¡Me voy ahora, pero volveré, dos besos, 1, 2!" Cuando usted dice y hace lo mismo cada vez, convierte la despedida en un ritual. Como los rituales son repetidos, le enseñan a su bebé que usted es confiable. Puede ser que el bebé se sienta triste cuando usted se va, pero el ritual de decir adiós es reconfortante. Si usted se escapa, el bebé al comienzo tal vez no lo note, pero puede sentirse más molesto más adelante. Si usted dice adiós cada vez, esto crea confianza y puede ayudar al bebé a ser *menos* dependiente.



Solución de problemas

Es probable que usted ya haya jugado muchas veces a esconder y mostrar la cara (*peek-a-boo*) con su



bebé. A esta edad podría estar listo para jugar al escondite. Trate de esconder todo su cuerpo detrás de una puerta o mueble. Cuando salga del escondite use una frase nueva, como: "¡Aquí estoy!" o trate de esconder un animal de peluche o una muñeca debajo de una manta. Diga: "¿Dónde se fue?" y vea si su hijo mira o señala la manta. Luego, haga que salga y diga "¡Aparecí!"

Habilidades físicas

Probablemente su bebé está dando señales de caminar aunque todavía no pueda hacerlo. No se aconseja el uso de andadores, pero otra manera de ayudar a su bebé a caminar es darle algo para apoyarse cuando tratar de caminar. Hay juguetes que se empujan y son especiales para esto; pero, también sirve una caja grande de cartón (cerrada con cinta de pegar) que le llegue por lo menos hasta la altura del pecho (puede que usted necesite colocar algún peso en el interior de la caja). Lleve la caja a un espacio abierto y vea si su bebé la usa para ponerse de pie. Manténgase cerca y mueva la caja



un poco hacia adelante. El bebé debería poder empujarla sobre el piso. Si el bebé no camina todavía, esta actividad le ayudará a hacerlo. Si ya camina, ¡le resultará divertido empujar la caja!

Arte y música

Haga un juego de tambores con una olla de metal puesta al revés y tazones de plástico. Use las manos o cucharas de madera como los palillos del tambor. Juegue con su bebé dando golpecitos en las ollas y tazones y vea si el bebé hace lo mismo que usted. Sigam golpeando juntos e invente rimas infantiles, cantos o ritmos sencillos.



Libros recomendados para leer a esta edad

- *Fiddle-I-Fee*, por Melissa Sweet
- *Ten Apples Up on Top*, por Dr. Seuss
- *Peekaboo Morning*, por Rachel Isadora
- *Baby Happy, Baby Sad*, por Lisa Patricelli