

El Cerebro de su niño

Verdades que los padres deben saber

- ★ El cerebro del niño, a diferencia de los otros órganos del cuerpo, no está totalmente desarrollado al nacer.
- ★ El Cerebro humano se desarrolla más en los primeros tres años de vida que en cualquier otra etapa..
- ★ En esta etapa es cuando muchos órganos del cerebro se desarrollan, lo puede limitar la inteligencia y potencial en años futuros.
- ★ El cerebro debe estimular diferentes experiencias para poder desarrollarse.
- ★ En la ausencia de experiencias el cerebro no crecerá.
- ★ La interacción padre-niño con bebés e infantes aporta una gran diferencia en el desarrollo del cerebro.
- ★ Bebés e infantes que no son abrazados, con los que no se conversa o lee se desarrollan menos que esos que reciben esta clase de atención.
- ★ Reforzando el contacto en los primeros años de vida construye el camino para tener éxito en la escuela, trabajo y relaciones en años futuros.

10 Maneras en las que los padres pueden estimular el desarrollo del cerebro en los primeros tres años de vida

- ★ Abraze, sonría y acaricie a su bebe. El contacto físico amoroso es importante para los lazos de relación y seguridad.
- ★ Cántele a su bebe o infante siempre, lo cual es vital para el desarrollo del lenguaje; hable acerca de lo que hace, adónde va y lo que ve, etc. . .
- ★ Léale a su bebé/infante todos los días. Hable acerca de fotos en los libros mientras pasa la página. No es necesario leer todas las palabras en esta etapa.
- ★ Ponga música, aplauda con sus manos al oso, agarre a su bebé para bailar con el.
- ★ Ayude a su bebé/infante a practicar sonidos nuevos, palabras y movimientos del cuerpo una y otra vez; la repetición reforzará los órganos cerebrales de bebé.
- ★ Juegue juegos como "Simón dice" agregando movimientos del cuerpo como gatear y tocar partes del cuerpo.
- ★ Aliméntese usted y a su bebé/infante con comidas nutritivas; limite la comida basura.
- ★ Los infantes deberían ver limitada televisión, nunca durante largos períodos de tiempo y nunca programas con contenido adulto. Usted es el "tele-guía" de su niño.
- ★ Provea un ambiente seguro y estimulante para que su niño explore y aprenda libre de estrés y lleno de amor. Juegue con su niño y diviértase.

Empiece Temprano...Ayúdelos a Ser Inteligentes...Usted Puede.
Todo lo que un Niño Necesita, el Padre Puede Darlo



Un Programa de SAY San Diego
Start Smart está subvencionado con la First 5 Commission of San Diego



Your Child's Brain

Facts Parents Need to Know

- ★ A child's brain, unlike most other body organs, is not fully developed at birth.
- ★ The human brain develops more in the first three years of life than at any other time.
- ★ The brain must have varied stimulating experiences in order to develop.
- ★ If this does not happen, the brain will not grow.
- ★ When parents play, talk, and sing with their babies/toddlers this grows their brain!
- ★ Babies and toddlers who are not held, talked to or read to develop less well than those who receive this kind of attention.
- ★ Bonding this way with your baby makes a difference for the rest of his or her life!

10 Ways Parents Can Stimulate Brain Development in the First Three Years

- ★ Hold, smile, and cuddle your baby. Loving physical contact is important for attachment and security.
- ★ Sing to your baby - lullabies, nursery rhymes, or made-up songs and silly rhymes.
- ★ Talk to your baby and toddler all the time - this is crucial for language development. Talk about what you do, where you go, what you see, etc.
- ★ Read to your baby/toddler every day; talk about the pictures in books while you turn the pages - it is not necessary to actually read the words at this stage.
- ★ Play music, clap hands to the beat, and pick your baby up to dance with you.
- ★ Help your baby/toddler practice new sounds, words, and body movements over and over again; repetition strengthens the pathways in your baby/child's brain.
- ★ Play games like "Simon Says", adding body movements like "touch your nose" and "nod your head" .
- ★ Feed yourself and your baby/toddler a well-balanced diet; limit "junk foods".
- ★ You are your child's "TV Guide". Toddlers should watch only very limited TV, never for long periods of time and never adult-content programs.
- ★ . **Play with your child and have fun!**



***Start Early...Help Them Get Smart...You Can
What Every Child Needs, Every Parent Can Give***

*A program of SAY San Diego
Start Smart is funded by the First 5 Commission of San Diego*

