

# Helping Infants Start Smart

## Pointers for Parents

### ☺ Attachment

- ★ Developing a strong bond with the parent is crucial for healthy child development
- ★ Hold baby close, look at him, and use soothing voice to coo, talk, and sing
- ★ Pick up infants under 6 months of age when they cry; this is how they learn trust
- ★ Encourage fathers to form close attachments to baby; let them hold, feed, cuddle with baby; research shows this is very helpful for a child's emotional and intellectual development.

### ☺ Language Development

- ★ Talk to your baby all the time
- ★ Imitate his baby sounds – repeat them as they happen
- ★ Label words for her (“these are your toes”)
- ★ Read to baby and include him in story time with older children.

### ☺ Motor Development

- ★ Baby needs opportunities to develop muscle strength and coordination
- ★ Put him on the floor (or blanket) for “tummy time”
- ★ Place a few colorful, large objects in front of her (such as a ball, stuffed animal, blocks).

### ☺ Nutrition

- ★ Babies should not have solid food (even cereal) until at least 4 months of age—check with your doctor for further instructions
- ★ The Red Cross WIC program publishes free pamphlets showing recommended foods for babies and toddlers
- ★ Never put your baby to bed with a bottle—this damages her teeth, causes ear infections, and could be a choking hazard
- ★ Watch out for foods that are a choking hazard (no chips, popcorn, marshmallows, hot dogs, raw carrots, etc).

### ☺ Safety

- ★ “Baby proof” your infant's environment
- ★ Check for small objects, open electrical outlets, shelving that could fall over on baby, sharp corners of furniture
- ★ Always put your baby in a car seat when traveling in the car—sitting on the lap of an adult who is belted in will not protect him from injury.

### ☺ Other

- ★ Infants (and all young children) need a daily schedule; develop a routine for eating, nap time, bed time, and stick to it
- ★ Play with baby—have fun with baby, play with her, make up silly rhymes & games.



# Ayudando a los Infantes a Comenzar Inteligentemente

## Consejos para los Padres

### ☺ Conexión

- ★ Establecer una relación fuerte con los padres es crucial para que los niños se desarrollen sanos.
- ★ Coja a su bebé, mírelo, y háblele y cántele con suavidad.
- ★ Coja a los bebés menores de 6 meses de edad cuando lloran porque así es como aprenden a confiar.
- ★ Anime al padre a establecer una relación cercana con el bebé. Deje que lo coja, le dé de comer y lo abraze continuamente ya que los estudios demuestran que todos estos factores ayudan a que el bebé se desarrolle emocional e intelectualmente.

### ☺ Desarrollo del Lenguaje

- ★ Háblele a su bebé todo el tiempo.
- ★ Imita los sonidos de su bebé y repítaselos al instante.
- ★ Mencionele las partes del cuerpo y objetos (“estos son tus dedos de los pies”)
- ★ Léale a su bebé e incluso inclúyalo a la hora de la lectura cuando le lea a niños mayores.

### ☺ Desarrollo Motor

- ★ Los bebés necesitan desarrollar sus músculos y coordinación.
- ★ Póngalo en el suelo (o en una cobija) para que pueda jugar.
- ★ Dele objetos grandes y de colores (como una pelota, animales de peluche, bloque de colores)

### ☺ Nutrición

- ★ Los bebés no deben comer comida sólida (ni incluso cereales) hasta que cumplan los cuatro meses. Consulte con su doctor si tiene alguna pregunta o duda.
- ★ El programa WIC de la Cruz Roja publica folletos gratis con información sobre la alimentación apropiada para bebés e infantes.
- ★ Nunca ponga a su bebé en la cuna con un biberón porque podría hacerle daño a los dientes, provocarle infección de oído y podría ahogarse.
- ★ Tenga cuidado con los alimentos con los que el bebé se pueda ahogar (no les dé chips, palomitas, marshmallows, perritos calientes, zanahorias crudas, etc.)

### ☺ Seguridad

- ★ Cree un ambiente seguro para su bebé.
- ★ Tenga cuidado con los objetos pequeños, enchufes eléctricos, estanterías que pudieran caerse encima de su bebé, esquinas afiladas y muebles peligrosos.
- ★ Siempre ponga a su bebé en una sillita cuando vaya en el carro. No lo siente en las rodillas de un adulto aunque lleve el cinturón de seguridad porque no le protegerá de un accidente.

### ☺ Otros

- ★ Los infantes (y todo los niños) necesitan una rutina diaria para la hora de la comida, la siesta, ir a dormir por la noche. Cree esa rutina y sígala al pie de la letra.
- ★ Juegue con su bebé y diviértanse inventándose juegos, ritmos y canciones.

