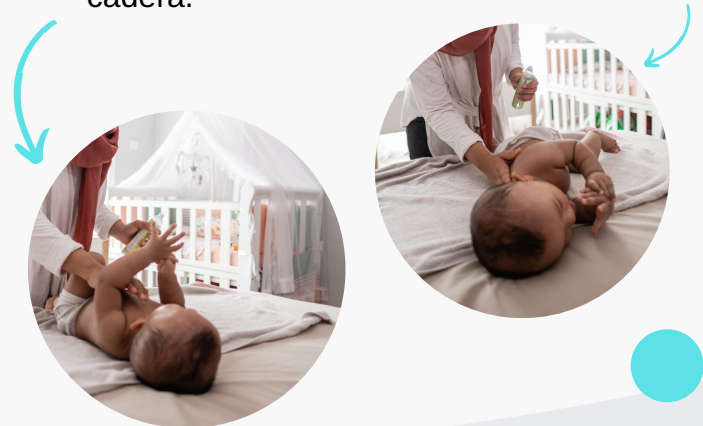


Estimulación del bebé: del 1º al 6º mes

1 Mantenga la cabeza del bebé alineada con el cuerpo, el objetivo es permitir que el bebé corrija la posición de la cabeza y que logre mantenerla en línea media; Este ejercicio se puede realizar en diferentes posiciones: boca abajo realícele masaje en los músculos de la espalda con pequeños deslizamientos de arriba hacia abajo, colóquele juguetes al frente para estimularlo a que eleve la cabeza, ayúdelo a sentarse desde la posición boca arriba y una vez sentado corríjale la posición de la cabeza.

2 Realice fuerzas contrapuestas a nivel de los hombros y caderas, el objetivo es estimular el equilibrio en el tronco. Boca arriba se sujeta al bebé del hombro y de la cadera y se realizan pequeños giros en sentido contrario de los hombros y la cadera.



3 Estimule al bebé para realizar cambios de posición de boca arriba a medio lado, de medio lado a boca abajo y de boca arriba a sentado.



4 Realícele movimientos en brazos y piernas en forma de círculos.



Estimulación del bebé: del 1º al 6º mes

- 5** Coloque objetos llamativos para que el bebé los siga con la mirada, de igual forma estimúlelo con objetos que produzcan sonidos para que él bebé los siga con la mirada.



- 6** Coloque objetos en las manos del bebé para que haga contacto con la palma de la mano, estimulándolo a agarrar objetos pequeños.



- 7** Estimule al bebé a agarrar objetos con las dos manos hacia el centro del cuerpo.



- 8** Ayude al bebé a dar el bote, empújelo suavemente de la cadera o del hombro.



Estimulación del bebé: del 1º al 6º mes

- 9** Coloque el bebé en el piso boca abajo y estimúlelo para que se arrastre colocando juguetes al frente o llamándolo para que se desplace.



- 10** Tome al bebé de los brazos y ayúdelo a sentarse, permitiendo que el realice el esfuerzo. También puede realizar el ejercicio tomándolo de un solo brazo para que él bebé apoye la otra mano y se ayude a sentar.



- 11** Acomode el bebé sobre una superficie blanda y colóquese a su lado, con suavidad empújelo por el hombro hacia un lado y luego hacia el otro lado. Ofrézcale objetos que le gusten y deje que coja cada uno con una sola mano, luego aléjele un poco el juguete para que lo alcance. Ayúdese con una pelota y ofrézcasela para que la alcance, esto en varias direcciones.

