



# El Primer Año del Bebé

M E S

9-10

## Los cambios que ocurren en el bebé

Muchos bebés comienzan a gatear durante el noveno mes. Es muy entretenido para el bebé poder moverse por su propia cuenta. ¡Pero también le da miedo!

Los primeros esfuerzos para gatear probablemente los hará el bebé para acercarse a algo – a su juguete favorito o a usted. No se sorprenda si al comienzo la niña se cae y se golpea la cara unas pocas veces. Póngala sobre una cobija o una alfombra blanda.

Una vez que el bebé comienza a gatear, muy pronto empezará a pararse. ¡Tenga cuidado! De repente se parará y no sabrá cómo volver a agacharse. Tal vez llore para que usted la rescate una y otra vez. Enséñele a arrodillarse o a sentarse en su trasero. Tenga paciencia, pronto aprenderá.

El desarrollo de la memoria también contribuye a que ella se enoje si alguien le quita su juguete.

**Nota: NO ate** los juguetes a la cuna o corral de su bebé para que ella no los tire ya que el cordel podría estrangularla.

## Cuando el bebé aprende a hablar

Es muy importante platicarle al bebé. Los estudios han demostrado que cuando usted imita y responde a los sonidos de su bebé, le ayuda a aprender el lenguaje.

Los padres que responden cuando el bebé “habla” le ayudan a prestar atención a sus propios sonidos. De este modo la conversación es más interesante para usted y para el bebé.

Estimule al bebé para que practique la conversación mediante algunos juegos. Cuando el bebé emita algún sonido, repítalo. Deténgase un momento y dele oportunidad de responder. Deje que vea su cara cuando usted habla.

Cuando usted lo imita se entusiasma y querrá repetir los sonidos. ¡Escúchelo! Posiblemente podrá escuchar tonos de voces diferentes y frases en el balbuceo del bebé.

Si el bebé emite el sonido “ba”, tal vez tenga diferentes significados. Estas “palabras” indican que no está muy lejos de comenzar a hablar. Entre los 9 y 12 meses de edad, el bebé dirá una o dos palabras reales entremezcladas en su balbuceo.

## Guía infantil: Premie el buen comportamiento.

Muchos padres sólo se preocupan del comportamiento de sus hijos cuando hacen algo que ellos no aprueban. Esta actitud le enseña al niño que sólo le prestarán atención cuando haga algo malo.

**Su atención es el mejor premio para la niña.** ¡Atiéndala para estimular el buen comportamiento, y no el malo!

Cuando el bebé juega con el gato, cuando dice algún sonido o cuando trata de hablar, prémielo con una sonrisa o con palabras cariñosas.

Cuando toca algo que usted no quiere que toque, distraiga su atención con un juguete. O con mucha calma aléjelo hacia otro lugar.

No preste atención al comportamiento que es molesto pero no peligroso. Deje la palabra “NO” para los momentos cuando la seguridad del bebé está en peligro.

A veces el bebé no estará contento con las decisiones que usted tome y seguirá fastidiando. Y a veces, usted tal vez esté tentada a dejarse vencer por el bebé.

Recuerde que es necesario establecer límites para la seguridad y bienestar de su bebita. Establezca sus límites, pero al mismo tiempo dele la oportunidad de crecer y explorar.

## Su bebé quiere que usted sepa:

### Cómo crezco:

- ♥ Es posible que ya puedo gatear mientras sostengo un objeto en una mano.
- ♥ También puedo gatear por las escaleras hacia arriba. Pero tal vez todavía no puedo bajar gateando.
- ♥ Probablemente me puedo sentar solo y voltear todo mi cuerpo — sin perder el equilibrio.
- ♥ Me paro por unos minutos si tú me sostienes de una mano.
- ♥ Meto mis dedos en los agujeros y en otros lugares para investigar.
- ♥ Puedo tomar cosas pequeñas con un dedo y el pulgar y cosas grandes con ambas manos.

- ♥ Me puedo parar sosteniéndome de los muebles, pero a veces tengo problemas para agacharme.

### Cómo hablo:

- ♥ Entiendo algunas palabras, mi nombre y frases simples.
- ♥ Repito uno o más sonidos una y otra vez.
- ♥ Escucho a la gente cuando platica y trato de imitar sus sonidos.
- ♥ Ya empiezo a decir palabras de dos sílabas: por ejemplo, cu cu, pa pa, ma ma.

### Cómo respondo:

- ♥ Me gusta ver a la gente cuando escribe o dibuja en un papel.
- ♥ Me gusta actuar para la gente; ¡me encanta que aplaudan!
- ♥ A veces quiero que me alaben por mis nuevas habilidades.

### Cómo entiendo:

- ♥ Trato de imaginarme cómo son las cosas.
- ♥ Sé que si miro las cosas al revés o si cubro mis ojos se verán diferentes.
- ♥ Me enfado si me quitan mi juguete.
- ♥ Es posible que recuerde un juego, una persona o un juguete del día anterior.
- ♥ Me doy cuenta del estado de ánimo de las personas cuando las miro.

Todos los niños son muy diferentes. No se preocupe si su hija es de crecimiento “precoz” o “tardío”. **Lo importante es advertir** que su hijo crezca y se desarrolle en todos los aspectos. Así, usted podrá estimular cada habilidad nueva que demuestre el niño.

### Cómo me siento:

- ♥ Soy muy sensible. Si veo a otro bebé llorando, probablemente yo también lloraré.
- ♥ A veces tengo miedo de muchas cosas que antes no me molestaban. Por ejemplo, un baño de tina. Tengo miedo a la altura.
- ♥ Soy muy resuelto y a veces testarudo. ¡Todo se debe a mi proceso de crecimiento!

### Cómo me puedes enseñar:

- ♥ Platica conmigo, escúchame y hagámoslo por turno.
- ♥ Dame un premio cuando hago algo nuevo. Necesito tu estímulo.
- ♥ Dame alimentos que pueda tomar con mis manos para practicar con cosas pequeñas.

## Bebés prematuros



Un **bebé prematuro** es uno que ha nacido antes del plazo normal. Si su bebé fue prematuro, los patrones de edad serán un poco diferentes.

Por eso, no se preocupe si su bebé todavía no reacciona de la misma manera como se indica en estas páginas. El ejemplar de este boletín es para bebés que ya han cumplido nueve a diez meses de edad — y no se refiere a la fecha real de nacimiento. Guarde este ejemplar por uno o más meses hasta que sea adecuado para su bebé.

## Cómo proteger la casa cuando el bebé se pare solo

Una vez que la niña se pare sola, irá cada vez más lejos. Podrá alcanzar cosas que antes estaban fuera de su alcance. Si es posible, no la deje sola y llévela con usted cuando vaya de un cuarto a otro. También revise con cuidado todos los cuartos de su casa.

### Preste atención a los *nuevos* peligros:

- ♥ Cuando el bebé se sostiene de los muebles para levantarse, es posible que se caiga alguna cosa que estaba sobre el mueble. Saque las mesas que tengan las patas débiles y las lámparas que puedan voltearse. Asegure los estantes de libros a la pared si no son firmes.
- ♥ Ponga el colchón de la cuna en el nivel más bajo. Saque los plumones de apoyo y animales peluches grandes que el bebé puede usar para trepar fuera de la cuna.
- ♥ Tenga especial cuidado con los cables eléctricos sueltos, manteles o cortinas colgando, ya que el bebé puede enredarse.
- ♥ Guarde con llave y fuera del alcance del bebé todos los medicamentos, limpiadores, pesticidas, alcohol y otros tipos de veneno. También las vitaminas y suplementos de hierro.

- ♥ No se olvide de poner hacia la parte de atrás de la estufa todos los mangos de las ollas.
- ♥ Ponga la temperatura del calentador de agua a menos de 120° F (mediana), ya que el bebé puede quemarse con agua más caliente que esta temperatura. También le sirve para ahorrar dinero.
- ♥ **Nunca** deje al bebé solo en el agua ni cerca del agua, ni por un minuto.
- ♥ No permita que el bebé se pare en el carro de las compras en el supermercado. Busque un cinturón de seguridad para mantenerlo sentado.
- ♥ No permita que la niña se pare en su silla alta.
- ♥ Tenga cuidado con los objetos que puedan pincharle los dedos, tales como bisagras y sillas plegables.

## Es importante actuar — no sólo reaccionar.

Los estudios han demostrado que los bebés que siempre escuchan “NO” y “NO hagas eso” se desarrollan con menos inteligencia que otros bebés. Para aprender, los bebés y los niños necesitan explorar y experimentar.

Preste atención a lo que usted dice. Si está todo el tiempo diciendo “No”, tal vez será necesario que reorganice el arreglo de su casa.

Por ejemplo, ponga los floreros de vidrio en una repisa alta. Ponga cerraduras de seguridad en los muebles de la cocina y del baño. Cambie las plantas a un lugar donde la niña no pueda ir. Busque una manera de cubrir los botones y controles del televisor y radio.

Estos cambios le facilitarán la vida y no tendrá que desanimar la curiosidad del bebé tan a menudo. Además, es más fácil cambiar el arreglo de la sala de su casa que detener la curiosidad del niño!

A veces es necesario decirle “No” al bebé. Está bien. Pero no exagere.



## Temores e inseguridades

Cuando el bebé se para solo empieza a darse cuenta de muchas cosas nuevas y algunas pueden causarle temor.

Muchos bebés de 9 meses de edad tienen temor a la altura y ya no se bajarán de las sillas, aún cuando lo hayan hecho antes.

Los ruidos fuertes, por ejemplo de la aspiradora o de la licuadora, posiblemente le dan miedo.

Es posible que el bebé no quiera que lo bañen en la tina grande. Trate de bañarse con ella en la tina o báñelo con una esponja en el lavadero.

Tome en serio los temores de su bebé ya que son tan reales como los temores que siente usted. Consuélelo con palabras de apoyo. Evite las cosas que le causan temor o trate de que enfrente el objeto o situación que le causa miedo. Por ejemplo, deje que toque la aspiradora apagada.

El bebé superará estos nuevos temores si usted lo entiende y apoya.

## Cómo ayudarle a estimular la curiosidad

Los investigadores que se dedican al estudio de niños pequeños han demostrado que la curiosidad es un factor importante para tener éxito en la escuela.

No es una buena idea enseñarle al bebé de manera rígida y formal. No use “tarjetas de repetición” ni lecciones similares. Los niños aprenden mejor cuando ellos dirigen su propio aprendizaje, no cuando se les trata de forzar algo.

Los niños que tienen libertad de explorar se interesan en el mundo que los rodea y tienen oportunidad de observar y aprender.

El primer año de su bebé es muy importante para establecer la base de una larga vida de curiosidad. Usted le puede ayudar transformando su mundo en un lugar interesante y estimulante y compartiendo el entusiasmo del bebé.

### Algunos consejos:

**Vista** — Rodee el ambiente de su bebé de nueve meses con juguetes, decoraciones y ropa de colores brillantes y activos.

**Oído** — Ponga música de discos, radio o grabaciones para que escuche el bebé. Fabrique un móvil de campanitas o cuelgue un móvil de campanitas donde haya brisa para moverlas. Platique y cántele al bebé.

**Tacto** — Dele al niño objetos de diferentes texturas: suaves, duras, lisas y ásperas. Fabrique un juguete, una cobija o pelota de tela tosca, satín, terciopelo. Acaricie al bebé y deje que ella le toque su cara, pelo y ropa.

**Gusto** — Dele al niño alimentos nuevos de diferentes sabores.

**Olfato** — Deje que el bebé huelo cosas que no son peligrosas tales como jabón, perfume, alimentos, flores y tierra.

Lo principal es que usted vea y escuche las cosas desde el punto de vista del bebé. Comparta la experiencia. Cuando el bebé se entusiasma con algo es porque probablemente tuvo una “idea excelente”. Esta es la manera como se estimula el aprendizaje.



## Los hermanos y hermanas del bebé

Para algunos hermanos o hermanas mayores este puede ser un momento difícil. Ahora que el bebé transita por la casa, puede tomar los juguetes y otras cosas favoritas de ellos.

Es importante que el bebé forme una relación amistosa con sus hermanos y hermanas mayores. Usted deberá intervenir para que así sea.

### ♥ **Prevenga los problemas.**

Ofrezca a los hijos mayores un lugar seguro donde poner sus cosas lejos del bebé. Si los niños mayores no pueden tener un cuarto propio, prepáreles un cajón alto donde el bebé no alcance. O déjelos jugar en la mesa de la cocina lejos del bebé.

### ♥ **Enseñe a los niños a que cooperen.**

Muéstrele a la hermana mayor las cosas fascinantes que puede hacer el bebé y señale los problemas que todavía no puede solucionar. Explique al niño mayor cómo debe enseñarle cosas nuevas al bebé. Dígale que juegue a la pelota o que le lea un libro.

No se olvide de agradecer los esfuerzos de los niños. Cuando el

bebito trata de imitar a su hermana, dígale que el bebé quiere ser como ella. Tratando a la niña mayor como colaboradora en el cuidado del bebé, usted le refuerza su sentido de cooperación y responsabilidad.

- ♥ **Deje un momento para cada uno.** Atienda a cada uno de sus hijos en forma especial todos los días. Los niños resentirán al bebé si siempre los interrumpe cuando usted está con ellos.

Usted también debería organizar actividades especiales "sólo para niños grandes". Por ejemplo, invitar a un amigo o dejarlo que vaya a la casa de su amigo.

Cuando se presenten problemas, explique con calma y enséñele a los otros niños que deben aprender a compartir, a turnarse y a no meterse en las cosas del otro. No se enoje ni sea partidaria de ningún niño en especial. Los niños pequeños no saben todavía cómo ver las cosas desde el punto de vista de los otros.



## Juegos bruscos con el bebé

Los estudios han demostrado que los hombres y las mujeres juegan en forma diferente con los bebés. Los hombres tienden a jugar en forma más brusca.

Algunas mujeres opinan que los hombres son ¡demasiado bruscos! Los hombres prefieren con más frecuencia, columpiar a los bebés, elevarlos alto en el aire, balancearlos de arriba hacia abajo, hacerles cosquillas y perseguirlos.

Al bebé le gusta este tipo de juegos; pero las madres se preocupan. Es importante que las madres sepan que son muchos los hombres que juegan así, y que el bebé no solamente sobrevivirá la experiencia, sino que ¡les gusta mucho!

Puede ser divertido jugar brusco con el bebé. Y muchos bebés prefieren el juego activo. Pero, tenga cuidado – algunos juegos son demasiado bruscos para el bebé:

- ♥ **¡Nunca remeza a un bebé!** Esto puede causar ceguera, daño cerebral o muerte.
- ♥ **Nunca tiree un brazo del bebé.** Si columpia a la niña en círculos, no la levante **nunca** del suelo tomándola de sus manos. Este es un esfuerzo demasiado grande para los codos y hombros de la bebé y estas articulaciones pueden dislocarse con facilidad. Tómela **siempre** por el pecho debajo de los brazos.

Una manera divertida y segura de jugar con el bebé es persiguiéndola mientras ella gatea en el suelo o sosteniéndola de modo que vuele como un avión. ¡Baile con el bebé!

## Alerta contra el plomo

La pintura antigua a menudo contiene plomo y aún una cantidad muy pequeña de plomo puede envenenar a un niño. La actitud del niño no cambiará inmediatamente aún cuando el nivel sea de envenenamiento. El plomo daña la memoria, la inteligencia y la audición.

La pintura con plomo causa problemas cuando empieza a descascararse y se transforma en polvo. El polvo aparece con el roce de las puertas y ventanas, cuando la gente camina sobre un suelo pintado o al hacer reparaciones. Un lugar común de acumulación de polvo es el marco de la ventana entre el alféizar y la ventana externa.

Cuando el bebé gatea por el suelo y después se mete los dedos a la boca, es posible que coma plomo. Cuando le están saliendo los dientes, el bebé siente alivio mordiendo el marco de la ventana. También le gusta el sabor ya que el plomo tiene un sabor dulce.

Lo más simple para prevenir envenenamiento por plomo es lavar el polvo en forma regular y poner una pintura nueva.

Para mayor información llame al teléfono (800) 424-LEAD y pida un folleto sobre plomo en el hogar.

## El bebé está aprendiendo a comer solo.

¿Mientras el bebé está comiendo, puede sostener sus alimentos? ¿Bebe de una taza con poca ayuda? ¿Sostiene y lame una cuchara después de sacar comida de un plato? Estos son los primeros pasos que da el bebé para aprender a comer solo.

Si el bebé quiere asir la cuchara, usted puede facilitar la alimentación usando dos cucharas – una para usted y otra para él. Mientras él practica, usted le da unas pocas cucharadas.

Deje que el pequeñito practique sus nuevas habilidades tomando cosas con los dedos de sus manos.

### Alimentos que el niño puede comer con sus manos:

- ♥ Pedazos pequeños de queso blando. *Con trozos de más de media pulgada se puede atorar.*
- ♥ Trozos pequeños de tostadas o tortillas de harina blandas, arroz cocido, bollos partidos por la mitad. Galletas Graham.
- ♥ Cereales sin azúcar tales como Kix® o Cheerios®.\*
- ♥ Tiras de vegetales cocidos – papas, camotes, zanahorias, chícharos, frijoles verdes o habichuelas, zapallo.
- ♥ Trozos o rebanadas de fruta blanda y pelada – bananas, melocotones, peras, ciruelas, melón (sin semillas).

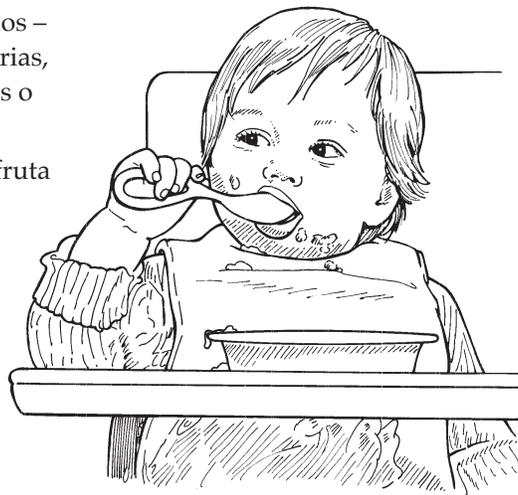
- ♥ Trozos pequeños, blandos y livianos de carne o pollo cocido.

Premie y estimule al niño cuando come solo, aún si deja todo sucio. Si a usted le molesta que ensucie, ponga hojas de periódicos debajo de la silla alta para recoger la comida que el bebé ha tirado al suelo.

A esta edad, el bebé puede comer casi el mismo tipo de comida que come el resto de la familia – solamente separe su porción antes de agregar sal y otros condimentos.

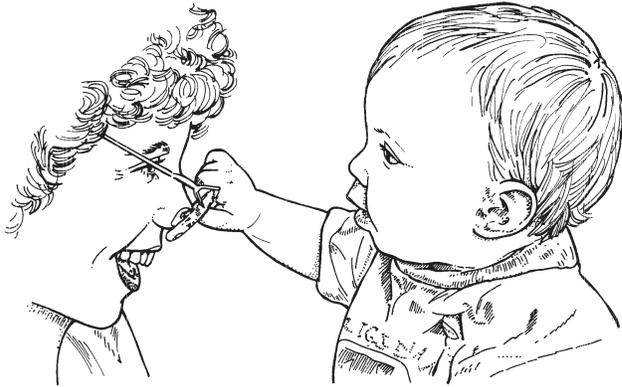
No le dé al bebé alimentos con los que se puede atorar:

- ♥ **NO LE DÉ** alimentos **redondos y resbalosos**: por ejemplo, uvas enteras o rebanadas de hot dogs, o
- ♥ **NO LE DÉ** alimentos **duros**: por ejemplo, nueces, maní, semillas o palomitas de maíz.



\* La referencia a ciertos productos no se hace con el ánimo de auspiciarlos ni tampoco de excluir otros que pueden ser similares. Los ejemplos se mencionan para conveniencia del lector.

## Guía infantil: Cinco elementos para una buena disciplina



1. Prevenga las situaciones en las cuales el bebé pueda hacer algo que a usted no le gusta. Ponga ese frasco de vidrio en una repisa más alta. Ponga una puerta en las escaleras. Si el bebé hace algo que a usted no le gusta, trate de que no se repita la misma situación nuevamente. ¡Prepare un ambiente que evite los problemas!
2. Ignore el comportamiento que es fastidioso pero no peligroso. Si el bebé saca todo fuera del cajón de la ropa, respire profundo y no se preocupe. Si usted le presta demasiada atención, el bebé capta que haciendo este tipo de cosas atrae su atención.
3. Distraiga la atención del bebé de las cosas que usted no quiere que haga. Si ella toma sus llaves y usted las necesita, no se las quite de las manos. Por el contrario, dele un juguete o actividad que le interese más. Entonces el bebé dejará las llaves. Es más fácil interesar al bebé en algo nuevo que quitarle lo que ya tiene.
4. Recompense al bebé con su cariño y atención cuando esté jugando bien. No se transforme en una madre (padre) que sólo nota al niño cuando hace algo malo. Observe las cosas buenas y prémíelo con una sonrisa o un abrazo. Su atención es la mejor recompensa para el bebé — con atención se estimula el buen comportamiento.
5. Dele libertad con límites. El bebé necesita libertad para explorar, pero también necesita tener límites. Para ofrecer libertad con ciertos límites es necesario tener buen criterio. Si el bebé se queda en su corral o sentado en su silla por mucho tiempo, tendrá poca libertad y estará limitado.

## Reconocimientos

**Autores:** David Riley, profesor de Estudios de Niños y la Familia, Escuela de Ecología Humana, Universidad de Wisconsin, Madison, y UW-Extensión, y Dorian Schatell, escritor técnico, Madison. Le damos las gracias a Linda Boelter, profesora y agente de manejo de recursos para la familia, UW-Extensión del Condado de Oneida, y Joan LeFebvre, agente de vida familiar, UW-Extensión de los condados de Florence, Forest y Vilas por la inspiración aportada a *El Primer Año del Bebé*. Producido por Publicaciones de Extensión Cooperativa de UW-Extensión: Rhonda Lee, redactora. Ilustraciones de Nancy Lynch. Traducido por Olga Tédias-Montero.

**Comité Asesor:** Marguerite Barratt, directora, Instituto del Niño, Juventud y la Familia, Universidad Estatal de Michigan; Stan Englander, pediatra, Grupo Médico All-Saints-Kurten, Racine, Wisconsin; David Espinoza, director, Centro de Cuidado Infantil La Causa, Milwaukee, Wisconsin; Mary Gothard, educadora de salud pública, Oficina de Salud Pública, Salud Madre e Hijo, Departamento de Salud y Asuntos de la Familia de Wisconsin; Carmen Jackson, productora de programas radiales y coordinadora de programas étnicos, Wisconsin Public Radio; Judith Myers-Walls, especialista en desarrollo humano, Universidad de Purdue Extensión; Susan Nitzke, profesora, Ciencias de la Nutrición, UW-Madison y UW-Extensión; Mary Roach, psicóloga infantil, UW-Madison; Nadine Schwab, directora ejecutiva, Fondo Fiduciario para Niños de Wisconsin, Madison, Wisconsin y Ana Toral-Azuela, educadora de padres, "Family Enhancement" de Madison.

Emitido como promoción del trabajo de Extensión Cooperativa, Leyes del Congreso del 8 de mayo y 30 de junio de 1914, en cooperación con el Departamento de Agricultura y Servicios de Extensión Cooperativa Centro-Norte. Los programas y actividades de los Servicios de Extensión Cooperativa están disponibles a todos los posibles clientes sin tomar en cuenta su raza, color, origen nacional, edad, género, religión o incapacidades.

Publicación NCR No. 321S, 2001.

© 2001 de la Junta de Regentes del Sistema de la Universidad de Wisconsin que funciona como la división de Extensión Cooperativa de la Universidad de Wisconsin-Extensión.

Cooperative Extension Publications  
Teléfono: (877) 947-7827  
Internet: cecommerce.uwex.edu



**En cooperación con el Proyecto de Materiales Educativos NCR.** Emitido como promoción del trabajo de Extensión Cooperativa, Leyes del Congreso del 8 de mayo y 30 de junio de 1914, en cooperación con el Departamento de Agricultura y Servicios de Extensión Cooperativa de Illinois, Indiana, Iowa, Kansas, Michigan, Minnesota, Missouri, Nebraska, Dakota del Norte, Ohio, Dakota del Sur y Wisconsin (estado a cargo de la publicación).

**Las publicaciones de Extensión regional Centro Norte** están sujetas a revisión de pares y son preparadas como parte de las actividades de las 13 universidades de los 12 estados de Centro-Norte, en cooperación con el Servicio de Investigación, Educación y Extensión Cooperativa del Estado, Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Washington, D.C. Los programas y actividades del Servicio de Extensión Cooperativa están disponibles a todos los clientes interesados, sin tomar en cuenta su raza, color, origen nacional, edad, género, religión o incapacidades.

*El Primer Año del Bebé* NCR 321S es una serie de 12 boletines también disponibles en inglés, *Parenting the First Year* NCR 321. Para obtener copias de estas u otras publicaciones NCR, comuníquese con la oficina de extensión de su condado o área. Si en su estado no tienen copias, o si usted necesita este material en un formato alternativo, comuníquese con el estado a cargo de la publicación (los operadores sólo hablan inglés):

Cooperative Extension Publications  
Teléfono gratis: (877) 947-7827 (877-WIS-PUBS)  
Internet: [cecommerce.uwex.edu](http://cecommerce.uwex.edu)

**<sup>uw</sup>Extension**

**NCR 321S El Primer Año del Bebé**  
**Mes 9-10** (2001)

RP-08-2004 (R3/01)