



GOBIERNO DE
MÉXICO

Educación Inicial

PRIMEROS PASOS PARA UNA VIDA FELIZ

Tarea de todos y de todas



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF CUADRO **MÉXICO**
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

gob.mx/aefcm

Etapas



ETAPA 1:

Recién Nacido
1 mes



ETAPA 2:

Primera Infancia
2 a 5 meses



ETAPA 3:

Primera Infancia
6 a 11 meses



ETAPA 4:

Primera Infancia
1 año a
1 año y 5 meses



ETAPA 5:

Primera Infancia
1 año y 6 meses a
1 año y 11 meses



ETAPA 6:

Primera Infancia
2 años a
2 años y 5 meses



ETAPA 7:

Primera Infancia
2 años y 6 meses a
2 años y 11 meses



ETAPA 8:

Primera Infancia
3 años

PRIMEROS PASOS PARA UNA VIDA FELIZ

Primera Infancia

6 a 11 meses



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 6 meses, ya puede girar la cabeza con total facilidad buscando a una persona o a un objeto y sus manos tienen más fuerza que en las etapas anteriores.
- Ya le comenzarán a salir sus primeros dientes de leche. Puede que esto le cause molestias y dolor al bebé, babeará más y se llevará todo lo que esté a su alcance a la boca.
- Ya puede levantarse si está boca abajo, apoyándose de las manos. Si está boca arriba, consigue llevarse el pie a la boca.



¿Qué es lo más importante?

- La lactancia materna o de fórmula se puede empezar a completar con otros alimentos normalmente, se inicia con verduras y carne roja en papilla.
- Reconoce los distintos tonos de tu voz, llora cuando se siente incómodo/a y se ríe cuando está contento/a.
- Empieza a adoptar la postura de gateo y es posible que ya se impulse con las rodillas hacia delante y hacia atrás.
- Se sobresalta ante los ruidos fuertes y puede llorar cuando se asusta.
- Se lleva juguetes y otros objetos a la boca para entender mejor su entorno, por lo tanto, debes de tener mucho cuidado de lo que se mete a la boca.
- Trata de alcanzar cualquier cosa o todas las cosas que esté a su alcance.
- Se mueve en la dirección hacia dónde quiere ir, levanta los brazos e inclina el cuerpo.

¿Qué debes de hacer?

Cada bebé se desarrolla a su propio ritmo, pero si hay algo que a ti te preocupa, por más pequeño que sea, compártelo con el médico. Por ejemplo, si:

- Muestra poco interés por los demás y apenas sonríe o “habla”.
- No se pasa un objeto de una mano a la otra.
- No es capaz de sentarse apoyándose en un respaldo.
- Si alguno de los puntos anteriores lo presenta tu bebé debes de informarle inmediatamente al médico.
- Al comer purés o papillas puede regresarla con la lengua, eso es normal.

¿Hoy qué pasa?

¿Qué es lo más importante?

¿Qué debes de hacer?

- Tu bebé de 6 meses, reconoce las caras familiares y comienza darse cuenta si alguien es un desconocido.
- Le gusta jugar con los demás, especialmente con ustedes (sus padres).
- Responde a las emociones de otras personas y parece feliz.
- Reacciona cuando se menciona su nombre.
- Observa a su alrededor las cosas que están cerca.

- Se da vuelta para ambos lados (se pone boca arriba y boca abajo).
- Comienza a sentarse sin apoyo.
- Cuando se para, se apoya en sus piernas y hasta puede ser que salte.
- Se mece hacia adelante y hacia atrás, a veces gatea primero hacia atrás y luego hacia adelante.
- Reconoce y responde con alegría a los rostros conocidos.
- Se sobresalta ante los ruidos fuertes y puede llorar cuando se asusta.
- Es socialmente activo/a, sonrío, atrae tu atención y responde cuando te encuentras cerca, así que interactúa con él o ella.
- Expresa felicidad, placer, tristeza y disgusto (enfado).
- Acostado o acostada boca arriba: levanta la cabeza y los hombros.

- Acuesta a tu bebé boca abajo: se apoya sobre las manos, ya puede jugar (soltando una mano). Puede darse la vuelta, por lo que se requiere mayor atención de tu parte para evitar un accidente.
- Pon de pie a tu bebé y sujétalo por las axilas: se apoya sobre los pies, sin cruzar las piernas salta, eso le ayuda para que tenga una mejor coordinación.
- Coloca un juguete cercano al bebé y apóyalo empujándolo/a, para que se acerque a recogerlo, así favoreces el arrastre de tu bebé.
- Ayuda al bebé a desarrollarse: puedes realizar ejercicios de estimulación, como jugar con él o ella delante del espejo para que comience a reconocer su propia imagen, jugar a dar y tomar juguetes o que vea cómo se pasa objetos de una mano a otra.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 6 meses, reconoce y responde con alegría a los rostros conocidos.
- Sabe distinguir perfectamente entre su familia y los extraños.
- Muestra preferencia por la gente que conoce.
- Le gusta reír, jugar, las caricias y ya es más sociable.



¿Qué es lo más importante?

- Logra el control total de su cabeza.
- Pueden aparecer los primeros dientes.
- Controla el alimento en la boca y come correctamente.
- Se sienta derecho/a.
- Balbucea: “mamamama”, “papapapa”, etc.
- Responde al escuchar su nombre.
- Se lleva las cosas a la boca.
- Demuestra curiosidad sobre las cosas y trata de agarrar las cosas que están afuera de su alcance.

¿Qué debes de hacer?

- ¡Luces! ¡Música! ¡Acción! Empieza enseñándole a tu bebé las características específicas del juguete, como sus movimientos, luces y música.
- ¿Qué es ese ruido? Lleva a tu bebé de “excursión” por toda la casa en busca de algún sonido. Toca el timbre, pon la alarma del despertador, etc. Mientras caminan por la casa, explícale el significado de cada sonido: “¡Tenemos visita! ¡Arriba, es la hora de levantarse!”.
- Continúa acariciándolo/a y hazle masajes durante el baño y al momento de cambiarlo/a.

¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 6 meses, ya está comiendo papillas de verduras y carnes rojas.
- Informa al médico si tu bebé presenta cualquier reacción a un nuevo alimento (vómitos, diarrea, erupciones, etc.).
- La leche materna sigue siendo la principal fuente de alimentación de tu bebé.

¿Qué es lo más importante?

- Durante la consulta médica, a tu bebé le aplicarán algunas vacunas.
- Procura ocupar agua pura o purificada, para prevenir infecciones estomacales.
- Sabe distinguir perfectamente entre su familia y los extraños.
- El gateo le ayuda a fortalecer su cuerpo, explorar y mejorar el control de su cuerpo.

¿Qué debes de hacer?

- Recuerda tener presente las sugerencias que en un inicio te dio el médico sobre el estado de salud de tu bebé, para atender sus necesidades.
- Platica, juega, carga, acaricia y sonríe, esto ayudará a favorecer su desarrollo. Muestra y expresa amor por él o ella.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 6 meses, explora todo lo que le rodea utilizando sus sentidos. Toca, huele, chupa, escucha y observa todo lo que tiene cerca, empieza a entender las relaciones que existen entre objetos y espacios, así como a reconocer a los seres más cercanos. Asegúrate de estimularlo/a, con juguetes de diferentes colores, formas, pesos, sonidos y texturas.
- Es habitual que en este mes le salga su primer diente y que empiece a hacer sus primeras muestras de habla.

¿Qué es lo más importante?

- Le gusta comunicarse con otras personas: busca llamar la atención, mostrando sonrisas y jugando con quienes ya conoce. Por otra parte se fortalece la relación que tiene con ustedes (sus padres).
- Su capacidad de coordinar ojos, manos y de usar los dedos para agarrar objetos pequeños como lápices y alimentos también está aumentando.
- Algunas de sus nuevas habilidades incluyen cambiarse un juguete de mano a mano, beber de un vaso con dos asas sin ayuda, chocar objetos unos contra otros, juntar las manos y agarrar un juguete con una sola mano.
- Haz que tu hijo/a se acostumbre a dejarse limpiar sus dientes con un cepillo de bebé o incluso con su propio dedo y agua. Si lo presentas como un juego desde el principio resultará más fácil.

¿Qué debes de hacer?

- Dedica suficiente tiempo para jugar con tu bebé y aprecia su evolución.
- Pon música suave y alegre.
- Pasea con tu hijo/a de brazos un rato, dentro y fuera de casa.
- Haz movimientos para que imite: juntar-separar las manos, abrir-cerrar los dedos, hacer el gesto de “adiós”, cantarle canciones, etc.
- Repite sonidos que el bebé ya sepa hacer.
- Enciende la televisión a dos metros de distancia, para que no le afecte su visión.
- Estimula los movimientos de ganeo ofreciéndole objetos mientras el se encuentra en posición boca abajo, para que así logre alcanzarlos.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 7 meses, ya tiene concentración para averiguar las propiedades de sus juguetes, le gustan y le llaman la atención los sonidos o ruidos.
- Extiende una mano para tomar objetos.
- Tiene una visión completa de los colores y es capaz de ver a mayor distancia.



¿Qué es lo más importante?

- De acuerdo a la comida ya puedes empezar a introducir la carne blanca y los cereales, siempre y cuando estén enriquecidos con hierro, todo con calma, no hay prisa.
- Ya reacciona cuando escucha tu nombre.
- En esta etapa les gusta mucho mirarse al espejo.
- Comienza a llorar si se encuentra solo o sola.
- Si le das de comer algo que no le gusta cerrará la boca, por lo tanto, con los alimentos que le des a tu bebé te podrás dar cuenta, si es alérgico o alérgico a algún alimento.
- En cuanto a sus emociones, utiliza su voz para expresar alegría, enojo o aburrimiento. También es capaz de distinguir las emociones de los demás según los diferentes tonos de voz que escucha, mediante balbuceos y gritos busca llamar la atención.

¿Qué debes de hacer?

- Tiene interés por querer hablar, por lo que se te recomienda que le hagas mención de algún objeto, nombres, etc. Ya que los bebés son como una esponja que todo van aprendiendo.
- Debes tener cuidado con el aseo personal de tu bebé, si es posible báñalo diario.
- Vístelo o vístela con ropa adecuada a su edad.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 7 meses, se encuentra acostado/a boca abajo: gira con facilidad hasta ponerse boca arriba.
- Acostado/a boca arriba: se agarra los pies y se chupa el dedo gordo.
- Sentado/a sin apoyo: extiende las manos hacia adelante para apoyarse (reflejo de “paracaídas”). Se inclina para recoger objetos.
- Recoge los objetos con toda la mano, utiliza los dedos en forma de rastrillo.

¿Qué es lo más importante?

- Al estar acostado o acostada tu bebé ya gira hacia los dos lados (de boca arriba hacia boca abajo y viceversa).
- Desde la posición de acostado/a, puede que ya logre sentarse ayudándose con sus manos y más adelante mantenerse sentado/a sin apoyo.
- Es capaz de llevarse a la boca los dedos de los pies.
- Soporta todo su peso sobre sus piernas.
- Soporta todo su peso sobre sus piernas.
- Extiende una mano para tomar objetos.
- Pasa objetos de una mano a la otra.

¿Qué debes de hacer?

- Escóndele a tu bebé, objetos que le agraden y recuerde, pregúntale dónde está uno de ellos, luego se lo das, ve su reacción y repite este ejercicio varias veces, esto le ayudará a desarrollar a nivel mental, la permanencia de un objeto.
- Pasea a tu bebé por la casa, enséñale que sucede si aprietas el apagador de la luz, que sucede si aprietas el timbre de la puerta o que sucede si aprietas un juguete con sonido, con este ejercicio le ayudas a tu bebé a reconocer la causa-efecto de las cosas.
- Habla con tu bebé, llama su atención con objetos, con palmadas, por su nombre, con silbidos, con lo que te imagines, el objetivo es que tu bebé voltee con la seguridad de encontrar de donde proviene el sonido.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 7 meses, se enoja si lo dejas solo o sola.
- Logra sentarse con ayuda.
- Es capaz de llevarse a la boca los dedos de los pies.
- Busca llamar la atención.
- Quiere estar cerca de ustedes (sus padres).
- Lloro si otros/as niños/as lloran.

¿Qué es lo más importante?

- Extiende sus brazos para que lo cargue la persona de su preferencia.
- Expresa rechazo si algo no le agrada.
- Extraña a las personas.
- Le gusta sonreír.
- Le gusta jugar con juguetes que ya conoce, solo que no dura mucho tiempo en esta actividad. (aproximadamente 5 minutos)
- Ya va a comenzar a entender el significado de la palabra "no".
- El horario de alimentación, así como la de orinar, comienza a distanciarse.
- Le encantará imitar sus gestos y se divierte con los gestos o aplausos.
- También sabe mandar besos y disfrutará haciéndolo.
- La comunicación es su gran pasión.

¿Qué debes de hacer?

- Es importante el contacto piel a piel, por eso debes tratar de hacerlo constantemente mientras buscas la mirada de tu bebé.
- Tienes que tocar la mejilla de tu bebé como si le acariciarás con el dedo de una de sus manos. Se recomienda hacer estas caricias antes de iniciar la lactancia, porque se trata de una manera de anticipar a tu bebé que vas a darle de lactar.
- Siempre tienes que hablarle a tu bebé. Si él o ella hace algún ruido o habla a su manera, dale tiempo para que se exprese y después vuelve a hablarle. De esta manera estás estableciendo los turnos del habla y de comunicación.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 7 meses, es normal que le empiecen a salir los dientes de leche. Esto le causará molestias por lo que llorará, no comerá bien y puede incluso que le suba la temperatura.
- Suelen aparecer los primeros dientes sobre todo los incisivos inferiores. Puede haber una molestia y babea mucho.
- Traslada objetos de una mano a otra.

¿Qué es lo más importante?

- Le puedes dar su leche por la mañana combinada con cereal, a media mañana le puedes dar frutas o papillas; al medio día verduras (papas, zanahoria, calabaza) combinadas con carne de pollo; por la tarde frutas, papillas; y por la noche de nuevo cereal.
- Puede sentarse sin apoyo.
- Se aleja si le tratan de quitar algún juguete.
- Busca algo que se le haya caído, en el suelo.
- Ya puede arrastrarse, incluso hasta puede gatear.
- Puede agarrar un objeto pequeño que se haya caído en el suelo.

¿Qué debes de hacer?

- El reflejo del gateo, al poner a tu bebé acostado/a sobre su estómago y en una base sólida, segura, puedes notar que automáticamente él o ella se pondrá en posición de gateo. Suele aparecer por los 6 o 7 meses hasta que empieza a caminar.
- Protege a tu bebé de aparatos eléctricos, que le puedan causar algún daño.
- Realiza un breve masaje, en su cabeza, piernas, manos y hombros, para que pueda relajarse.
- Cada que lo bañes trata, de secarlo/a con suavidad, sin frotar, dejando que el paño absorba la humedad.
- Déjelo/a jugar frente a un espejo, siempre y cuando lo supervises, para que no haya ningún problema.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 8 meses, ya puede mantenerse sentado o sentada.
- Normalmente, en esta etapa, podrás observar sus primeros intentos de ponerse de pie, sujetándose en algún punto de apoyo, con dificultad. En cuanto lo consigue, normalmente, vuelve a caerse al suelo, pero lo importante es que ha entendido cómo se hace y lo volverá a intentar hasta que lo consiga.

¿Qué es lo más importante?

- La mayoría de los bebés presenta una visión igual a la de un adulto, la cual le permite reconocer objetos y personas. Por esta razón, a tu bebé le encantará explorar todos los rincones de la casa.
- Le llamará la atención el ruido de los coches, motos, como también de las campanas del reloj y del timbre de la puerta o la llamada del teléfono.
- Por seguridad debes de colocar una protección en los enchufes en las esquinas de los muebles ya que el bebé se mostrará inquieto/a, curioso/a, sin tener percepción sobre los peligros.
- Le gustará tirar objetos e incluso alguna comida de su plato. Para él o ella, eso será un juego.
- En esta etapa, algunos bebés ya pronuncian sílabas dobles con más claridad. Por ejemplo, ya pueden decir 'ma-má' y 'pa-pá', ya piden cosas como agua, biberón, comida y puede mostrarse más sociable con las demás personas.

¿Qué debes de hacer?

- Aprende a señalar lo que le gusta, por lo tanto, puedes aprovechar para enseñarle ciertos objetos y sucesos.
- Tendrás que ir incrementando más variedad de comida a tu bebé.
- Aparece la llamada angustia de separación. Se trata de la ansiedad y el malestar que sufre el bebé cuando se separa de su referente primario, su cuidador principal, que suele ser su madre.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 8 meses, comienza a colocarse en la postura de gateo.
- Girará la cabeza al oír su nombre y extenderá las manos para que lo carguen.
- Ya es capaz de saludar con las manos.
- Ayúdale a comprender la vida cotidiana, explicándole las rutinas. Utiliza la hora de la comida y del baño como indicativo de actividades especiales: "Es la hora de comer, es la hora de tu baño".

¿Qué es lo más importante?

- Reacción de extrañeza (llanto cuando te pierde de vista o si se le acerca alguna persona no familiar).
- Llora cuando asisten con el médico.
- Juega a esconderse.
- Reacciona cuando le hablan.
- Muestra timidez ante los extraños y desconfía que alguien desconocido lo cargue, recuerda a las personas que conoce bien, aunque no las haya visto en unos cuantos días.

¿Qué debes de hacer?

- Evita que gatee con objetos en la boca y que el espacio se encuentre limpio.
- Retira de su alcance objetos potencialmente peligrosos: figuras, jarrones, bolsas de plástico, cordones, entre otros.
- Utiliza dispositivos que impidan la apertura de cajones, con el fin de prevenir la caída de los mismos.
- Protege los enchufes y asegúrate de que los cables estén en buenas condiciones.
- Mantén los productos de limpieza y los medicamentos fuera de su alcance. Si ingiere algún producto tóxico, acude inmediatamente al servicio de urgencias del hospital.
- Evita cocinar con tu bebé en brazos, ten precaución para que no se acerque a la estufa.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 8 meses se pone solo o sola “a gatas”.
- Le encanta tirar objetos e incluso alguna comida de su plato, para él o ella, eso será un juego.
- En esta etapa, tu bebé ya consigue amasar, tirar, abrir, apretar, entre otros.
- Los juegos de objetos que forman torres son ideales para ejercitar su curiosidad y habilidades.

¿Qué es lo más importante?

- Reacción de extrañeza (llanto cuando te pierde de vista o si se le acerca alguna persona no familiar).
- Juega a esconderse.
- Reacciona cuando oye su nombre.
- Proporcionarle juguetes para armar, por ejemplo: aros que se ponen en un palo con base, bloques apilables, juguetes que tengan ruedas para que las jale. (no pequeños) Pelotas y juguetes inflables. (hay inflables muy manejables y con cascabel dentro).
- Imitar acciones. Por ejemplo: dale un vaso (que no sea de vidrio) y toma otro para ti, muéstrale como se usa, como si tuviera agua y lo fueras a beber, para que él o ella te imite. Ponte feliz cuando lo logre, esto favorece su aprendizaje por imitación.

¿Qué debes de hacer?

- Enséñale un objeto que haga algún sonido, por ejemplo: un pato de hule que al aplastarlo haga “cuac, cuac”, dile “esto es un pato y hace cuac, cuac”, lo escondes y le preguntas ¿dónde está el pato? Cuando voltees la cabeza hacia él o ella, pregúntele, ¿dónde está el cuac cuac?, repite este ejercicio, hasta que el bebé identifique el nombre y el sonido. Puedes hacerlo con cualquier objeto sonoro (timbre de la puerta, reloj, campana, entre otros.), con este ejercicio estimulas el desarrollo del lenguaje.
- Pídele a tu bebé, que diga, ma, má, o pa, pá, be, bé, entre otros., hazle saber lo feliz que te sientes cuando repite lo que le pides. Con este ejercicio, promueves el balbuceo.
- Muéstrale diferentes fotos, dibujos o láminas con diferentes animales, dile “este es un perro y hace guau guau, este es un gato y hace miauuuu”, entre otros. Con esto le ayudas en el desarrollo de palabras.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 8 meses, trata de imitar todo lo que hagan los demás y reflejará en cada momento su curiosidad.
- Ya puede comer cereales, yogur y huevo cocido. El pescado blanco también puede formar parte de su alimentación. Como siempre, cada nuevo alimento debes introducirlo de forma gradual y por separado, para que puedas detectar la presencia de posibles alergias.

¿Qué es lo más importante?

- Se experimentan cambios en su dieta, puedes empezar a establecer un horario para comenzar a educar a tu bebé a comer con horarios. A esta edad se permite que la dieta sea mucho más variada, para crecer de forma saludable.
- Ya comienza a comer carne y otras verduras en picados finos.
- Durante el día debe hacer al menos tres comidas principales al igual que los adultos, puedes alternar leche materna o biberón, durante el día.

¿Qué debes de hacer?

- Estimula la diferenciación de texturas: al vestirlo/a, haz que tu bebé toque su ropa, al mismo tiempo le vas nombrando la textura correspondiente; liso, áspero, rugoso, entre otros.
- Estimula su movimientos, puedes hacer que suba baje un escalón o un banco. Primero verás que se limita a apoyarse con los brazos en el obstáculo, hasta que descubra que tiene que alzar la pierna lo suficiente para apoyar la rodilla y luego subir la segunda rodilla. Le tendrás que ayudar al principio, pero él o ella descubrirá el modo para alternar y coordinar sus piernas.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 9 meses es muy inquieto/a y curioso/a, además de muy despierto/a y ágil para moverse. Prefiere estar más despierto/a que dormido/a, pues le encanta jugar y conquistar nuevos obstáculos para conseguir lo que quiere.
- Cada vez tiene más habilidad para expresarse, por lo que usará sus manos para señalar los objetos, decir adiós o hacer que lo tomes en brazos. Cuando tú y su papá le hablan, presta mucha atención y comprende lo que le están tratando de decir.

¿Qué es lo más importante?

- Demuestra todas sus habilidades y quiere investigar todo lo que le rodea.
- Todo a su alrededor le llama la atención, por eso debes de tener cuidado y estar al pendiente de tu bebé ya que querrá recoger todo lo que vea cercano a él/ella.
- Uno de los reflejos más notables en esta etapa, es el reflejo del paso, consiste en que sostienes a tu bebé tomándolo/a con tus manos bajo las axilas, inmediatamente hará movimientos como si estuviera dando sus primeros pasos.
- Es capaz de reconocerse a sí mismo/a en el espejo y si lo o la llama por su nombre, girará su cabeza de inmediato siguiendo la voz.

¿Qué debes de hacer?

- Combina los alimentos para variar los sabores y las texturas.
- Supervisa a tu bebé y favorece un ambiente seguro que te permita prevenir accidentes.
- Comunica las primeras palabras como “mamá”, “papá” o incluso “tete”, así que no lo/la desanimas y repítele las palabras más sencillas. Además de hablar y hablar, es posible que tu bebé ya de palmadas, diga adiós con las manos, tire una pelota o beba él o ella solo/a desde una taza.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 9 meses, comienza a tener una postura en el cuerpo y los movimientos que puede hacer son: empezar a gatear, algunos gatean hacia atrás y otros/as se arrastran.
- Aprende a ponerse de pie apoyándose de los muebles, se mantiene de pie unos instantes y después se cae.
- Se sienta sin ayuda y sostiene bien la espalda.
- También busca con la mirada un objeto que se ha caído al suelo.

¿Qué es lo más importante?

- Observa el recorrido de una cosa al caer.
- Responde a órdenes sencillas y cuando le llamas por su nombre.
- Puede sentir miedo de que lo dejes solo/a.
- Practica juegos interactivos, como esconderse y luego aparecer.
- Dice adiós con las manos.

¿Qué debes de hacer?

- Proporcióname libros con dibujos.
- Brinda diferentes estímulos al salir de su entorno inmediato, como llevarlo al mercado a ver personas.
- Desarrolla la comunicación con tu bebé haciendo cosas como: leer, cantar juntos, nombrar personas y objetos en el ambiente.
- Dale juguetes grandes que se puedan empujar para que lo estimulen a caminar.
- Evitar la televisión hasta la edad de 2 años.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 9 meses, comienza a gatear. Esta capacidad de desplazamiento le posibilita explorar y suele ser más independiente.
- Se dirige a los objetos con el dedo índice y se desplaza para recogerlos.
- Golpea y deja caer los juguetes.
- Dice bisílabos como papá o mamá.
- Responde a su nombre y entiende algunas palabras como, no y adiós.

¿Qué es lo más importante?

- Puede que les tenga miedo a los desconocidos.
- Se aferra a los adultos conocidos, para que lo o la carguen y acompañen a sus exploraciones.
- Tiene juguetes preferidos.
- Inicia juegos.
- Indica con las manos que desea un juguete.
- Responde a señales de otra persona.
- Se resiste a que le quiten un juguete.

¿Qué debes de hacer?

- Para fortalecer la relación entre el bebé y tú, háblale, cántale, escúchalo/a y hazle caricias suaves que le brinden tranquilidad, hazlo con frecuencia.
- Enséñale juegos sencillos.
- Ofrécele objetos móviles, musicales, entre otros, pero hazlo con sumo cuidado y asegúrate de que los juguetes estén limpios y no contengan piezas pequeñas que puedan dañarlo/a.
- Estimula a tu bebé para que gatee o se arrastre, a mantenerse de pie y dar pasos.
- Dota a tu bebé con zapatos adecuados.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 9 meses, recuerda bien las cosas que han ocurrido, reconoce a las personas, situaciones y reacciona ante ellas según el placer relacionado con las mismas.
- Conoce el aburrimiento, puesto que muchas cosas ya las ha aprendido y no quiere estarlas repitiendo siempre.
- Se sienta bien, gatea, trepa sobre sus manos, utiliza el índice y el pulgar como pinza, se alimenta en forma parcial con sus dedos.

¿Qué es lo más importante?

- Se va dando cuenta de que llega la hora de dormir y muchas veces se niega porque quiere seguir jugando contigo o su papá. Es ahora cuando pueden aparecer más los “caprichos” y llantos al ponerlo/a en su cuna, también los despertares nocturnos, si es que habían desaparecido.
- Para este entonces, ya puedes incluir en su alimentación los cítricos y las uvas (sin semillas ni piel). Pero no olvides preguntar antes al médico para asegurarte de poder incluir estos nuevos alimentos en la dieta de tu bebé.
- Agarrado sobre algún mueble se queda parado/a y mantiene su equilibrio por un buen tiempo.
- Sabe cuándo va a salir a pasear y se emociona por conocer el entorno que ésta descubriendo.
- Se le dificulta soporta su propio peso cuando lo sostienes en posición de pie.

¿Qué debes de hacer?

- Mantén su nariz limpia: la congestión y mucosidad excesivas es uno de los motivos por el cual aparece la tos, por ello debes de limpiar su nariz con una solución fisiológica o agua de mar.
- Dale a tu bebé leche materna a libre demanda.
- Mantén una alimentación variada para él o ella.
- Los bebés de 9 meses deben de pesar aproximadamente 8 kg y en talla 70 cm, los que nacen con bajo peso les cuesta mucho llegar a su peso y estatura correctos, por lo que es importante que médicos especializados los/las traten, para prevenir riesgos a su salud.



¿Hoy qué pasa?

¿Qué es lo más importante?

¿Qué debes de hacer?

- Tu bebé de 10 meses es capaz de moverse por toda la casa, ya sea arrastrándose, gateando o caminando, mientras se apoya de los muebles o algunos objetos.
- Cada vez comprende con mayor precisión las indicaciones, (sabe si se está comportando bien o mal).
- Durante el día para completar su alimentación, puedes continuar con la leche materna, lo ideal es que tu bebé haga entre 3 o 4 tomas al día.

- Comienza a tratar de decir más palabras, debes de repetirle constantemente los nombres de los objetos para que trate de decirlo correctamente.
- Ya puede distinguir las distintas partes del cuerpo, incluso ir señalando cada una de ellas.
- Tanto las manos, como los dedos estarán mucho más ágiles, por ello es capaz de sostener un vaso y beber solo o sola.
- Le encantan los juguetes, se siente muy atraído/a por sus colores y sus formas.

- Baña preferentemente diario a tu bebé y cambia su pañal constantemente para evitar alguna irritación o rozadura.
- Dóttalo/la de cubiertos e introduce la enseñanza para su uso adecuado.
- Trata a tu bebé con buenas actitudes, mucho amor y expresiones de cariño.
- Lleva a tu bebé al médico con regularidad.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 10 meses ya puede sentarse de manera correcta, de hecho puede al mismo tiempo estar jugando con algún objeto.
- Puede estar sentado/a y girar para agarrar lo que se encuentra en la parte de atrás.
- Gatea a la perfección apoyándose de sus manos y rodillas.
- Al estar de pie, puede sentarse en el suelo él o ella solo/a, así como levantarse estando sentado/a.

¿Qué es lo más importante?

- Pone más atención a lo que dicen.
- Ya no solo juega contigo, ahora también con el resto de la familia.
- Es el momento de iniciar a poner límites, así que debes ser firme al momento de decirle "No es NO".
- Inicia a identificarse frente al espejo.
- Identifica al perro de carne y hueso con el perro de la foto o de la revista.
- Comienza a bailar de manera espontánea al escuchar la música.
- Responde a las palabras, frases y órdenes como: mira, ven, toma y dame.

¿Qué debes de hacer?

- Enséñale cómo se abre algún objeto, para que él/ ella lo haga, que comprenda que haciendo algún movimiento se logra, puede ser una caja con llave o bote con tapa.
- Una actividad que puedes hacer con él/ella es esconder objetos, preferentemente tapa con algo, dejando que se alcance a ver parte del mismo, pregúntale o dile que te ayude a buscarlo, quizás le cueste trabajo, pero al ver que se ve una parte, irá por él, muéstrale entusiasmo al logro.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 10 meses, entiende más de lo que es capaz de decir.
- Sabe su nombre y reconoce la forma en la que nombra a sus familiares cercanos o amigos más habituales de la casa.
- Empieza a aprender palabras nuevas, pero solamente de las cosas que les interesan a ellos/as.
- Sigue teniendo gran necesidad de compañía, tanto en la vigilia como en el sueño y quiere estar con ustedes (sus papás) en todo momento.
- La sociabilidad es un campo de aprendizaje continuo en el que experimentará la forma de saludar y despedirse de los demás a través de besos o sonrisas.

¿Qué es lo más importante?

- Reconoce su nombre y la palabra “no”.
- Indica deseos utilizando gestos.
- Sujeta cosas pequeñas con los dedos.
- Se pone de pie solo/a o apoyándose de algún objeto.
- Entiende mucho más de lo que es capaz de decir.
- Tiene gran interés por los objetos, le gusta tirarlos para oír cómo suenan al caer, busca con la mirada los objetos caídos y ocultos.
- Evita obligar al bebé a comer, no es conveniente que asocie la comida con distinto tono de voz o regaño.

¿Qué debes de hacer?

- Trate de establecer una rutina con las actividades de tu bebé como en: comida, baño y sueño.
- Cambia el pañal con frecuencia para evitar irritaciones.
- Evita abrigarle en exceso.
- Vigila que el calzado sea adecuado.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 10 meses, es inquieto/a, quiere moverse libremente y no reconoce el peligro.
- Duerme menos.
- Se le dificulta dejar de jugar para encontrar un momento de descanso.
- Dejará de depender tanto de ti para ir de un lado a otro investigando su entorno y realizando sus descubrimientos, lo que también le permitirá situarse en el espacio.

¿Qué es lo más importante?

- Sí llora pueden existir muchos motivos que pueden explicar este comportamiento, pudiera ser que esté atravesando por el proceso de dentición; es decir, que le están saliendo los dientes.
- A esta edad, en su alimentación puedes dar puré menos molido y con trozos más grandes.
- Al escuchar la música, se balancea, salta e intenta cantar. Si está de pie y lo tienes agarrado de las manos, tratará de caminar hacia adelante y hacia atrás.
- Aunque el bebé todavía no comprende completamente lo que significan rutinas y tradiciones familiares, al llevarlas a cabo le garantizarán un sentido de pertenencia y unión familiar.

¿Qué debes de hacer?

- Evita dar a tu bebé bebidas azucaradas. Es conveniente que empieces a limpiarle la boca y los dientes con un trapo limpio y mojado.
- Evita acciones que representen un riesgo (alimentos calientes, que el agua no esté a temperatura correcta para el aseo personal, que ingrese a la cocina y o quiera tocar la plancha, entre otros)
- No dejes solo a tu bebé, aunque esté dormido/a.
- Mantén los productos tóxicos y medicinas en un lugar fuera del alcance del bebé.



¿Hoy qué pasa?

- Tú bebé de 11 meses, le encantan las bromas y hacer reír, además demuestra su afecto dando sus primeros besos.
- Suelen mantenerse de pie, durante ciertos momentos, pero aún no se sienten seguros/as para intentar caminar sin apoyo.
- Puede decir tres o más palabras a la perfección.

¿Qué es lo más importante?

- Cada vez logra comer mejor solo/a, debido a que ya puede sujetar bien la cuchara y su vaso.
- Repite los sonidos que escucha.
- Llama su atención, cuando escucha la voz de algún familiar, por lo que le ayudará a estar atento/a para reconocer las voces de cada uno.
- Suele ser más activo/a y comunicativo/a, es posible que siga jugando hasta que llegue la hora de dormir.
- Ten precaución con objetos que puedan ser peligrosos para tu bebé, ya que va a estar tratando de jalar y aventar, todo lo que él o ella encuentre. Para evitar cualquier accidente, debes de indicarle, cuando algo está mal.

¿Qué debes de hacer?

- Comenzará a dar los primeros pasos y podrá tener sus primeras caídas o golpes, es por eso que debes estar siempre pendiente del bienestar de tu bebé.
- Sigue siempre las recomendaciones del doctor.
- Habla constantemente con tu bebé, haz que sobre todas las cosas te escuche, y te ponga atención.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 11 meses, puede hacer gestos como: decir adiós, sonreír e incluso pueden dar los brazos para que lo o la carguen las demás personas.
- Gatea.
- Anda como araña, apoyándose en manos y pies.
- A veces anda solo o sola, apoyándose en los muebles.
- Sí un adulto lo coge por las dos manos, puede caminar.

¿Qué es lo más importante?

- Pide los juguetes u objetos que quiere.
- Identifica sonidos y quien los produce (el gato maúlla, el perro ladra, entre otros).
- Sabe lo que hace.
- Puede imitar los gestos que hagan.
- Al “platicar” usa balbuceos y los combina con sonido.
- Comenzará a dar unos pasos solo o sola(1 o 2).
- Se puede parar él solo o ella sola.
- Si está de pie, puede agacharse para tomar algún juguete que tenga al lado con apoyo.

¿Qué debes de hacer?

- Platica con tu bebé sobre lo que está haciendo, por qué lo hace y para qué; de igual forma, cuando salgas con él o ella, pláticale sobre lo que sucede en la calle, por ejemplo: “esa señora está paseando con su perro”.
- Guarda algunos juguetes en una bolsa de plástico para que los meta y los saque de ella, acompáñelo/a agarrándolo/a de una mano y con la otra que él o ella manipule los objetos, con esto le ayudas en la habilidad de meter y sacar objetos.



¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 11 meses, se va a volver mucho más dependiente de ti.
- Querrá acercarse mucho a ti, es por eso que tocara más tu cabello, ropa o cualquier cosa que pueda tomar para acercarse lo suficiente y darte muestras de cariño, como un beso.
- Se aferrará a ti, buscando protección.
- Comienza a comprender que los demás también sufren y tienen dolor, motivo por el cual, si alguien llora, él o ella también lo hará, ésta es una forma de decir “estoy contigo”, “te entiendo”.



¿Qué es lo más importante?

- Es más cariñoso o cariñosa con las personas, los/as niños/as, los animales y sus juguetes.
- Acusa a quien se porta mal.
- Le gusta jugar a las “escondidas”.
- No siempre coopera.
- Le gusta imitar lo que hacen los adultos u otros/as niños/as.
- Si nota que lo que hace les gustó a los demás lo vuelve a hacer, porque le gusta que lo alaben.
- El bebé parece tímido/a, ansioso/a ante extraños.
- Tal vez lllore cuando la persona que lo o la cuida se va.
- Los pone a prueba a ti y su padre viendo cómo responden a sus conductas.

¿Qué debes de hacer?

- Cuando tu bebé quiera dar pasos por sí mismo, ayúdalo, pero sepáralo/a un poco de ti. Solo no olvides estar siempre pendiente de él o ella para ayudarlo/a.
- Léele cuentos sencillos (sí es sobre animales y repite los sonidos que hacen y nómbralos para que él o ella vaya aprendiendo).
- Hacer actividades con un mismo objeto: proporciónale un oso o un muñeco y dile “mece al bebé”, “abrazo al bebé”, “dale de comer al bebé”.
- Dale la oportunidad de que te ayude en las tareas sencillas del hogar, por ejemplo, dale un trapo para que limpie su mesa, entre otros.

¿Hoy qué pasa?

- Tu bebé de 11 meses, ya entiende la mayoría de las cosas que le explica y a lo mejor, ya dice sus primeras palabras.
- Si aún no ha dado sus primeros pasos, pronto los dará.
- Ha mejorado sus habilidades manuales, hace la pinza con los dedos y en las comidas, llegará un momento en el que ya comerá solo/a, ya sea utilizando la cuchara o con las manos.

¿Qué es lo más importante?

- Participa en algunas tareas de su cuidado. Por ejemplo, cuando lo o la vistes estira el brazo o la pierna para ayudar, cuando le cambias el pañal se mantiene de pie o intenta estirarse los pantalones hacia arriba o hacia abajo.
- Expresa sus emociones de diversas maneras. Por ejemplo, da besos, ríe, se enfada.
- Le gusta jugar y aprende jugando. Ahora le gusta jugar contigo, aunque poco a poco, pasará más rato jugando solo/a o al lado de otros/as niños/as.
- Su equilibrio va mejorando gracias al gateo, a ponerse de pie o a dar los primeros pasos.
- Es posible que empiece a seguir órdenes simples, como “dame la mano” o “recoge la pelota”.

¿Qué debes de hacer?

- Léele cuentos sencillos sobre diversos temas por ejemplo, animales y sus cachorros así estimulas su interés por “otros bebés”. A todos/as los/as niños/as les encanta.
- Dile los nombres de los objetos y las partes del cuerpo, en voz alta.
- Apoya a que se anime para caminar. Pero no olvides quedarte siempre atenta para ayudarle.

