

Estimulación temprana para desarrollar todo su potencial



¿Quieres que tu bebé crezca para ser un universitario exitoso?

Vivimos en un mundo hipercompetitivo, y como mamás que deseamos lo mejor para nuestros hijos, es fundamental que, ya desde pequeños, les enseñemos las herramientas que podrían ayudarlos a triunfar en el futuro. ¿Sueñas con que tu pequeño pueda un día destacar en el college? Te contamos cuáles son los ejercicios de estimulación temprana que podrían ayudarlo a desarrollar todo su potencial.

Estímulo + entorno correcto = success. Tu bebé está preparado para aprender, y si lo estimulas correctamente en un ambiente seguro, puede aumentar su desarrollo cognitivo, aprender múltiples idiomas y hasta música, sin necesidad de invertir grandes sumas en maestros especializados, nos explica la Doctora en Psicología, Gail Gross, especialista en desarrollo infantil. Para lograrlo, solo te necesita a ti.

Adiós, "baby talk". Solo con hablar a tu bebé en un lenguaje de adulto, podrías conseguir aumentar su desarrollo cognitivo e incrementar su IQ hasta 20 puntos, agrega la experta. Si le hablas frecuentemente con distintas cadencias, sonidos melódicos y oraciones completas, estarás construyendo asociaciones y conexiones en el cerebro de tu hijo, contribuyendo con su inteligencia.

Mini científico. Naturalmente curiosos, los bebés y toddlers son como pequeños científicos, artistas y aventureros que disfrutan de explorar y admirar el mundo, nos cuenta Candelaria Arocena, Directora Pedagógica en las escuelas KLA de educación temprana, con sedes en Miami, Florida. Como aprenden a través de los sentidos, solo deberás dejarlos experimentar

en profundidad aquello que haya llamado su atención: una flor, un animal, el mar, la música u otro niño. Eso sí: asegúrate de dejarles sacar toda la información posible, de dales tiempo y, tras un rato, de variar el objeto cambiándolo de posición o agregando más luz o texturas.

Otra alternativa es exponerlos a distintas tramas, temperaturas, variedades musicales, colores y proyecciones, no solo mediante juguetes comerciales sino, sobre todo, con materiales no convencionales que puedan modificarse usando estrategias creativas o que les permitan resolver conflictos durante el aprendizaje. ¿Un consejo? ¡Tu cocina puede ser el mejor laboratorio para desarrollar su cerebro!

Estimula sus sentidos. Aprovecha las rutinas diarias. Durante el baño, por ejemplo, muéstrale objetos que pueden o no flotar, o contenedores de distintos tamaños que le permitan notar diferentes acciones y relaciones de causa y efecto. También la hora de la comida es ideal para incorporar sabores, colores, texturas y olores, señala Arocena.

Cultura tradicional. Mediante canciones de cuna, juegos de apego, cuentos y poesías le brindarás la posibilidad de crear un vínculo emocionalmente positivo con sus padres, abuelos y el resto de la familia extendida. De este modo, tu niño construirá identificaciones sociales que le permitirán conformar una imagen saludable de sí mismo y conocer sus raíces.

Experiencias sociales. Ponlo en contacto con otros niños, déjalo disfrutar de lugares públicos y de eventos culturales, como una función de títeres corta o de un artista cantando en un parque. Esto lo ayudará a introducirse en el conocimiento del mundo desde una base segura en la que sienta que está protegido por sus padres.

Hazlo un juego. El disfrute tiene gran valor pedagógico. Permítele que sostenga la atención mientras pueda (estima que serán alrededor de uno o dos minutos) y, si notas que se pone irritable o ha perdido el interés, no lo fuerces. El objetivo no es sobreestimularlo. Si el juego se vuelve forzado, es un trabajo, nos cuenta la experta en educación Linda Rosenthal, de la agencia sin fines de lucro Leake & Watts. Nada mejor que aprender jugando.

Más 'tips'

A continuación, descubre otras claves de Rosenthal para estimular a tu bebé:

- Cántale, acúnalo y háblale desde recién nacido, para generar un lazo y ayudarlo a prestar atención.
- Coloca los juguetes a su alcance, para que pueda llegar a ellos sin ayuda.
- Focalízate en el proceso y no en el resultado: déjalo decidir cómo quiere jugar en lugar de imponer la forma en que crees debe hacerlo.

<http://www.univision.com/estilo-de-vida/asi-se-vive-mejor-familia/estimulacion-temprana-para-desarrollar-todo-su-potencial>