

Que es el Desarrollo Cerebral?

Septiembre del 2009

Parenting *Rules!*

Desarrollando el cerebro del niño

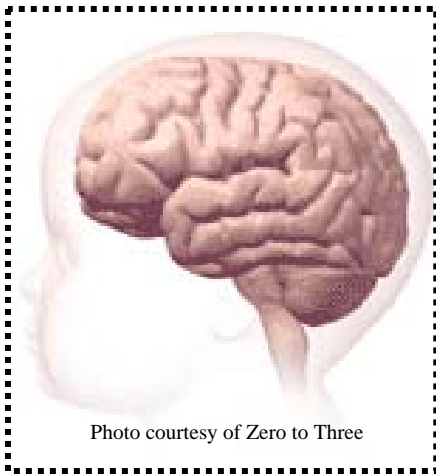


Photo courtesy of Zero to Three

Los niños crecen más en sus primeros tres años que en cualquier otro tiempo en sus vidas.

A la edad de tres años la mayoría de los niños han aumentado hasta cuatro veces su peso. Pueden hablar en oraciones completas y ya han formado relaciones importantes. Pero el desarrollo mas importante ha sido el que no se puede ver; el desarrollo de su cerebro.

El cerebro humano empieza a desarrollarse antes del nacimiento y continua creciendo y desarrollandose aun al ser adulto. Los primeros tres años de la vida de un niño es cuando el crecimiento más importante toma lugar. Es la fundación sobre la cual todo lo demas se desarrollara.

Las experiencias a temprana edad tienen una gran influencia en la formación de las conexiones en el cerebro. En la temprana edad el cerebro de los niños es altamente impresionable lo que ayuda a absorber nueva información como una esponja.

En el lado negativo, el cerebro de un niño pequeño es vulnerable a situaciones negativas tales como el abuso, negligencia, malnutrición y situaciones estresantes.

Los padres y personas que cuidan de los niños tienen la mayor influencia en el desarrollo del cerebro infantil. El crear una fundación solida en el cerebro del niño en la etapa temprana le ayudara a tener mas oportunidades de un resultado positivo.

Que es el Desarrollo Cerebral?

Septiembre del 2009

Parenting *Rules!*

Alimentando el Cerebro de su Niño

La dieta infantil tiene un papel muy importante en el desarrollo de su cerebro. En los primeros dos años de vida el cerebro es grandemente afectado por la calidad de la nutrición.

Mientras que la leche materna es la mejor fuente de nutrientes para el bebé, la formula que contiene hierro tambien puede apoyar al desarrollo saludable del cerebro durante el primer año de vida.

Los niños necesitan una dieta alta en grasas durante los primeros dos años. La leche entera de vaca puede ser introducida despues del primer cumpleaños para proveer las grasas y proteinas necesarias para el desarrollo de sus cerebros.

Despues de los dos años, con las recomendaciones y guianza del doctor de su niño, los padres pueden introducir una dieta balanceada baja en grasas que apoye el crecimiento saludable y promueva los buenos habitos para comer aun cuando sean adultos.



Que es el Desarrollo Cerebral?

Septiembre del 2009

Parenting Rules!

El Proceso de Aprendizaje



Por cuanto los cerebros de los niños pequeños se estan desarrollando rapidamente, necesitan una variedad de experiencias de aprendizaje. A traves de las actividades interactivas con sus padres o quienes los cuidan a si como otros niños, ellos aprenden vocabulario, como formar relaciones y maneras de como resolver problemas.

Mientras que la televisión, la computadora y los juegos de video son de entretención para los niños, es importante que los padres pongan limites a la cantidad de tiempo que sus niños pasan en estas actividades. Un estudio conducido en el Seattle Children's Research Institute encontro que el ver televisión puede impedir la habilidad de los niños de poder aprender vocabulario y relacionarse con otros. El ver televisión y videos es una manera pasiva, de aprendizaje de una via nada mas.

Cuando se trata de poner a su niño en frente de la televisión el Dr. Dimitri de Christakis at Seattle Children's Research Institute, recomienda lo siguiente "Si usted absolutamente necesita tomar una ducha o hacer la cena, entonces los riesgos son minimos. Pero si usted lo esta haciendo porque piensa que esto es bueno para el desarrollo del cerebro de su niño, debe pensarlo de nuevo, porque no hay ninguna evidencia de ningun beneficio y ciertamente hay un alto riesgo de daño al verla por demasiado tiempo."

Time Magazine March 3, 2009

Que es el Desarrollo Cerebral?

Septiembre del 2009

Parenting Rules!

Fortaleciendo el Cerebro de su Niño

Los padres y los que cuidan de los niños tienen un gran impacto en el desarrollo saludable del cerebro de sus niños.

Estas son una cosas que puede hacer para fomentar el desarrollo de su niño:

0-6 meses

- Hablele a su bebé
- Cantele y leale as su bebé
- Carge y acaricie a su bebé con frecuencia
- Provea un ambiente que lo estimule

6 – 12 meses

- Imite los sonidos que haga su bebé
- Juegue juegos simples como el peek-a-boo
- Continúe haciendo todas las cosas que hacia con su bebé de la edad de 0-6 meses

12 -24 meses

- Cantele y leale as su bebé
- Preguntele a su niño que le de abrazos y besos
- Juegue con rompecabezas grandes y con blocks
- Anime a su niño a que se mueva en un cuarto que sea "seguro para bebés"
- Haga que su niño escoja dibujos en un libro

3 – 4 años

- Ponga limites al comportamiento y explíquele porque esto es necesario
- Leale a su niño y hagale preguntas simples acerca de la historia
- Use palabras apropiadas para describir a la jente, lugares y cosas
- Anime a sus niño a ordenar y juntar objetos que sean iguales
- Enseñe canciones a su niño
- Hable acerca del orden de eventos y digale que es lo que viene despues



Que es el Desarrollo Cerebral?

Septiembre del 2009

Parenting Rules!

Recursos para Padres

ZERO TO THREE

National Center for Infants, Toddlers and Families
2000 M St. NW, Suite 200 Washington, DC 20036
202-638-1144 www.zerotothree.org

KIDS FIRST, Inc.

5 Richmond Square Providence, RI 02906
401-751-4503 www.kidsfirstri.org

National Child Care Information and Technical Assistance Center

10530 Rosehaven St., Suite 400 • Fairfax, VA 22030
800-616-2242 <http://nccic.acf.hhs.gov/poptopics/brain.html>

Time Magazine

Study: TV May Inhibit Babies' Language Development
By ALICE PARK Monday, Jun. 01, 2009
www.time.com/time/health/article/0,8599,1902209,00.html?iid=sphere-inline-sidebar

ABOUT PARENTING RULES! E-NEWS...



Prevent Child Abuse
Rhode Island



Rhode Island

Family & Children's Trust Fund

Administered by the RI Department of Children, Youth & Families

Las noticias electronicas son producidas por la agencia de Prevención del Abuso Infantil en Rhode Island y es parcialmente apoyada por una subvención anual del Fondo Fiduciario Familiar e Infantil de Rhode Island

Prevent Child Abuse Rhode Island
500 Prospect Street Pawtucket, RI 02860
ph: 401.728.7920 fax: 410.724.5850
www.preventchildabuse-ri.org

Por favor comparta esta información
con las familias en sus programas.
Gracias!