



¡Feliz Mes de Intervención Temprana!

Mayo 1, 2024

Este año nos complace compartir información sobre Creando Conexiones saludables para construir un futuro sólido. Tener un bebé y un niño pequeño es un momento muy ocupado, emocionante y, a veces, abrumador. Esperamos que la información y las estrategias compartidas a continuación muestren lo importante y fácil que es construir una relación positiva y receptiva con su bebé y niño pequeño.

Creando Conexiones se refiere al desarrollo del cerebro que ocurre cuando se construyen relaciones sólidas, enriquecedoras y receptivas con tu bebé y niño pequeño. Esto es extremadamente importante en todas las edades, pero especialmente importante en los primeros años desde el nacimiento hasta los tres años. Durante los primeros años de vida, nuestros cerebros se desarrollan a un ritmo rápido, mucho más rápido que en cualquier otro momento de nuestra vida. El cerebro de un niño es como una esponja desde el momento en que nace, absorbiendo todo lo que sucede a su alrededor. Si ellos están inmersos en felices, saludables interacciones se está construyendo una sana base. Cada interacción ayuda a figurar el desarrollo de el cerebro. Teniendo por lo menos una interacción sólida con el padre o la persona al cuidado del niño puede llevar a incrementar el enfoque, la flexibilidad y relaciones más saludables en el futuro.

Durante los primeros tres años de vida, las relaciones emocionalmente nutritivas sientan las bases para salud y bienestar de por de vida. Si las relaciones tempranas son enriquecedoras y atentas, las conexiones cerebrales que se establecen también son una base saludable, que con el tiempo continúan fortaleciéndose y conducen a saludables éxitos futuros en la escuela y la vida. Por otro lado, si esta base no se nutre y se apoya, los niños pueden tener más dificultades para construir relaciones sanas, conectarse con otras personas y enfocarse más adelante en la vida.

Algunas formas de construir relaciones saludables y promover el desarrollo del cerebro son:

- | | |
|---------------------------|--|
| Escuche a su hijo | Modele la bondad y la paciencia |
| Sé alentador y positivo | Muestra interés en lo que están haciendo, únete a ellos |
| Únase a ellos en su juego | Hable con ellos, dígalos lo que usted y ellos están haciendo |
| Prueben algo nuevo juntos | Salgan a caminar o pasear en cochecito y hablen sobre lo que ven |

*(Se pueden encontrar más detalles sobre esto en el apéndice "¿Cómo podemos construir conexiones saludables?")

El concepto de "Servir y Devolver" es una excelente manera de construir relaciones y desarrollar el cerebro. Servir y Devolver son interacciones sensibles, receptivas entre los niños y las personas que los cuidan. Cinco pasos para desarrollar el cerebro para el servicio y la devolución se pueden encontrar aquí:

<https://www.youtube.com/watch?v=KNrnZag17Ek>

Puede encontrar más información sobre cómo aprender sobre el desarrollo socioemocional en su bebé en:

<https://pathways.org/watch/parents-guide-to-babys-social-emotional-development/>.

Esperamos que disfrute probando algunas de las estrategias anteriores, conectándose de nuevas maneras con su hijo o simplemente más a menudo. ¡Sepa que sus esfuerzos y sus interacciones positivas y receptivas con su hijo marcan la diferencia y están construyendo un futuro más sólido!

¡Todo lo mejor para ustedes y que tengan un año maravilloso!
The Infant & Toddler Connection of Greater Prince William Team

Tricia Peny, MPT

Tricia Peny, MPT

Program Manager ITC of Greater Prince William/Early Intervention

Administrative Office

Sudley North Govt Center
8033 Ashton Avenue
Manassas, VA 20109
703-792-7800
Fax: 703-792-7704

Service Locations

7969 Ashton Avenue
Manassas, VA 20109
703-792-7800
Fax: 703-792-7817

A. J. Ferlazzo Building

15941 Donald Curtis Dr.
Suite 200
Woodbridge, VA 22191
703-792-4900
Fax: 703-792-7057

Ridgewood Building

4370 Ridgewood Center Dr.
Woodbridge, VA 22192
703-792-4900
Fax: 703-792-5098

Phoenix Building

8500 Phoenix Drive
Manassas, VA 20110
703-792-5480
Fax: 703-792-5145

**Infant & Toddler
Connection of VA**

7987 Ashton Avenue
Suite 231
Manassas, VA 20109
703-792-7879
Fax: 703-792-4954

**Intellectual/Developmental
Disability Services**

7751 Ashton Avenue
Manassas, VA 20109
703-792-7800
Fax: 703-792-7716

4380 Ridgewood Center Dr.

Woodbridge, VA 22192
703-792-4900
Fax: 703-792-5925

¿Cómo podemos construir conexiones saludables?

Sé paciente... Modele la amabilidad.

Estar atento a los intentos de comunicación de su bebé y niño pequeño genera confianza y compromiso. Los bebés se comunican a través del contacto visual, arrullando, balbuceando y, sí, a veces llorando. Los niños pequeños se basan en esto y se comunican con gestos, señas, señalamientos y palabras, y a veces con rabietas. Responderles usando una voz amable, mirándolos/sonriendo y abrazándolos, les asegura que los escuchas y que estás presente para ayudarlos a satisfacer sus necesidades. Esta respuesta enriquecedora construye conexiones sólidas. Cuando un padre consuela a su hijo, construye relaciones sanas y receptivas... y da como resultado más conexiones cerebrales.

Habla con ellos.

Hablar con ellos también construye conexiones saludables. Hable sobre lo que está haciendo y lo que ellos están haciendo a lo largo del día, por ejemplo:

A la hora de comer: Siéntate con ellos. Hablen sobre lo que ambos están comiendo. Si todavía se alimenta con biberón o amamanta, háblale mientras lo sostienes, cántale o cuéntale una historia que disfrutaste cuando eras niño.

Durante el tiempo de juego: Únase a ellos en la actividad. Mostrarles que estás interesado en lo que están haciendo construye conexiones saludables, además de apoyar el desarrollo cognitivo. Turnar. Compartir. Hable con ellos sobre la actividad. Limpíen juntos y aprovechen este tiempo como una oportunidad de aprendizaje hablando sobre lo que están guardando, mostrándoles que trabajar juntos es útil.

Prueben algo nuevo juntos.

Cada vez que intentas algo nuevo, estimula el crecimiento del cerebro y cada vez que lo haces juntos, contribuye a una relación más fuerte. Por lo tanto, prueben juntos un nuevo alimento. Bailar. Canta. Lee un libro. Color. Juega un nuevo juego.

El juego al aire libre es una experiencia sensorial muy rica (olores, sonidos, imágenes, texturas, temperaturas) que estimula el desarrollo del cerebro, y hacer esto juntos construye una base sólida para relaciones saludables. Siéntense juntos al aire libre en un buen día y tomen un refrigerio juntos o simplemente disfruten del sol. Tal vez recoja algunas hojas, flores, mantillo para tocarlos y olerlos o utilícelos en juegos de simulación. Habla sobre cómo se sienten, huelen, su color, etc.

Salgan a caminar adentro o afuera y hablen juntos sobre lo que ven.

Tome decisiones saludables.

*Muévete: La actividad diaria puede ayudarnos a pensar mejor, comer mejor y dormir mejor.

*Siga una dieta saludable: Ofrecer opciones saludables para comer desde el principio conduce a hábitos alimenticios saludables.

*Limite el tiempo frente a la pantalla: La Academia Americana de Pediatría recomienda lo siguiente:

Menores de 18 meses: evite el tiempo frente a la pantalla que no sea el chat de

video

De 18 a 24 meses de edad: Si decide introducir el tiempo frente a la pantalla, busque programación de alta calidad y miren o jueguen juntos.

Edad de 2 a 5 años: limite el uso de la pantalla a una hora por día de programas de alta calidad

¡Diviértanse juntos sabiendo que están construyendo un futuro más fuerte!

The Infant & Toddler Connection of Greater Prince William Team