



**Ver Contigo, a.c.**

Centro de Desarrollo para  
personas Ciegas y de Visión Baja



# Recomendaciones para Padres

## primer mes de vida

La realización de esta guía fue posible gracias a



Fundación ONCE  
AMÉRICA LATINA  
(FOAL)





La visión proporciona alrededor del 80% de la información que recibe el cerebro, además de ser el sentido que le permite comprender la recibida por los otros sentidos. Cuando falta la visión, sin importar cuanto ve el menor es posible que ocurran desajustes en su desarrollo, por lo cual es necesario brindarle estimulación desde los primeros días de nacido para lograr un desarrollo saludable.

Los primeros años de vida son la etapa más significativa en el desarrollo del ser humano y diversas investigaciones nos dicen que si actuamos a tiempo con ambientes afectivamente estimulantes podemos optimizar el desarrollo de un niño aun en las peores condiciones.



## A esta edad, el bebé ya...

- Pasa la mayor parte del tiempo dormido, despierta para alimentarse y volver a dormir.
- Mantiene la postura que tenía en el útero.
- La luz y la oscuridad le ayudan a regular los tiempos de vigilia y sueño.
- Empieza a entender cuando le llaman.
- Empieza a atender a los sonidos.



# Algunas sugerencias

- Bríndarle todo el amor y cariño posible.
- Hablarle por su nombre.
- Darle un suave masaje corporal con aceite de bebe.
- Al darle el masaje indicarle qué parte del cuerpo se está tocando.
- Hacerle caricias, arrullarlo.
- Procurar el contacto físico piel con piel, dando oportunidad de que escuche el latido de corazón de su mamá.
- Cambiarlo de posición boca abajo y boca arriba.
- Sonreírle. Platicar con el bebé mientras se le alimenta
- Hablarle amorosamente mientras se le está cambiando
- Hablarle sobre lo que sucede a su alrededor.
- Hablarle al bebé sin diminutivos
- No cambiar de nombre a las cosas o animales.
- La mamá debe pintarse la boca de color rojo, delinear la ceja y los ojos de color intenso para que el niño distinga mejor sus rasgos.
- Acercar al bebé a la cara mientras se le habla.
- Introducir el dedo índice del adulto en la mano del bebé, para que aprenda a liberar su dedo pulgar.
- Poner objetos luminosos al frente, colocar en su cuna series de luces blancas que prendan y apaguen.
- Estimular con luz o con lámparas y objetos luminosos
- En el biberón poner texturas con contrastes: líneas horizontales, verticales, o en espiral, en blanco y negro.
- No es recomendable dejarle luces prendidas por la noche; la oscuridad es necesaria para que su organismo segregue melatonina, la cual favorece el descanso.

Te invitamos a que como papá y mamá le pongas muchas ganas en la atención temprana que le brindarás a tu hijo, recuerda que el tiempo no perdona

Las presentes pautas madurativas y sugerencias de estimulación no pretenden ser una receta, sino una guía en la atención que podemos darle al bebé durante sus primeros años de vida; cualquier duda sobre el desarrollo de tu hijo(a) consulta a tu asesor en Atención Temprana.



**Ver Contigo a.c.**

Centro de Desarrollo para  
personas Ciegas y de Visión Baja

Julio Luján 101  
Ampl. los Ángeles  
Torreón, Coah.

+52 (871) 712-9894  
711-1099

[www.vercontigo.org.mx](http://www.vercontigo.org.mx)