

## GUIA PARA LOS PADRES



# Potencia cerebral: Sugerencias prácticas para padres



Brought to you by Read to Me,  
a service of the Idaho Commission for Libraries.  
<http://libraries.idaho.gov/readtome>

*Los primeros años de vida son un periodo de desarrollo cerebral rápido. Los bebés nacen con todas las células cerebrales que necesitarán. Sin embargo, durante meses y años, estas células van formando conexiones.*

*Las conexiones entre las células se desarrollan a través de experiencias de los niños, que se fortalecen cuando las experiencias se repiten. Cuando le lee un libro a su hijo o lo lleva a pasear en carriola, se forman o fortalecen miles de conexiones.*

*El cerebro de los niños crece con mayor rapidez a partir de los tres meses antes de nacer y hasta los tres años. Las madres que no toman bebidas alcohólicas ni consumen drogas y viven en hogares seguros y rodeadas de cariño brindan a sus bebés el mejor inicio de vida.*

*Cuando carga y juega con su bebé, le ayuda a que crezca su cerebro. Puede hacer lo siguiente:*

### Hablar

A los bebés les encanta el sonido de la voz de mamá y papá desde el día que nacen. Platique con su bebé, responda a sus sonidos y balbuceos. Pronto dirá palabras y oraciones cortas. Amplíe los comentarios de su bebé de dos años cuando platiquen. Invente



historias con su hijo. Puede escribirlas para que vea cómo se ven las palabras escritas. Su hijo puede hacer un dibujo de la historia o incluir una supuesta "escritura".

### Jugar

El trabajo de los niños es jugar, un momento en el que aprenden del mundo que les rodea. Los juegos activos también fortalece los músculos de los niños y mejora su coordinación. Apoye la curiosidad de los niños con comentarios mientras juega con ellos, como "Me pregunto adónde va el pájaro", "Me pregunto qué quiere el perro". Conteste a la pregunta de su hijo con otra pregunta para mantener la conversación. Siga la guía de su hijo y responda a sus intereses.

### Leer

Los libros ofrecen a los niños un nuevo mundo de ilustraciones, sonidos e ideas. Incluso a los bebés les gustan los libros, escuchar el sonido de su voz y ver las imágenes y colores en la página. Pida a su bebé de 6 a 18 meses que señale una imagen o que cambie de página conforme usted lee. A los niños de dos y tres años les encantan los cuentos y quieren escucharlos una y otra vez. Los niños de todas las edades aprender palabras nuevas con la lectura. Los libros son un excelente momento para platicar, pregunte a su hijo qué piensa que ocurrirá después o qué debería hacer un personaje del cuento. Tal vez le sorprenda sus ideas.

### Cantar

Las rimas y canciones infantiles son una forma divertida de aprender palabras nuevas y escuchar los sonidos del habla. Los juegos y las canciones que acompañan a las palabras ayudarán a que los niños escuchen el ritmo del lenguaje.

### Amar

Los niños crecen y aprender mejor cuando están rodeados de amor. Los padres muestran su amor con abrazos y besos y hacen todo por brindarles un lugar seguro para que crezcan y aprendan. Con estas ideas ayudará al desarrollo cerebral de su hijo durante estos primeros años importantes.

(Escrito por Harriet Shaklee, Ph.D., Especialista de desarrollo de extensión familiar, Universidad de Idaho, Boise, 2007)



This publication is made possible by your local library and the Idaho Commission for Libraries with LSTA funds from the Institute of Museum and Library Services.

## PARENT GUIDE



# Brain Power: Practical Tips for Parents



Brought to you by Read to Me,  
a service of the Idaho Commission for Libraries.  
<http://libraries.idaho.gov/readtome>

*The first years of life are a time of rapid brain development. Babies are born with all of the brain cells they will have. However, they spend the months and years ahead building connections among those cells.*

*Connections between cells develop through children's experiences, and are strengthened when experiences are repeated. When you read a book with your child or take a stroller walk together thousands of connections are formed or strengthened.*

*Children's brains grow fastest from three months before birth until they are three years old. Mothers who don't drink alcohol or take drugs and are in safe and loving homes give their new babies the best start in life.*

*When you hold and play with your baby, you help his or her brain grow. Here are things you can do:*

### Talk

Babies love the sound of Mom's and Dad's voice from the day they are born. Chat with your baby -- talk back to his or her coos and babbles. Soon he or she will be saying words and short sentences. Expand on your toddler's comments as you talk together. Make up stories with your child. You can write them down so he or she can see what words look like in print. Your child can draw a picture for the story or add pretend "writing."



### Play

Play is children's work, a time when they learn about the world around them. Active play also strengthens children's muscles and improves coordination. Support children's curiosity with your comments at playtime – I wonder where the bird is going; I wonder what the dog wants. Answer your child's question with another question to keep the conversation going. Follow your child's lead and respond to his or her interests.

### Read

Books bring children a new world of sights, sounds, and ideas. Even young babies like books – hearing the sound of your voice and seeing the pictures and colors on the page. Ask your 6-18 month old to point to a picture, or turn the pages as you read. Two and three year olds will love the stories and may want to hear them over and over. Children of all ages learn new words at reading time. Books are a great time for talk – ask your children what they think will happen next, or what a story character should do. You may be surprised at their ideas.

### Sing

Nursery rhymes and songs are a fun way for children to learn new words and hear the sounds of speech. Games and songs that clap along with the words help children hear the rhythm of language.

### Love

Children grow and learn best when they are surrounded by love. Parents show their love through hugs and kisses, their words of love, and all of the things they do to provide a secure place for children to grow and learn. All of these ideas can help you support your child's brain development during those all-important early years.

(Written by Harriet Shaklee, Ph.D., Extension Family Development Specialist, University of Idaho, Boise, 2007)