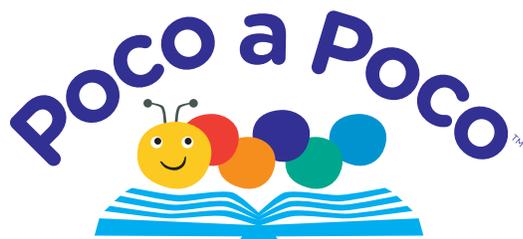


Su Bebé
de 12-14
Meses



Programa de Preparación Escolar

Proporcionado por el Programa de WIC y First 5 LA

¡Primeros Pasos! ¡Primeras Palabras!

¡YO PUEDO HABLAR!

Cuando su bebé tenga 14 meses de edad, la mayoría de los bebés dicen, “**Mamá**” y por lo menos **una palabra más**.

¡YO PUEDO CAMINAR!

¡Es probable que su bebé de 12-14 meses de edad esté **empezando a CAMINAR!** Y, su bebé quiera **subirse** a todo. Si puede, instale puertas de seguridad que se fijen a la pared en la parte de arriba y de abajo de las escaleras.



¡QUIERO EXPLORAR!

Los bebés de 12-14 meses de edad están aprendiendo a moverse, y como otros objetos se mueven.

A su bebé le gusta **IMITAR** lo que usted hace.

A su bebé le encanta imitarle y está aprendiendo de sus hábitos (buenos y malos). Evite usar su teléfono cerca de su bebé.

¡Intente esto!

Lea un libro con su bebé. “¿Dónde está el perrito? ¿Dónde está el bebé? ¡Apunte el árbol! ¿Dónde están los zapatos?” Pídale a su bebé que apunte a las fotografías. Entre más le lea y le platique a su bebé, más fácil será para su bebé aprender a hablar y a leer y estar listo para asistir al Kindergarten.

Seguir a su bebé explorador puede ser divertido, pero también puede ser **agotador** y **estresante**. Vea adentro para ideas de como **disminuir el estrés**.



PREGUNTA: ¿Qué es lo que mi bebé de 12-14 meses de edad está aprendiendo sobre el HABLA?

RESPUESTA: La mayoría de los bebés de **12-14 meses de edad** pueden decir “**Mamá.**” A los 14 meses, la mayoría de los bebés también dirán por lo menos **una palabra más**. Los bebés dicen, “**no**” al **mover la cabeza y fruncir el ceño**. Esta es la edad cuando los bebés aprenden que ellos pueden tomar decisiones. Lo demuestran diciendo, “No.” Esto es señal de que están creciendo.

Los bebés que aprenden más de un idioma aprenden algo que les ayudará durante toda su vida. Si usted habla más de un idioma, hablele a su bebé en todos los idiomas que sabe. O usted puede hablarle en un idioma y papi o alguien más puede hablarle en otro idioma.

Los bebés que escuchan más de un idioma **parece** que tardan en hablar. De hecho ellos **saben tantas palabras** como los bebés que escuchan un solo idioma. Por ejemplo, los bebés que crecen en hogares donde pueden escuchar inglés y español podrían decir “apple” porque es más fácil de pronunciar que “manzana.” Los mismos bebés podrían decir “pez” en lugar de “fish” porque “p” es más fácil de pronunciar que “f.” ¡Este es el tiempo perfecto para que su bebé aprenda idiomas!

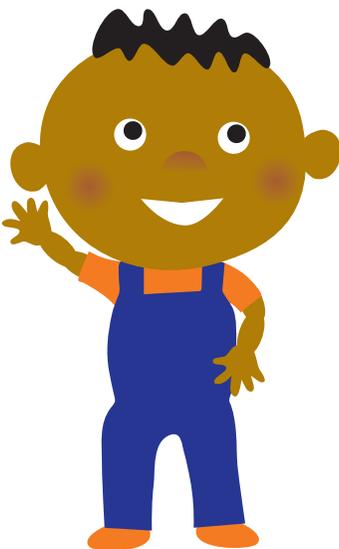
Su bebé entiende muchas más palabras de las que puede decir. Su bebé podría entender palabras de partes del cuerpo, ropa y otros objetos familiares. Usted puede decir los nombres de los colores, pero los bebés de 12-14 meses de edad todavía no conocen los colores.

Algunos bebés no comienzan a hablar hasta los 18 meses de edad. Si su bebé todavía no está hablando, observe como le responde a usted. Cuando usted le sonríe ¿le responde con una sonrisa? Cuando su bebé le da un juguete, ¿espera a que usted se lo regrese? ¿La escucha cuando usted entra al cuarto? Si su bebé no le responde consulte a su médico. Si su bebé necesita más ayuda, es mejor obtenerla tan pronto como sea posible. ¡Hay programas especiales para ayudar a niños, aún a los bebés pequeños!



¡Intente esto!

Ayude a su bebé a aprender las partes del cuerpo. Su bebé se divertirá apuntando a las partes del cuerpo. “¿Dónde está la nariz de Mami? ¡Allí está la nariz de Mami! ¿Dónde están los ojos de Mami? ¿Dónde están los pies de Mami?” Haga el mismo juego nombrando los zapatos, pantalones, camisas, y otra ropa. Entre más entusiasmo ponga usted, más se divertirá su bebé.



¡Su bebé no necesita palabras para comunicarse! Su bebé puede hablar con movimientos, llamados señas, como despedirse con la mano. Muchos bebés pueden aprender señas antes de aprender a hablar en voz alta, pero ambas toman mucho tiempo para aprenderse. Tenga paciencia. (Véa el Folleto F para más información sobre señas.) Aprender a hacer señas les ayuda a aprender a hablar a los bebés.

PREGUNTA: ¿Cómo son los MOVIMIENTOS de los bebés de 12-14 meses de edad?

RESPUESTA: La mayoría de los bebés dan sus **primeros pasos** a los 14 meses. Algunos bebés ya están más grandes cuando empiezan a caminar. A los bebés les gusta practicar **gateando o subiendo** las escaleras. ¡Usted hará mucho ejercicio siguiendo a su bebé para arriba y para abajo una y otra y otra vez! Asegúrese de que su bebé no esté en las escaleras si un adulto no está cerca.

Su bebé estará muy ocupado metiéndose en todo. Es muy divertido voltear los botes de la basura. Jalar libros y sartenes de los estantes, hace ruido. Quizás se sentirá cansada de andar tras de su bebé. La vida sería más fácil para usted si su bebé no puede alcanzar las cosas que usted no quiere que toque. **Acuéstese en el piso y vea lo que ve su bebé.** Después, mueva de lugar los objetos delicados, fuera del alcance.

Los bebés de 12-14 meses de edad están mejorando **usando sus manos**. Pueden levantar piezas pequeñas. Les encantan los pedacitos pequeños de comida que pueden agarrar ellos mismos.

¡Intente esto!

Su pequeño científico querrá ver como se mueven otros objetos. Deje flotar en el aire el papel de seda. Sople el papel para que su bebé lo vea moverse. ¡Juegue con burbujas! Rebote la pelota. Ruede las pelotas hacia la pared y deje que reboten. Sople una hoja al aire. Y recuerde, contarle a su bebé todo lo que está pasando



Usted puede hacer un lugar **SEGURO** para que su bebé explore. Explorar es muy importante para su bebé. **Los bebés necesitan pasar mucho tiempo en el piso jugando y explorando.** Es así como su bebé aprende. Usar el corralito por períodos cortos (quince minutos) está bien. Es mejor dejar a su bebé en el piso lo más tiempo posible.

!Intente esto!

A su bebé le encanta **TIRAR** objetos. Dele esponjas suaves, pelotas ligeras y otros objetos seguros para tirar.

¡Intente esto!

Dele a su bebé un tubo de cartón para toallas de papel y algunos pequeños pedacitos de cereal. Enseñe a su bebé como pasar la comida por el tubo.



Su pequeño científico quiere sacudir, sonar, rodar y **EXPLORAR** todo. Esto puede significar mucho desorden, especialmente durante las comidas. **Hacer desorden ayuda a su bebé a aprender.** Puede poner una toalla o una bolsa grande de basura debajo de su bebé cuando está comiendo. Esto ayuda a hacer más fácil la limpieza. Dele a su bebé pequeños pedazos de comida que pueda recoger. Todavía necesita ayudarlo. Intente darle a su bebé una cuchara para que juegue mientras usted usa otra cuchara para alimentarlo. No pasará mucho tiempo antes de que su bebé pueda comer “isolito!”

PREGUNTA: Hay veces que me siento muy enojada y frustrada con mi bebé. Estoy cansada de cuidar y andar tras de mi bebé todo el tiempo. Me siento estresada. ¿Qué puedo hacer?

RESPUESTA: Todos los padres se sienten cansados y frustrados algunas veces. Es importante cuidarse usted misma. Cuando se sienta estresada, respire lentamente unas cuantas veces. Hacer tiempo para relajarse le ayuda a usted y a su bebé. Le enseña a su bebé buenas maneras de manejar sentimientos como el enojo. Al relajarse, usted protege a su bebé de palabras o acciones que puedan lastimar a su bebé. Pida a un amigo o pariente que cuide a su bebé para darse un descanso. Si usted siente que no puede cuidar a su bebé, pida consejo a su médico. Llame a la línea 2-1-1 de ayuda si tiene más preguntas.

PREGUNTA: ¿Cuáles son los mejores JUGUETES para bebés de 12-14 meses de edad?

RESPUESTA: Usted es más importante que cualquier juguete. Léale a su bebé todos los días. **Juegue** en el piso con su bebé a diario. **Abrace** a su bebé todos los días. **Háblele** y **cántele** en todos los idiomas que usted sabe!

A los bebés de 12-14 meses de edad les gusta empujar o jalar los juguetes. Es más divertido empujar una carriola que subirse en ella. A ellos también les gustan las pelotas grandes que no pueden caer en su boca, juguetes que hacen ruido, se mueven, se abren y que pueden empujar. Permita que su bebé sostenga el libro e intente cambiar de página. Nombre las fotografías en los libros. Lea usando voces diferentes. ¡Diviértase leyéndole a su bebé! A los niños cuyos padres les leyeron les va mejor en la escuela.

¡Intente esto!

A su bebé le encantará **IMITAR** todo lo que usted hace. Usted también puede imitar a su bebé. Esto le enseña a su bebé que usted está prestándole atención y que está interesada en lo que su bebé hace. “iPeek-a-boo” (Pic-a-bu) todavía es muy divertido para todos!



No se recomienda, para bebés menores de 18 meses de edad, pasar el tiempo en frente de una pantalla. Cualquier uso de los medios debe ser muy limitado y solo cuando un adulto está preparado para ver la pantalla con el bebé, hablar y enseñar. Recuerde, el tiempo frente de la pantalla incluye la televisión, teléfonos celulares, computadoras, “tablets” y otros juegos y aparatos electrónicos portátiles.

Rincón de Consejos de Seguridad



Ahora que su bebé está en movimiento, necesitará a alguien que lo esté viendo todo el tiempo. Recuerde...

- Mantener todos los cordones eléctricos fuera del alcance de su bebé. Si su bebé agarra un cordón, puede jalar algo que puede caer sobre él.
- Cubra con cubiertas de seguridad todas las tomas de corriente eléctrica para mantener fuera los pequeños dedos.
- Mantenga el piso libre de objetos pequeños que puedan caer en un rollo de cartón como el del baño. Asegúrese de que no hay monedas, juguetes pequeños o cualquier cosa que pueda causar en su bebé peligro de asfixia.



First 5 LA

First 5 LA es una organización dedicada a la defensa de los niños y a la asignación de subsidios. Fue creada por los votantes de California para invertir los ingresos de los impuestos del tabaco de la Proposición 10 en programas para el mejoramiento de las vidas de los niños, desde prenatal y hasta los 5 años de edad, en el Condado de Los Angeles. First 5 LA encabeza causas de salud, educación y seguridad relacionadas con niños y familias. Para más información, por favor visite www.first5la.org.



El Programa de WIC

WIC provee nutrición y servicios de educación sobre salud, apoyo a la lactancia materna, referencias a agencias comunitarias y alimentos sanos a mujeres, infantes y niños menores de cinco años de edad elegibles. Esta institución provee igualdad de oportunidades. Para mayor información por favor visite www.wicworks.ca.gov.