

El desarrollo social y emocional de los bebés y niños pequeños



¿Qué puedo hacer si me preocupa el desarrollo social y emocional de mi bebé o niño pequeño?

- Hable con el pediatra de su niño, o con su proveedor primario de los servicios del salud
- Póngase en contacto con Baby Watch o con el programa local de la intervención temprana para pedir una evaluación GRATIS

Recursos

Para más información en cuanto al desarrollo social y emocional de los bebés y niños pequeños, póngase en contacto con:

babywatch.utah.gov

(800) 961-4226



¿Qué es el desarrollo social y emocional?

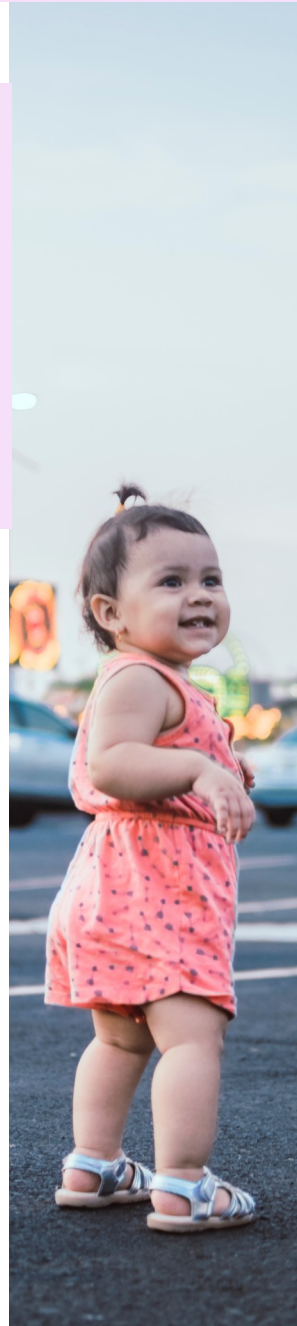
A veces llamado la salud mental de la infancia o la salud mental infantil, el desarrollo social y emocional se refiere a la capacidad de un niño de:

- Sentir, controlar y comunicar las emociones positivas y también las negativas
- Desarrollar las relaciones cercanas y satisfactorias con los niños y adultos
- Explorar activamente su ambiente y aprender

¿Cuales destrezas necesitan aprender...

los bebés?	los niños pequeños?
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Construir relaciones con adultos familiares ◆ Responder con cuidado a los adultos no familiares ◆ Buscar comodidad en situaciones nuevas ◆ Comunicar sentimientos y emociones por expresiones faciales, la voz y gestos ◆ Mostrar conciencia e interés en otros niños 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Responder y comportarse bien con otros niños ◆ Identificar y responder a los sentimientos de otros niños ◆ Empezar a mostrar la preocupación por los demás ◆ Comunicar sentimientos por a través de las palabras y el comportamiento ◆ Controlar su comportamiento y mostrar la habilidad de autorregulación ◆ Comprender rutinas simples, reglas y limites

[El guía de la aprendizaje temprano de Utah, desde el nacimiento al tercer cumpleaños](#)



¿Qué puedan hacer los padres y cuidadores para apoyar el desarrollo social y emocional?

DURANTE EL PRIMER AÑO DEL BEBÉ:

- Abraze y toque su bebé con cariño
- Responda cuando su bebé arrulla o llora
- Sostenga al bebé cuando se le da de comer
- Compórtese de una manera consistente y previsible
- Describa los sentimientos usando palabras como contento, enojado o triste

AL PRIMER CUMPLEAÑOS:

- Establezca limites justos y consistentes, y haga cumplir con estos limites al decir NO en voz calma
- Cree y mantenga rutinas cotidianas consistentes
- Promueva la curiosidad

AL SEGUNDO CUMPLEAÑOS:

- Mantenga la calma y provea consuelo después de los berrinches
- Sea consistente con lo que le permite hacer su niño, y lo que no le permite hacer
- Enséñale a su niño pequeño a usar palabras para describir los sentimientos
- Anime y elogie a su niño

AL TERCER CUMPLEAÑOS:

- Ayude al niño pequeño a incluir a otros niños al jugar, compartir y tomar turnos
- Anime a su niño a desarrollar la confianza en otros cuidadores adultos
- Apoye la expresión apropiada de los sentimientos

[Help Me Grow Minnesota](#)

“Estoy convencido de que cuando ayudamos a nuestros niños a encontrar formas sanas de expresar sus sentimientos—formas que no les hagan daño a ellos ni a nadie más—estamos ayudando a hacer de nuestro mundo un lugar más seguro y mejor.”

Fred Rogers