

GUIA DE ESTIMULACION PARA NIÑOS DE:  
1 a 2 años

AYUDEMOS  
A  
NUESTROS  
NIÑOS PARA  
UN  
MEJOR DESARROLLO



UNICEF

L.A. 982 - BOLIVIA  
Julio de 1985

\*\*\*\*\*  
\*  
\* DISTRIBUCION GRATUITA PARA LOS CENTROS INFANTILES  
\* INTEGRALES DEL PAIS. PROGRAMA DE ATENCION A NIÑOS  
\* 0 - 6 AÑOS.  
\*  
\*\*\*\*\*

*Este manual es parte de una serie de 7 guías fruto de una investigación en el área rural del Departamento de Oruro y el área urbano marginal de la ciudad de La Paz, sobre el desarrollo del niño menor de 6 años, hecho por el siguiente equipo de Profesionales Bolivianos:*

(Publicado con la colaboración del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia "UNICEF")  
E/ICLI/BOB/13760 Derechos Reservados, Depósito Legal B.I. 4-1-00-876

Cuaderno de Estimulación 1 a 2 años  
Ayudemos a Nuestros Niños para una Vida Mejor  
Por:  
Lic. Susana Bacani de Cárceres  
con la colaboración de:  
Lic. Cárcer Velasco, y  
Dr. Javier Torrey Gelfin, Coordinador  
Ilustraciones:  
Beatriz Sanabria

Estimados Padres de Familia:

Todos los padres de familia deseamos una vida mejor para nuestros hijos.

Para que ésta sea una realidad, es importante que cuidemos su salud y nutrición, pero esto no es suficiente.

El tiempo de mayor aprendizaje en los niños, es justo entre nacer y cumplir los 6 años de edad. Por eso, también, debemos enseñar a nuestros hijos, para que sean más vivos. Nosotros, los padres de familia, somos los primeros y los más importantes maestros para ellos.

Si nosotros dedicamos un tiempito cada día, para enseñar a nuestros hijos, si aprovechamos momentos juntos para charlar con ellos, además de darles con que jugar cuando estamos ocupados, serán buenos alumnos en la escuela y personas más inteligentes y útiles a la comunidad.

El fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) se complace en presentarles esta serie de Manuales de Estimulación, para ayudarles en esta importantísima labor, que beneficiará a sus hijos durante toda su vida.

José Carlos Cuentas-Zabala  
OFICIAL DE PROGRAMAS RESIDENTE

## *P R E S E N T A C I O N*

*UNA DE LAS MAYORES PREOCUPACIONES DEL MINISTERIO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA ES ATENDER AL NIÑO BOLIVIANO, ENCONTRANDO LOS RECURSOS QUE PUEDAN GARANTIZAR LA SUPERACION DE NUESTRAS DIFICULTADES Y LOGRAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE NUESTROS HIJOS. SI TODOS JUNTOS COOPERAMOS EN BRINDAR LA ATENCION NECESARIA A LOS NIÑOS, ESTIMULANDO DIA A DIA SUS POTENCIALIDADES, ENTONCES SI PODREMOS DECIR QUE ESTAMOS CREANDO BASES FIRME PARA SUPERAR NUESTROS NIVELES DE MISERIA.*

*ESTOS MANUALES QUE PRESENTA EL PROGRAMA DE CENTROS INFANTILES INTEGRALES CONSTITUYE EL INSTRUMENTO COTIDIANO, PARA QUE AQUELLO QUE LLAMAMOS "CUIDAR AL NIÑO" PUEDA SER TRADUCIDO EN ACTIVIDADES Y ACTITUDES ADECUADAS PARA EL DESARROLLO DE TODOS LOS NIÑOS DE BOLIVIA.*

*ESTAMOS SEGUROS QUE ESTOS MANUALES APOYARAN A LA COMUNIDAD EN GENERAL, EN LA DIFICIL TAREA DE CUIDAR A NUESTRO RECURSO HUMANO PRESENTE Y FUTURO.*

*¡ PROTEJAMOS Y CUIDEMOS A NUESTROS NIÑOS !*

*LIC. FEDERICO FREUDENTHAL  
JEFE NACIONAL PROGRAMA CENTROS  
INFANTILES INTEGRALES*

*DRA. MARIA TERESA PAZ  
SUBSECRETARIA DE SALUD*

Siempre que inicie nuevas actividades con su niño, tenga la seguridad de que las anteriores las realice muy bien. Por ejemplo, si empieza las actividades del 15 a 18 meses, asegúrese de que el niño haga muy bien las del 12 a 15 meses; y así con las siguientes etapas.

Siempre que haga los ejercicios con su niño, tiene que hablarle; esto facilitará mucho a que su niño aprenda todo lo que le enseña.

Usted puede aprovechar de realizar los ejercicios con su niño, los ratos que lo cambia, lo viste, lo baña, le da su alimento y cualquier rato libre que tenga usted o cualquier familiar.

Cuando usted esté ocupada, ocupe en algo a su hijo.



# Lo que su niño debe hacer de: 12 a 15 meses



Sólo, da  
pasos.



Mete objetos  
a frascos an  
gostos.



Pide lo que  
quiere.



Señala cosas  
familiares  
que le nom-  
bran.



Juega solo.



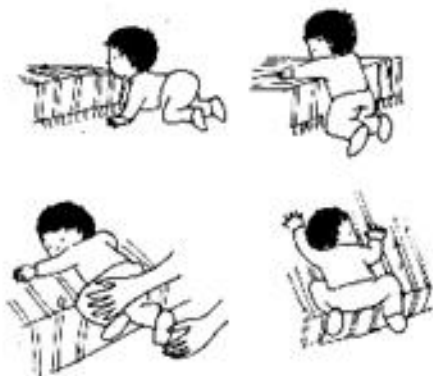
Bebe solo.



Realizando los ejercicios que le damos a continuación, le servirá para dar fuerza muscular a su niño y controlar más sus movimientos. Le ayudará a que camine sin caerse y en los próximos meses pueda correr y saltar.



Que gatee sobre obstáculos, ya sea parándose, trepando o rodeándolos.



Que aprenda a trepar.



De hincado, que aprenda a pararse.



Sosténgalo para que camine.



Que camine empujando una silla o cajón.





Apoyado en la pared,  
ánimelo a que camine.

Toda vez que su niño realice los ejercicios, prémíelo con su cariño y sus besos; éso le dará alegría y gusto por aprender más cosas.



Que camine distancias  
muy cortas y luego más  
largas.

Usted puede ayudar a que su niño crezca mejor, realizando los ejercicios que le recomendamos.



Su niño puede realizar cosas más difíciles con sus manitos y deditos, como meter semillas dentro de una botella de boca angosta. Ejercite los movimientos de sus manos, dedos y ojos, lo está preparando para que maneje la cuchara, pueda garabatear, pintar.



Que llene recipientes  
con arena.



Que traslade objetos pe-  
queños.



De parado que tire obje-  
tos pequeños.

El niño necesita estar en con-  
tacto con la naturaleza; deje  
que se ensucie un poco, des-  
pués de que termine de jugar, lo  
lavaré.



Haga que su niño sepa o sien-  
ta que usted está muy feliz  
por lo que él hace y sabe.



Su niño está aprendiendo a decir palabras y a reconocer las cosas o animales que conoce cuando los oye nombrar. Realice los ejercicios que le recomendamos, su hijo se comunicará mejor con todos ustedes.



Que obedezca órdenes sencillas.



Frente a un espejo que la imite.



Que de besos.



Que se lama comida de los labios.



Enséñele a soplar.



Que reconozca a personas, animales, cosas, dentro y fuera de la casa.

Cuando trate de imitar lo que dice o hace, prémioelo con un aplauso. "Bravo, muy bien".



Para que su niño conozca las cosas y aprenda a solucionar problemas, es importante que toque, vea y sienta a las personas, juguetes, etc.

Es así como su niño se hace más "vivito."



Procure que tenga todos estos objetos o juguetes. Háblele de como son los objetos, mientras juega con ellos.

El niño siente curiosidad por las cosas que le rodean. Dele oportunidad para que descubra cosas nuevas.



Que conozca todo lo que se encuentra en su casa.







En esta edad su niño puede quedarse un rato solo jugando, e imitar a su modo pequeños juegos de otros niños. La forma en la que usted trata a su niño influye sobre la forma en que se relacionará con las demás personas. Al darle cariño, atención y mucha paciencia, lo ayuda a que esta relación sea agradable.



Que juegue con otros ni



De rato en rato déjelo  
jugando solo.



Llévelo de paseo, char-  
lándole de todo.

No fuerce a su niño ante  
situaciones, personas u  
objetos que le desagradan.

Animelo a que agarre la cuchara y coma solo.  
Usted puede ayudarlo, así aprenderá.  
Igualmente que beba un poco de agua de la ta-  
za.

# Lo que su niño debe hacer de: 15 a 18 meses



Camina bien.



Parado, mira  
atrás.



Amontona  
cajas.



Saca y mete  
objetos pe-  
queños.



Nombra lo  
que pide.



Obedece 2 ór-  
denes simples.



Da uso co-  
rrecto a  
algunos  
objetos.



Atrae objetos  
utilizando di-  
ferentes me-  
dios.



Reconoce el  
nombre de  
sus familia-  
res.



Ayuda en pe-  
queñas tareas.



Juega con otros  
niños.



Su niño ya se mueve solo y sin ayuda.  
Los ejercicios que le damos le darán mayor  
seguridad en sus movimientos y fortalecerán  
sus músculos.



Que camine libremente.



Que aprenda a jugar de hincado.



Con música jueguen a pasarse y agacharse.



Que pase una pita.

Realice los ejercicios poco a poco, al principio ayude a su niño, luego aprenderá a hacerlo solo.



Que aprenda a mirar atrás.



Los ejercicios que le damos, para su niño, sirven para que aprenda a coordinar los movimientos de las manos. Cuando ayude a su niño, lo está preparando para que maneje sus manos con mayor facilidad para comer solo, garabatear, llevar y traer cosas, pintar.



Juegue con su wawa a  
hacer torres y hacer  
las caer.



Mire revistas con su  
wawa y ayúdele a que  
pase las páginas.



Que recoja hojas.



Que tape y destape.  
Que meta y saque.

Aproveche de que su niño ha-  
ga estos ejercicios mientras  
usted trabaja en su casa y  
así pueda cuidarlo y ayudar-  
lo de rato en rato.





Que meta objetos pequeños y los saque volcando el frasco.



Que amase.



Que use una taza para beber.

Realice los ejercicios poco a poco sin cansar a su niño.

Aproveche de hablarle sobre las cosas que hace; le hará mucho bien.



Su niño puede comunicarse mejor a través de palabras, si usted realiza los ejercicios que le indicamos. Ayúdelo; usted puede hacerlo.



Que obedezca órdenes sencillas.



Escúchelo y anímelo a hablar. Cuando diga algo, contéstele de una manera corta y completa, indicándole que ha entendido.



Frente a un espejo, enséñele donde están estas partes.



Diga estos sonidos y palabras y que la imite.

De a su niño su cariño y atención. Converse con él como si lo hiciera con un adulto.



Que repita palabras con sentido.



Su niño conoce muchas cosas y seguirá descubriendo cosas nuevas. Así, puede resolver pequeños problemas como jalar objetos para alcanzarlos; "pensar" donde puede haber rodado la pelota y encontrarla.

No sólo se mira al espejo, sino que conoce y puede indicar algunas partes de su cuerpo.



El niño aprende usando sus manos, sus ojos y sus oídos; es importante que el niño toque, mire y oiga lo más que pueda.



Que jale objetos para alcanzarlos.



Que conozca las partes de su cuerpo al vestirlo y en un muñeco.





Que obedezca 2 órdenes simples.



Que se reconozca frente al espejo.



Recompense con un aplauso cada vez que su niño realice alguna actividad nueva.

Guarde todo lo que le sobre o ya no use (cajitas, pitas, latas no cortantes, maderitas) para hacer los materiales de juego que recomendamos.



Su niño participa un poco más de los juegos, aunque sólo sea por un ratito; y ayuda en pequeñas tareas de la casa. Cualquiera de estas acciones son importantes para que el niño aprenda a solucionar problemas, a ser creativo y a participar en las acciones de otras personas.



Que jale sus juguetes con pita.



Sígale en el juego a su niño.



Que ayude en tareas simples.

Todos los juegos que le ayuda a hacer a su niño son importantes para que sea más "vivito".



Cuando esté enojada no se desquite con sus niños, son muy chiquitos para comprenderla y se asustarán mucho.



# Lo que su niño debe hacer de: 18 a 24 meses



Corre sin dificultad.



Se pone de cuclillas.



Garabatea e imita líneas (+) (-).



Pela arvejas.



Dice su nombre.



Utiliza 2 o más palabras.



Cumple 2 órdenes seguidas.



Entiende lo que es: "encima"  
"debajo."



Señala "dos" partes de su cuerpo.



Saluda y se despide.



Imita movimientos.



Su niño no sólo aprendió a caminar, sino .  
que tiene que correr y ponerse de cucullas  
sin problemas; los ejercicios que le damos  
le ayudarán a que tenga seguridad en sus mo  
vimientos y un buen equilibrio del cuerpo.

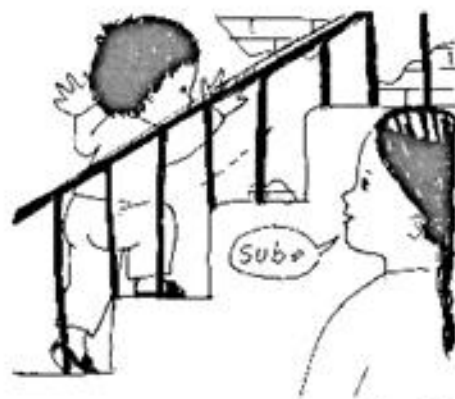
Así como cuida de sus sembradíos, y de las plantas que tiene en su casa, cuide del crecimiento de su niño. El necesita de su cariño y atención. El niño se alimenta también de cariño de sus padres y hermanos.



Que levante objetos del suelo.



Que suba y baje gradas con ayuda.



Que suba y baje gradas, agarrándose.





Enséñele a patear pelota.



Que camine rápido o corra.



Que aprenda a dar pequeños saltitos.



Que pase pequeños obstáculos.

Ayúdele a hacer mejor  
las cosas que aprende.



Que juegue a todo lo que  
le sugerimos.



Los ejercicios que le damos para su niño, sirven para ejercitar los movimientos de manos en forma coordinada. Ayude a su niño; lo está preparando para que maneje sus manos con mayor facilidad para comer solo, garabatear, llevar y traer cosas, pintar.

Es cierto que usted tiene mucho trabajo, pero es muy importante que su niño crezca sano, feliz y se haga más "vivito" Usted puede ayudarlo. Dele su tiempo; ya verá los buenos resultados.



Que haga garabatos y también que trate de imitar las líneas: Así:|-



Que juegue al tren.



Que envuelva objetos.



Que haga una torre, lo más alta posible.



Es más fácil comunicarse con su niño, porque ya entiende muchas palabras y dice algunas de ellas.  
Realizando los ejercicios que le indicamos, usted está ayudando a su niño a que aprenda a hablar y así comunicarse mejor con todas las personas.





Que reconozca estas partes del cuerpo en un muñeco o en un dibujo.



Que huela diferentes cosas.



Que pida las cosas por su nombre.



Que use 2 palabras para decir lo que quiere.

Cuando su niño utiliza alguna palabra nueva, felicítelo y anímelo a que repita.



Que obedezca todas las órdenes.



Que sepa cuando decir  
SI y NO



Cuéntele cuentos cortos.



Que repita todos los so  
nidos que oye.

Converse con su niño como si lo hiciera con otro adulto; él nece  
sita conocer más palabras.



El niño no sólo descubre cosas nuevas, sino que las reproduce; como imitar a los animales, a las personas y contar lo que vió o le llamó la atención.

El que su niño "piense" y se "acuerde", le muestra que su inteligencia está creciendo y lo seguirá haciendo en los próximos años. Ayúdelo; realice los ejercicios que le indicamos.



Que sepa cuando las actividades terminan.



Anímelo a contar lo que hizo o vió.



Que imite sonidos y movimientos de animales.



Que sepa dónde están las personas familiares y qué hacen



Que tenga estos materiales para jugar.



La presencia de los padres y hermanos es muy importante para el niño, ya que así aprende a relacionarse con otras personas. El trato que usted de a su niño influirá sobre la manera en la que él tratará después a las personas.



Que imite todo lo que  
vea hacer.



Que juegue con otros  
niños.



Que salude, se despidas.



Que imite bailes.

Deje que su niño se exprese  
bailando, aplaudiendo, riendo  
fuerte, disfrazándose. Partici-  
cipe de su alegría.



Que se reconozca frente a un espejo.



Ayúdele a sacarse los zapatos.



Que se lave las manos para comer y dormir.



Aprenda a entenderle cuando quiera hacer pis o caca.

Usted puede enseñarle a su niño desde pequeño a ser limpio, a que aprenda a comer, a que aprenda a hacer las cosas a la hora que le corresponde. Así su niño crecerá sano y aprenderá a hacer las cosas, primero con su ayuda y poco a poco, solo.

## **MINISTERIO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA**

### **AUTORIDADES**

**DR. CARLOS PEREZ GUZMAN**

**MINISTRO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA**

**DRA. MARIA TERESA PAZ**

**SUBSECRETARIA DE SALUD PUBLICA**

**DR. ANGEL VALENCIA**

**DIRECTOR NACIONAL DE SALUD**

**DR. OSCAR PONCE DE LEON SANTA CRUZ**

**DIRECTOR NAL. DE MOVILIZACION Y PARTICIPACION SOCIAL**

**EQUIPO TECNICO DE LOS CENTROS INFANTILES INTEGRALES (CII)**

**LIC. FEDERICO FREUDENTHAL**

**ARQ. ROXANA SALAZAR**

**ARQ. NINOSKA LIBERA**

**LIC. ANA MARIA ARANCIBIA**

**LIC. NILDA CUENTAS**

**LIC. GERTRUDIS PFAFFLIN**

**LIC. CARMEN VELASCO**

**TEC. GUILLERMO QUIROGA**

**SEC. MIRIAM VALDA**



*"REVOLUCION NACIONAL ES SALUD PARA EL PUEBLO"*

*CENTROS INFANTILES INTEGRALES*

*DIRECCION NACIONAL DE MOVILIZACION Y PARTICIPACION SOCIAL*

*MINISTERIO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA*

*LA PAZ - BOLIVIA*

*1987*