



Desarrollo del Bebé Prematuro

Los bebés nacidos con tres semanas de anticipación o más, son considerados prematuros. La Academia Americana de Pediatría enlista los hitos del desarrollo que se pueden esperar en cada etapa del niño. Sin embargo, es importante recordar que cada bebé se desarrolla a su propio ritmo y no todos alcanzan los mismos logros al mismo tiempo, especialmente podemos notarlo en los niños prematuros. Para vigilar el desarrollo infantil es importante considerar la edad del niño y con base en esto observar si ya realiza o está cerca de realizar las actividades propias de la edad.

En el caso de los niños nacidos antes de la fecha estimada, es importante considerar que podrían estar desfasados con respecto a otros niños de su edad, esto es normal. Por lo tanto, para observar su desarrollo se toma en cuenta la fecha en la que se esperaba que fuera el nacimiento y esta se considera como su edad corregida. Por ejemplo, si tu hijo tiene 10 semanas de nacido, pero nació 4 semanas antes, esto significa que su edad ajustada es de 6 semanas. Este ajuste en la edad del niño solamente tiene el propósito de medir su desarrollo con más certeza.

A continuación, te mostramos algunas destrezas que observar en los primeros meses de vida. Recuerda que, si tu hijo es prematuro, debes usar su edad ajustada para saber qué habilidades debería tener en este momento de su vida.





Nacimiento a 1 mes

- Se comunica a través del llanto
- Extremidades flexionadas gran parte del tiempo, aunque se estira y mueve brazos y piernas libremente

2 a 3 meses

- Buscar sonidos girando su cabeza
- Llora para ser atendido y reconoce a sus cuidadores

4 a 5 meses

- Juega con sus manos y las lleva a su boca
- Ríe e interactúa con otras personas

6 meses

- Se gira y empieza a sentarse con apoyo

9 meses

- Gatea
- Imita sonidos y empieza a decir palabras simples

12 meses

- Inicia a practicar la marcha solo o con apoyo
- Disfruta jugar con otros niños e imita palabras familiares

17 de noviembre se conmemora el día mundial del prematuro para promover el bienestar y garantizar una vida sana a las niñas y niños nacidos en pretérmino.





Este **29 de octubre** inician el servicio de...



Clases Estimulación Temprana

Somos una institución que nutre emocional e intelectualmente a padres, cuidadores, docentes y organismos interesados, que tienen bajo su cuidado a personas con discapacidad y/o barreras para el aprendizaje y la participación.

Lugar: Estrella Guía IAP (Francisco Márquez #9 Col. Chapultepec)
Para mayor información: T. 667 715 1294 / contacto@estrellaguia.mx
Facebook e Instagram: [@estrellaguiaiap](https://www.instagram.com/estrellaguiaiap)

Infancia Llena de Retos

La infancia, siempre ha sido y será una etapa clave donde se formen las bases para el resto de la vida. La pregunta aquí es **¿qué es lo que como madres y padres se puede hacer para apoyar en este sano desarrollo integral de las niñas y niños?** Aquí solo algunas recomendaciones y sugerencias importantes:

1

Primero que nada y muy importante, como madres y padres se necesita tener una adecuada salud mental, sanar las heridas de la infancia para no transmitir las o proyectarlas en los más pequeños y guiarlos desde el amor y no desde las heridas. Esto es un gran reto, pero no es imposible. Por lo tanto, busca siempre esa ayuda o apoyo profesional que te ayude a sanar y a crecer como persona para ser la mejor versión de tí misma y con esto criar desde el amor y la compasión.





Busca aprender herramientas y estrategias para llevar una crianza respetuosa, ya que la infancia trae por sí misma sus propios retos, que van variando dependiendo de la etapa de desarrollo en que se encuentren las niñas y los niños, además hay factores externos que no podemos controlar y que necesitamos estar preparados para esto; por lo tanto, buscar una guía que te oriente y acompañe en este proceso, verás que será de mucha ayuda para tí.

2**3**

Busca aprender estrategias de estimulación para potencializar las habilidades de tu hija o hijo. Hoy en día hay muchas aplicaciones que te permiten obtener ejercicios diarios dependiendo de la etapa en la que se encuentre tu hijo. Incluso hay instituciones como lo es Estrella Guía, donde te podemos evaluar y orientar en actividades que puedes aplicar desde casa.

Es muy importante comprender que no todo saldrá como esperamos, y que se puede presentar el sentimiento de culpa, recuerda que todas las emociones son válidas, lo que importa es lo que hacemos con esa emoción. Como recomendación, al ser la maternidad y paternidad un poco demandantes, busca siempre darte espacios donde puedas tener tiempo para tí, realiza actividades que te recargan de energía, verás cómo esto puede hacer la diferencia.

4**Nota:**

Recuerda que aunque la maternidad y la paternidad son hermosas, son muy retadoras a la vez, pero acompañadas siempre se vuelven más sencillas.

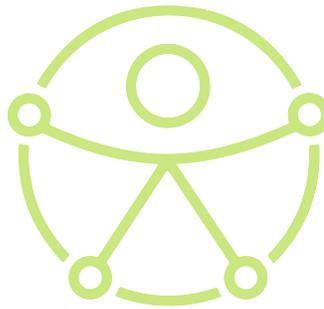


Dra. Thalía Leyva
COORDINADORA AFYCC

afycc@estrellaguia.mx

6° PANEL DE Personas Resilientes

a la Discapacidad 2024





Niños, TikTok y la Pérdida de Atención

En los últimos años, TikTok ha sido una de las apps favoritas de los niños y adolescentes. Con sus videos cortos y entretenidos, es fácil pasar horas mirando sin parar. Sin embargo, muchos expertos están preocupados por el impacto que el uso excesivo de esta plataforma podría tener en la capacidad de los niños para concentrarse en otras cosas, como estudiar o hacer tareas.

¿Qué pasa con TikTok y la atención?

TikTok se basa en un formato de videos muy cortos, de unos 15 a 60 segundos, diseñados para captar la atención rápidamente. Al estar constantemente pasando de un video a otro, los niños pueden acostumbrarse a estímulos rápidos y gratificación instantánea, lo que hace que les resulte más difícil enfocarse en tareas más largas o que requieran mayor esfuerzo.

El cerebro de los niños está en desarrollo y se adapta a lo que hacen de forma habitual. Si pasan mucho tiempo en TikTok, se acostumbran a estar recibiendo estímulos constantes, lo que puede afectar su capacidad para mantener la atención en actividades que no ofrezcan ese tipo de recompensa rápida.

¿Por qué afecta la atención?

Existen varias razones por las que TikTok puede estar disminuyendo la atención de los niños:

Recompensa rápida: Al recibir entretenimiento inmediato, los niños pueden desarrollar menos paciencia para actividades que no les ofrezcan una satisfacción instantánea, como leer o hacer una tarea.

Sobrecarga de estímulos: Los videos en TikTok están llenos de sonidos, imágenes y efectos que sobreestimulan el cerebro. Cuando los niños se enfrentan a tareas más simples, como hacer deberes, pueden sentirse aburridos fácilmente.

Hacer varias cosas a la vez: Muchos niños usan TikTok mientras hacen otras actividades, como comer o estudiar. Esto fragmenta su atención y hace que les cueste enfocarse en una sola cosa.



Ciclos de recompensa cortos: Los videos cortos de TikTok no exigen mucho esfuerzo ni tiempo, lo que puede hacer que tareas más largas parezcan más difíciles o aburridas.

Impacto en el rendimiento escolar

El uso excesivo de TikTok puede tener consecuencias directas en el rendimiento escolar de los niños. Cosas como leer, escribir o resolver problemas matemáticos requieren concentración durante periodos largos. Si los niños se acostumbran a la estimulación rápida, podrían sentirse frustrados o aburridos cuando se enfrenten a trabajos escolares que no ofrecen recompensas inmediatas.

Además, el uso excesivo de este tipo de apps puede hacer que los niños no desarrollen habilidades como la perseverancia y la paciencia, que son importantes para tener éxito en la escuela.

¿Qué pueden hacer los padres?

No se trata de prohibir TikTok por completo, pero los padres pueden tomar algunas medidas para reducir sus efectos negativos:



Limitar el tiempo en la app: Establecer límites de tiempo para el uso de TikTok puede ayudar a los niños a equilibrar su tiempo entre entretenimiento y otras actividades que mejoren su capacidad de atención, como leer o jugar al aire libre.



Fomentar actividades que requieran concentración: Animar a los niños a participar en actividades que requieran tiempo y esfuerzo, como juegos de mesa, deportes o manualidades, puede ayudar a mejorar su capacidad para enfocarse.



Ser un buen ejemplo: Los padres también pueden mostrar un uso equilibrado de la tecnología, desconectándose de vez en cuando y enseñando la importancia de concentrarse en una sola cosa a la vez.

Conclusión

TikTok y otras plataformas de videos cortos son muy divertidas, pero pueden afectar la capacidad de los niños para concentrarse en tareas más largas. Con límites adecuados y un uso equilibrado, es posible que los niños disfruten del mundo digital sin que esto afecte su rendimiento escolar o su capacidad de atención.



Psic. Eduardo Zazueta
COLABORADOR EDUCATIVO

colaboradoreducativo1@estrellaguia.mx