



GUANAJUATO
GOBIERNO DE LA GENTE
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

Guía de acompañamiento a madres, padres y/o cuidadores para una crianza amorosa.

De 0 a 3 años



Los
PRIMEROS
ANOS IMPORTAN

CONTENIDO

1. Las niñas y los niños pequeños como sujetos de derechos.....	1
2. ¿Cuáles son los cuidados básicos para niñas y niños de 0 a 4 años?.....	2
3. La importancia de la lactancia materna.....	4
4. Recomendaciones alimentarias.....	6
5. ¿Sabes cómo funciona el cerebro de tu bebé?.....	8
6. ¿Reconoces el sueño de tu bebé?.....	9
7. Sobre el arte y su relación con el juego, las emociones y el aprendizaje.....	10
8. ¿Qué pueden leer las niñas y los niños pequeños?.....	11
9. ¿Cómo juegan las niñas y los niños?.....	11
Bibliografía y documentación recomendada.....	13
<i>Anexo 1: Cancionero para mamá y papá.....</i>	14
<i>Anexo 2. Ficha de identificación de la niña o niño.....</i>	20

Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

Secretaría de Educación de Guanajuato

Luis Ignacio Sánchez Gómez

Subsecretaría de Educación Básica

Guadalupe Valenzuela Ríos

Dirección General de Educación Básica

Esmeralda Imelda Barquera Arteaga

Dirección de Inclusión Educativa

Alejandro Ávalos Rincón

Departamento de Apoyos Educativos para la Equidad

Elaboraron:

Aida Josefina Castro Rodríguez

Claudia Margarita Soria Rangel

Claudia Georgina Lopez Palizada

Lorena Larrauri Mendoza

**Primera edición, 2020. Secretaría de Educación
de Guanajuato, 2020 Conjunto Administrativo
Pozuelos s/n, Centro, 36000, Guanajuato, Gto.**

Heike Mintel. (2018). Baby feet. Recuperada de: <https://unsplash.com/photos/4vz-fUNqi7h4> (Imagen publicada bajo licencia Creative Commons CC0 de acuerdo con <https://unsplash.com/license>)



1. Las niñas y los niños pequeños como sujetos de derechos

Desde que son bebés, las niñas y a los niños son sujetos de derechos, “sienten, piensan, opinan y son parte de la comunidad” por ello deben participar en la toma de decisiones que les afectan, considerando la evolución de sus facultades. “Aunado al interés superior de la niñez, la supervivencia, desarrollo y la no discriminación, la participación infantil es uno de los principios rectores del enfoque de derechos. Este último supone un reto más complejo, ya que no es reconocido que niñas y niños comunican sus intereses, opiniones y gustos en función de sus capacidades...”¹.

Todos los niños y las niñas tienen derechos y también tienen responsabilidades. Las personas adultas somos los garantes de sus derechos, lo que significa que debemos generar las mejores condiciones para ellos.

Orientaciones para garantizar sus derechos

- ★ Lleven a su hija o hijo al registro civil para que se le otorgue su acta de nacimiento, con ello adquiere nacionalidad, identidad y existencia como ciudadano.
- ★ Bríndenle un nombre propio y digno.
- ★ Soliciten a las instituciones de salud la Cartilla de vacunación y cumplan con los periodos para su ministración.

- ★ Permitan que participe opinando, decidiendo sobre su ropa, sus juegos y su espacio.
- ★ Protéjanlos y brinden ambientes de seguridad y de respeto, erradicando todo acto de violencia y/o discriminación.
- ★ Fortalezcan los lazos de familia, como el espacio en el que se vive el sentimiento de amor y pertenecer a una familia.
- ★ Procuren acercar lo necesario al hogar para el beneficio de sus hijos: alimentos, ropa, calzado, medicamentos, juguetes, libros, etc.
- ★ Escuchen y observen sus necesidades.

Toda nuestra niñez tiene derecho de tener papás y mamás felices. Un niño que tiene padres felices recibe una crianza feliz.



¹SEP. (2018). Enfoque de Derechos. En Aprendizajes clave para la educación Integral. Educación inicial. Jugando se aprende, se aprende jugando, Manual para agentes educativos que atienden niños de 0 a 18 meses, (pág. 13). Ciudad de México.

Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

2. ¿Cuáles son los cuidados básicos para niñas y niños de 0 a 4 años?

El aseo personal no solo genera la apariencia de niños sanos y alegres, evita enfermedades contagiosas, respiratorias, estomacales y permite la adaptación a la sociedad en que se vive. No importa el contexto en el que los niños vivan o se desarrollen, la higiene y el aseo es un derecho y debe ser tomado con responsabilidad.

Orientaciones para la higiene y cuidados básicos de 0 a 2 años

- ★ Bañar al bebe diariamente o cada dos días.
- ★ Cambiar el pañal del niño o niña posterior a cada alimentación y/o cuando se observe o huela a pipí o popo.

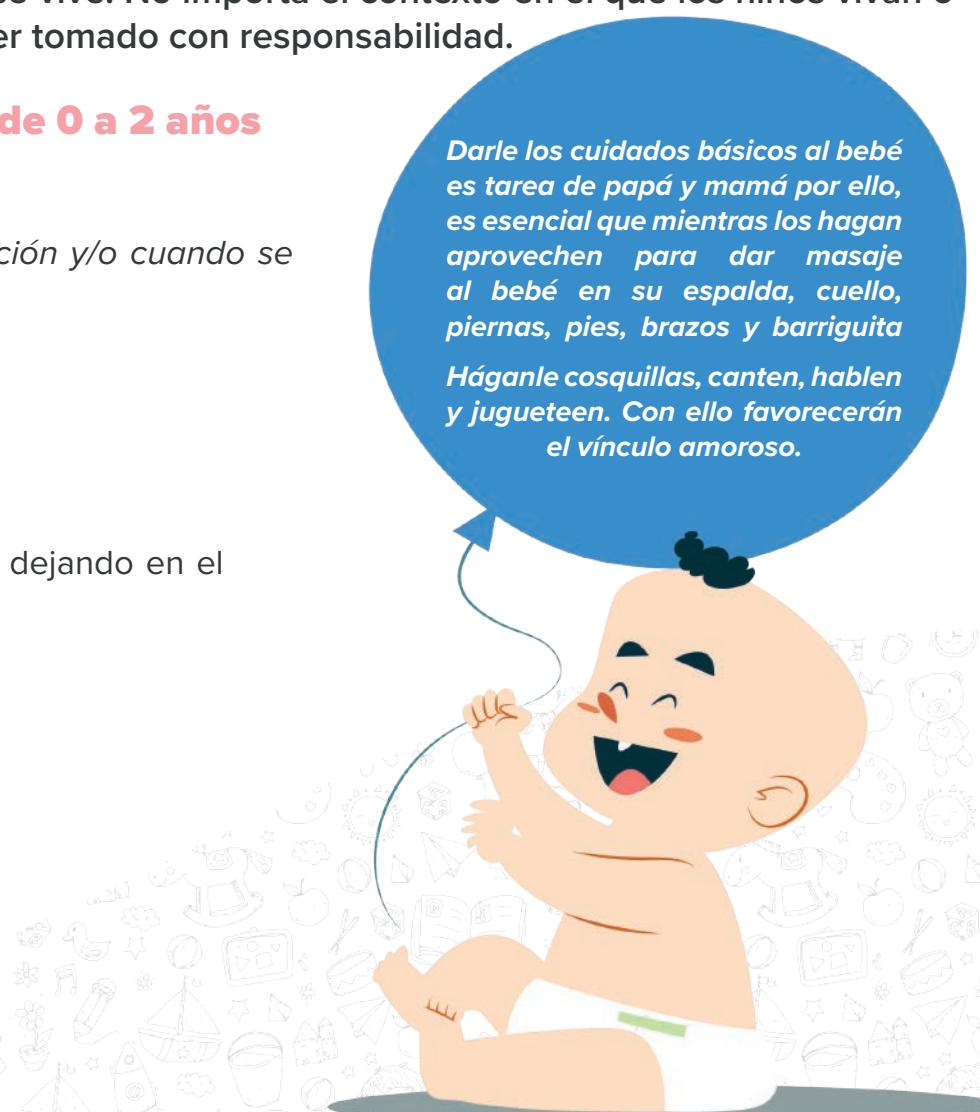
Recomendaciones para el cambio de pañal:

- Lavarnos las manos.
- Acostar al bebé boca arriba.
- Abrir el pañal.
- Elevar las piernas con una mano y con la otra doblar el pañal dejando en el interior la parte sucia.
- Limpiar la zona genital y anal con cuidado:
 - En las niñas de adelante hacia atrás y en los niños al revés.
 - Secar la zona lavada, especialmente en los pliegues.
- Si presenta rojeces o irrigación, administrar crema protectora.

Aseo general del bebé:

- Limpia cada ojo con algodón limpio.
- No uses cotonetes en los oídos.
- Retira los restos de leche y suciedad con una toallita húmeda.

Darle los cuidados básicos al bebé es tarea de papá y mamá por ello, es esencial que mientras los hagan aprovechen para dar masaje al bebé en su espalda, cuello, piernas, pies, brazos y barriguita. Háganle cosquillas, canten, hablen y juegueteen. Con ello favorecerán el vínculo amoroso.



- ▶ Asea su boca utilizando una gasa humedecida en agua limpia, deslizándola de adentro hacia afuera y frota como si dieras un masaje, sobre todo en aquellos dientes que están por salir.
- ▶ Limpia bien los pliegues del cuello.
- ▶ Abra sus puños para lavar las manos y lava sus manos o limpia con una toallita húmeda.
- ▶ Evita el uso del chupón.
- ▶ Abríguenlos y arropen ante los cambios climáticos.
- ▶ Atiendan las indicaciones emitidas por salubridad ante el caso de contingencias sanitarias.

Orientaciones para la higiene y cuidados básicos de 2 a 4 años

- ★ *Lo primero será hacer de los hábitos de higiene una actividad lúdica y atractiva. Para ello, debemos proporcionar artículos de limpieza propios para su hija o hijo: cepillo de dientes, toallita, jabón, vaso para enjuagar los dientes.*
- ★ *Fomenten que su hijo viva la experiencia de lavarse los dientes, le proporcionan un cepillo de dientes de cerdas suaves y una pasta dental infantil o de la que usualmente hay en el hogar. Para enseñarlo, lo mejor es a través del ejemplo. Los dientes se lavan después de cada comida. “Los dientes de abajo se cepillan hacia arriba, los dientes de arriba se cepillan hacia abajo y tus muelitas debes cepillar con un movimiento circular”.*
- ★ *Eviten el uso de cotonetes en los oídos. Solo se limpia la parte externa de la oreja.*
- ★ *Laven las manos a sus hijos antes y después de comer y de ir al baño, utilizando la técnica de lavar desde los codos a los dedos, entre los dedos con suficiente agua y jabón, enjuague bien y seque. Cuando ya están más grandes se les enseña a que lo hagan por sí mismos.*

Recuerda que todos los niños y las niñas tienen derecho a la salud y tener su cartilla de vacunación completa es una parte de ese derecho.



Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

- ★ Acompañen a los niños y las niñas durante su proceso en el control de esfínteres; motiven, alienten, feliciten sus logros.
- ★ Limpien sus genitales con papel higiénico, en los niños de atrás hacia adelante y en las niñas de adelante hacia atrás.
- ★ Abríguenlos y arropen ante los cambios climáticos.
- ★ Atiendan las indicaciones emitidas por salubridad ante el caso de contingencias sanitarias.



Darle los cuidados básicos al bebé es tarea de papá y mamá por ello, es esencial que mientras los hagan aprovechen para dar masaje al bebé en su espalda, cuello, piernas, pies, brazos y barriguita. Háganle cosquillas, canten, hablen y juegueteen. Con ello favorecerán el vínculo amoroso.

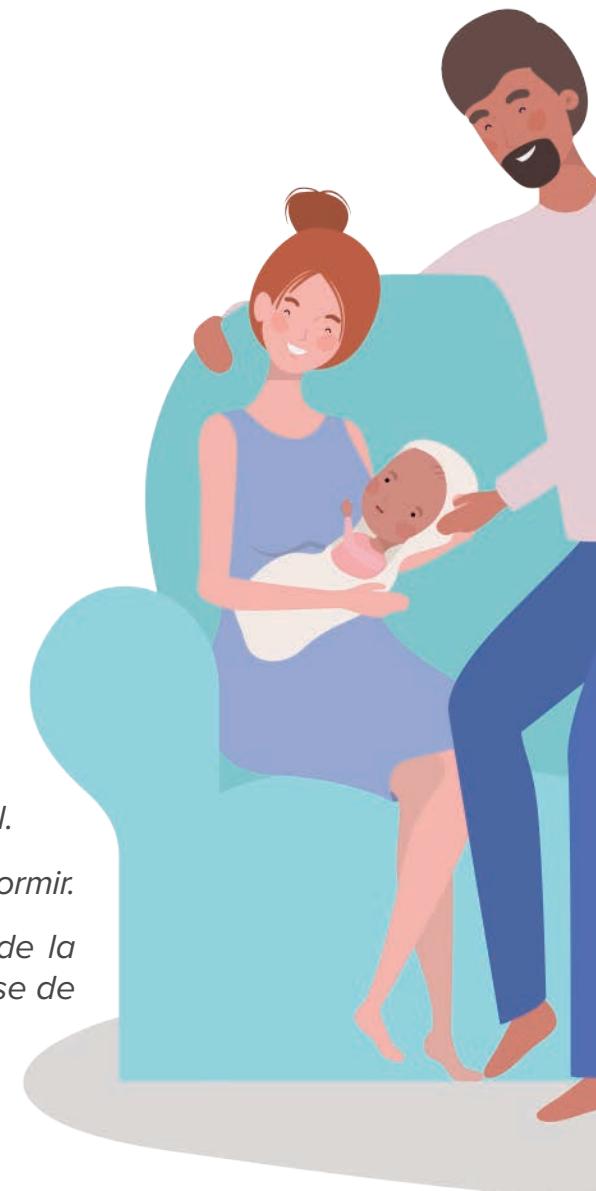
3. Importancia de la lactancia materna

La lactancia materna tiene muchas ventajas entre las que destacan:

- Aporta mayor valor nutricional.
- Previene infecciones respiratorias y gastrointestinales.
- Mayor desarrollo intelectual.
- Menor riesgo de padecer obesidad.
- Disminuye la hemorragia post-parto.
- Previene cáncer de pecho y ovario.
- Disminución de probabilidades de que la madre desarrolle diabetes.

Cinco principales razones por las que maman los bebes

- ★ **Sed.** Los bebes piden mamas cuando tienen sed.
- ★ **Hambre:** Los bebes piden mamar cuando tienen hambre.
- ★ **Amor:** Los bebes piden mamar cuando necesitan cariño, atención y contacto visual.
- ★ **Relajación:** Los bebes quieren amamantarse cuando necesitan relajarse, calmarse o dormir.
- ★ **Desarrollo e inmunidad:** los bebes piden mamar si necesitan los componentes de la leche para crecer, desarrollarse proteger su sistema inmunológico, para recuperarse de una inmunidad.



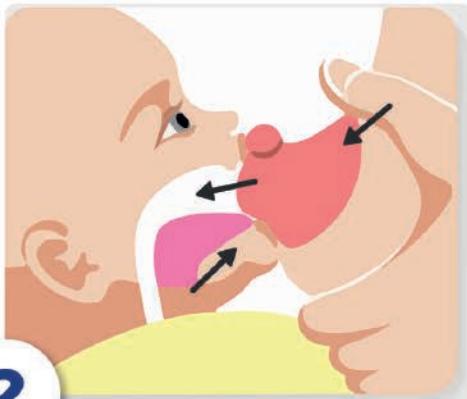
²Ogneva Yulia, Breastfeeding Imagen). Recuperado en <https://es.dreamstime.com/stock-de-ilustraci%C3%B3n-posici%C3%B3n-de-amamantamiento-correcta-pasos-la-madre-alimenta-al-beb%C3%A9-con-leche-del-ni%C3%B1o-de-la-lactancia-de-la-mam%C3%A1-del-pecho-image97227845>

Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

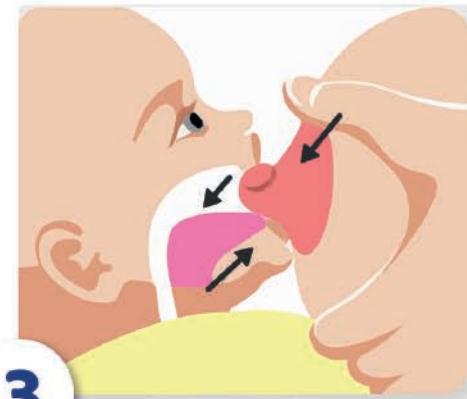
Posición correcta y pasos de amamantamiento²



1



2



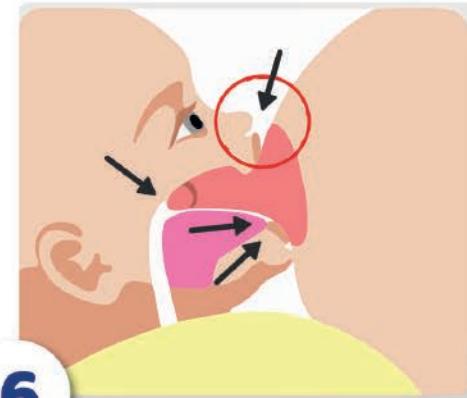
3



4



5



6

Recomendación:

- Coloque al bebé con la nariz a la altura del pezón; así el pezón quedará en la parte superior de la boca.
- El bebé abarca gran parte de la areola y la expreme con la lengua.

Lo importante es que la madre que amamanta siempre esté cómoda en la postura ya que pasará muchas horas amantando. También es aconsejable ir variando las posiciones para asegurar un mejor vaciado del pecho.

No te agobies, crea tus propias experiencias

Cada mujer tendrá una experiencia distinta, todos nos darán su opinión sobre la lactancia materna

- ▶ ¿Será que no duerme de noche porque se queda con hambre? – el marido –
- ▶ Nunca le des antes de las tres horas – la vecina –
- ▶ Vamos a darle un biberoncito de refuerzo para ayudarle – el pediatra –
- ▶ Yo no tuve buena leche, así que no te sorprendas si tú tampoco la tienes – la mamá –
- ▶ Yo crie a todos mis hijos con fórmula y crecieron muy sanos – la suegra –
- ▶ Debes darle solo 15 minutos de cada pecho en todas las tomas – la amiga –

También papá puede apoyar en la lactancia, limpiando al bebé los residuos de la leche con una toallita húmeda mientras le canta, habla o hace caricias.



Signos de un Buen Agarre:

- La boca de tu bebé está bien abierta.
- Los labios de tu bebé están invertidos.
- El mentón y la nariz de tu bebé están cerca de tu pecho.
- Se ve más areola por encima de la boca de tu bebé que por debajo (agarre asimétrico).

Signos de una Buena Posición:

- La cara de tu bebé mira hacia tu pecho.
- La cabeza y el cuerpo de tu bebé están en línea recta.
- Mantienes el cuerpo de tu bebé cerca de ti.
- Si tu bebé es un recién nacido, envuélvelo en un abrazo. No lo sujetes de la nuca y los hombros mientras no pueda sostener bien la cabeza.

Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

Otras posiciones de amamantamiento³

Las posiciones para amamantar pueden ser muy diversas y todas pueden servir, aunque algunas pueden ser más eficaces que otras.



Posición de Cuna

Posición de Cuna
Acostada de Lado



Posición de
Cuna Cruzada



Posición Vertical y Móvil

Posición Sentada
o Caballito



Posición Acostada con el
Bebé a la Inversa



Posición Acostada
de Lado



Posición de
Fútbol Americano



Posición Reclinada

4. Recomendaciones alimentarias⁴

Menores de 6 meses

Se recomienda una alimentación con lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y, solo en caso indicado, solución de rehidratación oral, gotas o jarabes de suplementos.

Menores de 6 a 8 meses

A los seis meses cumplidos, se debe de iniciar el consumo de alimentos complementarios, las comidas diarias deben de ser dos o tres y con una o dos colaciones optionales; o bien, comer cada dos a tres horas.

Se recomienda incluir de dos a tres cucharadas de alimento en cada comida e ir aumentando gradualmente, además de ofrecer líquidos en taza. En esta etapa la lactancia materna debe de ser a libre demanda, es decir, ofrecer al niño pecho cada vez que muestre señales claras de hambre.

Menores de 9 a 11 meses

A partir de los nueve meses es recomendable introducir alimentos finamente picados o machacados, los cuales el niño pueda agarrar con la mano. Se recomienda que den tres o cuatro comidas y una o dos colaciones pequeñas. En esta etapa, la lactancia materna también será a libre demanda y acompañada de un consumo de 118 a 237 ml (4 a 8 oz) de agua potable al día, sin azúcar o fruta adicionadas.

Menores de 12 a 23 meses

En esta etapa se deben de introducir los alimentos que consume la familia picados finamente o, en su caso, machacados. El bebé debe de ingerir diariamente 550 kilocalorías (kcal) distribuidas en tres o cuatro comidas y una o dos colaciones optionales. Para ello, hay que servir los alimentos en porciones de aproximadamente $\frac{3}{4}$ de vaso, taza o plato de 250 ml. Es el momento perfecto de estimular en el bebé el uso de cuchara y que tome la taza con ambas manos. Para este grupo de edad la lactancia materna debe ser a libre demanda.



Exponer a los niños durante el primer año de vida a alimentos alergénicos comunes como: huevo, leche, pescado, mariscos, cacahuates, frutos secos, trigo, soya, etc., puede aumentar el desarrollo de alergias graves, problemas estomacales y del sistema inmunológico.

Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

De 2 a 3 años

En esta etapa, las recomendaciones dictan un consumo diario de entre 1000 a 1200 kcal distribuidas en porciones equivalentes de la siguiente manera: de 2 a 2 ½ porciones de verdura, 1 ½ de fruta, 3 a 4 de cereal, 1 a 1 ½ de leguminosas, 1 a 1 ½ de alimentos de origen animal (AOA), 1 a 2 de lácteos semidescremados (de preferencia queso o yogurt) y 3 de lípidos.

De 4 a 5 años

Para este grupo de edad, las recomendaciones dictan una ingesta diaria de entre 1300 a 1500 kcal distribuidas en porciones equivalentes de la siguiente manera: 3 de verdura, 2 de fruta, 4 ½ a 6 de cereal, 1 ½ de leguminosas, 1 ½ de AOA, 2 de lácteo semidescremado (de preferencia queso o yogurt) y 3 de lípidos.

Orientaciones para evitar el consumo de ciertos alimentos dañinos para la salud.

Existen alimentos que no es conveniente proporcionar a las niñas y los niños pequeños, ya que son nocivos para su salud, especialmente porque su organismo no está preparado para digerirlos, además de que pueden ser altos en azúcar o químicos como los conservadores, colorantes, endulzantes o químicos saborizantes.

- ★ *Eviten las bebidas gaseosas con alto contenido de azúcar y bebidas energizantes.*
- ★ *Eviten los alimentos y productos lácteos procesados como papillas, jugos de caja, yogurt.*
- ★ *En menores de un año no se puede proporcionar limón, pescado, quesos, algunos cereales, sopas procesadas, carne, fresas.*
- ★ *Eviten el alto consumo de pan, galletas, dulces, chocolates.*
- ★ *Evita dar alimentos picantes.*
- ★ *No des alimentos con alto contenido calórico después de las cinco de la tarde.*



5. ¿Sabes cómo funciona el cerebro de tu bebé?

Investigaciones científicas han revelado que los primeros tres años de vida de las niñas y los niños son vitales para el desarrollo del cerebro y sus capacidades. Todas las experiencias tempranas serán significativas en su vida: psique, metabolismo y cuerpo. Es decir, todo lo que los padres o cuidadores hacen o no hacen impacta significativamente a lo largo de su vida, por lo que es necesario que vivan experiencias sanas de afecto y desarrollo que les permitan enfrentar la vida de la mejor manera posible. El secreto de eso: el afecto.

Orientaciones para un sano desarrollo cerebral.

- ★ *Las niñas y los niños requieren de adultos que actúen pronta, oportuna y amorosamente, es el mejor camino para fortalecer el sano desarrollo cerebral de un niño.*
- ★ *Ofrecer alimento nutritivo: lactancia materna amorosa, oportuna, exclusiva y alimentos altos en proteínas, vitaminas y minerales.*
- ★ *Ofrecer a sus hijos experiencias retadoras, enriquecedoras y amorosas, como invitarlo a caminar o gatear, probar un alimento, sostenerse, tocar una mascota o un objeto, entre otras.*
- ★ *Ofrecer materiales y ambientes del contexto que propicien la interacción con el mundo, la creativas, el juego libre o juego social, la comunicación y el lenguaje, el aprendizaje significativo, la adquisición de valores.*
- ★ *Generar ambientes en los que se mantenga contacto visual, corporal y oral, siendo afectivos en todo momento.*
- ★ *Evitar el estrés toxico. Los bebes y los niños pequeños perciben el estado emocional de sus padres, por lo que es mejor tener disposición para estar con ellos.*
- ★ *Estás invitado a ser un adulto cercano y afectuoso, así, tu hijo te verá como un ser humano con la capacidad para mantener la atención, para el lenguaje, el razonamiento, la memoria, el enfoque, el control motor, la inhibición de impulsos, la regulación emocional y la planeación y ejecución de tareas.*

Hablando sobre el sano desarrollo cerebral, la necesidad de afecto y alegría es tan importante como el alimento.



⁵ SEP. Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Inicial: Un buen comienzo. Programa para la educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años. Pág. 115

⁶ Ibídem. Pág. 13.

Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

6. ¿Reconoces el sueño de tu bebé?

El sueño de un bebé es diferente del de un adulto. Aunque es esencial para su desarrollo, el sueño en sí mismo se va desarrollando a medida que el bebé crece. Durante el sueño, se llevan a cabo diversas actividades, como el crecimiento del cerebro y del cuerpo e incluso la preparación para las actividades del día siguiente, como aprender, recordar y prestar atención⁵.

El sueño es un alimento para el cerebro.

Orientaciones para un sano desarrollo cerebral.

- ★ *Dormir bien es un hábito que se aprende de los padres. Para poder enseñar, es importante estar tranquilos y así transmitirles seguridad a los hijos.*
- ★ *Lo ideal es establecer una rutina antes de ir a dormir: luces bajas, música suave, lectura de un cuento: algo que le permita al niño ir asociando ese estímulo con la hora de ir a la cama.*
- ★ *Se pueden usar objetos que permanezcan con el niño toda la noche: Ej. Un osito o mantita.*
- ★ *No lo acostumbres a dormirse mamando, dándole el biberón, acunándolo, o paseando en el cochecito o en el auto, cuando se despierte y se encuentre solo, va a reclamar volver a esa situación. Es importante que el último recuerdo que tenga de la vigilia sea su cuna.*
- ★ *Es conveniente evitar la televisión y los juegos que lo excitan a la hora de dormir.*
- ★ *Para disminuir el riesgo de muerte súbita se recomienda acostar al bebé en su cuna, boca arriba, sobre colchón firme, sin almohada. Sus pies deben estar tocando el borde de la cuna (para que no se desplace), y sus brazos fuera de la sábana.*
- ★ *No es recomendable compartir la cama con el niño.*
- ★ *La cantidad de sueño que requieren los bebés para dormir varía y va disminuyendo a medida que crecen⁶.*

EDAD	Total de horas de sueño requeridas diariamente
Recién nacidos	Entre 16 y 18 horas
De 3 meses a 1 año	Entre 14 y 16 horas
De 1 a 3 año	Entre 12 a 14 horas
De 3 a 5 años	De 11 a 13 horas

Darle los cuidados básicos al bebé es tarea de papá y mamá por ello, es esencial que mientras los hagan aprovechen para dar masaje al bebé en su espalda, cuello, piernas, pies, brazos y barriguita. Háganle cosquillas, canten, hablen y jueguetean.

Con ello favorecerán el vínculo amoroso.





7. Sobre el arte y su relación con el juego, las emociones y el aprendizaje.

Todo lo que los niños perciben a su alrededor es una invitación para explorarlo, a veces de esas pequeñas acciones surgen verdaderas obras de arte: pintar, modelar, crear canciones, nuevos juegos, balbuceos con ritmo, bailes, esas son manifestaciones artísticas que provienen de su tendencia natural al juego.

El arte empieza jugando: conecta sus emociones, activa los sentidos, ofrece vínculos humanos y apoyan el proceso de invención. ¡Así que a jugar!

Orientaciones para crear niños artistas, creativos y creadores.

- ★ *Enseña a tu hijo (a) a observar y apreciar su alrededor; colores, tamaños, formas, sonidos, texturas, olores, ritmos, melodías, voces, etc. Por ejemplo: obras de arte, dibujos, paisaje, libros, revistas, objetos.*
- ★ *Ayúdale a poner atención a los sonidos del ambiente: el cantar de los pájaros, el sonido de los carros, la lluvia, la música y platica con él sobre ello)*
- ★ *Ayuda a tu hijo a tocar, manipular y disfrutar de los objetos que hay a su alrededor.*
- ★ *Muestra a tus hijos a disfrutar diferentes géneros, ritmos y melodías musicales.*
- ★ *Recuerden que la mejor melodía que puede escuchar son las voces de mamá y papá. Invítenlos a cantar con ustedes canciones de la tradición oral o nuevos ritmos culturales (Anexo 1).*
- ★ *Permítelle que manipule algún instrumento musical o elaboren alguno (sonaja, tambor, castañuela).*
- ★ *Inviten a su hijo a moverse a través del ritmo de una melodía o canción, bailes, aplaudan, brinquen, giren, agáchense, utilicen las partes de sus manos, hagan sonidos con el cuerpo junto con él.*
- ★ *Generen en casa un espacio creador en el que tu hijo pueda manipular: colores, pinceles, gises, lodo, agua, hojas, ramas, papel, piedras, juguetes, instrumentos musicales, harina, masa, palos, envases, cartón, lienzos, cajas, esponjas, pinturas de colores,*
- ★ *Crea tus propias masas con harina, maicena, arena, lodo. Revuelve la que más te agrade con agua y pintura vegetal.*
- ★ *Proporcionen a su hijo ropa y jueguen a disfrazarse y personificar. Diviértanse.*
- ★ *Siempre acompaña a tu hijo en sus momentos creativos y evita que se lleve algún objeto a su boca.*
- ★ *No existen los dibujos feos o malos; todas las expresiones gráficas de los niños son valiosas, por ello mamá y papá se muestran orgullosos y felices con las obras de su hijo.*

Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

8. ¿Qué pueden leer las niñas y los niños pequeños?

Las palabras en la primera infancia son muy cercanas al arte, porque están hechas de juego, música, caricias e historias nuevas, no solo de conocimientos. El arte de las palabras es la literatura.

Orientaciones para fomentar la literatura infantil.

- ★ *Alimenten el lenguaje de sus hijos con palabras sonoras, divertidas, lentas, fuertes, bajas, graves, rápidas. La literatura infantil empieza con la palabra, los baños de lenguaje, los arrullos, el balbuceo, la melodía de la voz de los padres.*
- ★ *Proporcionar libros a los niños en temprana edad es proporcionar un juguete y un mundo de imaginación. Lean con ellos, imaginen, pregunten, señalen, den vuelta a las páginas, muestren su asombro ante las miradas de su hijo, modulen su voz.*
- ★ *Proporcionen a su hijo libros de todo tipo, con o sin ilustraciones, con o sin palabras, relatos, adivinanzas, trabalenguas, rimas, poemas y canciones.*
- ★ *Procuren que en su hogar existan por lo menos tres libros de literatura infantil y que esa biblioteca se vaya incrementando poco a poco.*
- ★ *Utilizar los materiales que existen en casa para crear historias y cuentos que propicien la imaginación. Asimismo, contar historias a partir de imágenes en algún libro sin letras.*
- ★ *Dejar que los niños elijan lo que quieren leer y ofrezcan regalos de lectura que le hagan sentir gratitud. Eso generará que los libros entren placenteramente en la vida de los niños. Leerán por gusto y no por obligación, esto repercute mucho en la edad escolar.*

Leer con los niños y las niñas crea lazos irrompibles para toda la vida.



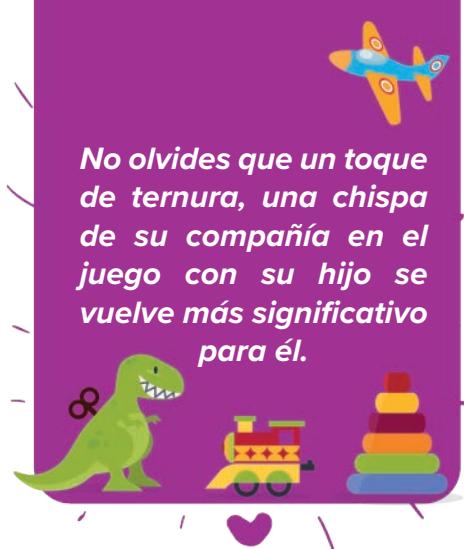


9. ¿Cómo juegan las niñas y los niños?

El juego responde a la necesidad básica y primaria tienen de mirar, tocar, curiosear, experimentar, conocer, imaginar, aprender, expresar, comunicar, crear, soñar, descubrir, explorar y que es indispensable para su salud y bienestar. ¡Ah, por cierto!, jugar es un derecho que tienen todos los niños y las niñas.

Otros beneficios del juego:

- Estimula la curiosidad que es motor de cualquier aprendizaje.
- Favorece la expresión de opiniones, necesidades y emociones.
- Propicia la interiorización de normas y pautas de convivencia.
- Estimula el desarrollo de las funciones físicas, psíquicas, afectivas y sociales.
- Proporciona confianza en sí mismo.
- Propicia la tolerancia y el respeto a la diversidad cuando se lleva a cabo en grupo.



Orientaciones para fomentar el juego.

- ★ *Para los niños muy pequeños sus puños son un juguete, permite que explore y juegue con su cuerpo.*
- ★ *Así como generas ambientes para que el niño desarrolle el arte, música y lectura, proporciona juegos y juguetes que pueda elegir libremente.*
- ★ *Respetá la iniciativa que tienen los niños al seleccionar algún juguete o desarrollar algún juego.*
- ★ *Recuerden algún juego que les divertía cuando eras niño e intenta hacerlo con tu hijo.*
- ★ *Mientras juegan, ofrece ternura, seguridad y confianza a tu hijo.*
- ★ *Déjenlo que explore, no establezcan tiempos para el juego, ofrezcan diversos materiales a los que su hijo de vida: cajas, piedras, tubos, botes, hojas, platos, cobijas, ropa, etc.*
- ★ *Cuando lo alimente, bañes, peines, cambies, haz algún juego con ellos.*
- ★ *Se tú el adulto dispuesto que el niño requiere para jugar. No temas hacer el ridículo, divertirte, ensuciarte, prejuiciarte, solo diviértete.*



Te vemos, te escuchamos, te amamos, te abrazamos, acudimos a tu llanto, te alimentamos, leemos contigo, jugamos contigo, platicamos contigo, te hacemos cosquillas, te cuidamos, aprendemos contigo, te arrullamos y te acompañamos en tu crecimiento.

Actividad: Un relato de infancia

Para hacerla puedes pensar en las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles eran tus juegos y juguetes preferidos?
- ¿Quiénes eran tus compañeros o compañeras de juegos?
- ¿Qué características tenían los adultos que acompañaron tus juegos?
- ¿Qué emociones experimentabas al jugar?
- ¿Qué aprendías mientras jugabas?
- ¿Cómo relacionas los juegos con la infancia?



Bibliografía

SEP. (2018). **Enfoque de Derechos. En Aprendizajes clave para la educación Integral. Educación inicial. Jugando se aprende, se aprende jugando Manual para agentes educativos que atienden niños de 0 a 18 meses**, (pág. 13). Ciudad de México.

SEP (2018). **Alimentación perceptiva para niñas y niños de 0 a 5 años: Recetario**, primera edición, Ciudad de México. SEP

SEP. **Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Inicial: Un buen comienzo**. Programa para la educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años. Pág. 115

SEP. **Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Inicial: Un buen comienzo**. Programa para la educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años. Pág. 13.

Ogneva Yulia, Breastfeeding (Imagen). Recuperado en <https://es.dreamstime.com/stock-de-ilustraci%C3%B3n-posici%C3%B3n-de-amamantamiento-correcta-pasos-la-madre-alimenta-al-beb%C3%A9-con-leche-del-ni%C3%B1o-de-la-lactancia-de-la-mam%C3%A1-del-pecho-image97227845>

@primerospasosweb. 9 posiciones para amamantar (Imagen). Recuperado de <https://i.pinimg.com/originals/b8/7f/3e/b87f3e7bee5e1bdcc3c27b6f1865aaab.png>

Documentación sugerida

Aprendizajes clave para la educación Integral. Educación inicial. Manual para agentes educativos que atienden niños de 0 a 18 meses, Jugando se aprende, se aprende jugando, SEP Año 2018.

Aprendizajes clave para la educación Integral. Educación inicial. Guía para padres. La importancia de una crianza amorosa: un alimento para toda la vida, SEP, Año 2017.

Literatura infantil

¿Qué te pico la hormiga de los pies a la barriga?, Autor: Isabel Isaías.

¿Dónde está Juan Perol, el caracol?, Autor: Alonso Núñez.

Monstro peludo, Autor: Magdalena Helguera.

Rocio Martinez, Autor: Matías dibuja el Sol.

¿Dónde está el pastel? Autor: The Tjong Khing

Un Abrazo, Autor: Maria Baranda.

La Ola, Autor: Zusy Lee

¡Horriblemente hermoso!, Autor: Eva Dax

Había una vez un recuerdo, Autor: Nina Laden

Un museo sobre mí, Autor: Emma Lewis.

Portada

Nynne Schröder. (2018). Baby. Recuperada de: https://unsplash.com/photos/Oc_quFdeGcs (Imagen publicada bajo licencia Creative Commons CC0 de acuerdo con <https://unsplash.com/license>



Cancionero para Mamá y Papá (1/6)

Sol solecito

*Sol solecito
Sol calientito
Sales temprano
Solecito
Eres bonito*

Sol Solecito

*Sol solecito
Sol colorado
Rueda que rueda
Redondo haz quedado
Sales temprano
Tarde te vas
Sol solecito
Mañana vendrás*

Tún tún

*Tún tún
Quien es
soy yo
Mi amor
Mua mua.*

Caracol

*Caracol col col col
Sal de tu casita
Que es de mañanita
Y ha salido el sol
Caracol col col*

Sapito travieso.

*Sapito, to travieso so,
Que ala en el jardín
Dan saltos, tos
Muy altos tos.
Muy altos tos,
De ti yo aprendí*

Los sapitos

*En un tanque tanque tanque
Lleno de agua
Había un sapito cantando
Y la sapa sapa sapa
Le decía desde aquí te estoy mirando y escuchen
señores si saben escuchar que todos los sapos ya
saben cantar
Croac, croac, croac*

Caren conejito

*Tenía una mosca
En la nariz
La espanto
La espanto
Y la mosca voló*

La vaca lola

*La vaca lola
Tiene cabeza
Y hace mú
Y le hace mú*

La lechuza

*Vamos a dormirnos
como la lechuza,
como la lechuza
hace shuuuu,
shuuuuuu, shuuuu.
(lo repetimos varias veces)*

El cochinito

*Un cochinito pequeño a su madre pregunto
¿porque te llaman cochina y a mí me llaman lechón?
hijito según tu edad varios nombres te dirán cerdo,
marrano, cochino, puerco y ahorita lechón.
Cinco palabras distintas y la misma cosa son.*

Cancionero para Mamá y Papá (2/6)

Verde campiña

Ver-de cam – pi-ña
Ver-de de mar
Ver-de la pi-ña
Ver-de el pal-mar

Pollito

El pollo con una pata
El pollo con la otra pata.
El pollo con un ala.
El pollo con la otra ala.
El pollo con el piquito.
El pollo con el pechito
Y el pollo con el rabito. (2)
(mover cada parte y luego
todo el cuerpo)

Tito Rito

Ti-to ti-to co-lo-ri-to
¿dón-de vas tan Bo-nito?
A la a-cera ver-da-de-ra
Pin- pon fue-ra

Rin ran

Rin-ran rin – ran
U- nos vie- nen
Y o-tros van

Sapito

Un sapito en tiempos de agua
se cayó patas pa arriba
Y la rana le sobaba
con saliva la barriga

Un paso adelante

Un paso adelante
Un paso hacia atrás
Un paso a este lado
Y vuelvo a empezar

Cinco ratoncitos

Cinco ratoncitos
de colita gris
mueven las orejas mueven la nariz
uno, dos, tres, cuatro corren al rincón
porque ahí viene el gato a comer ratón

Una rata vieja

Una rata vieja que era planchadora
Por planchar su falda se quemó la cola
Se puso pomada y se amarró un trapito
Y a la pobre rata le quedó un rabito
Lero lero lero
Lero lero la
Esa rata vieja no sabe planchar

Se enojó la luna

Se- e- no- jó la lu- na
Se e- no- jó el lu-ce-ro
Por-que es-ta ni-ñi-ta
Ri-ño con el sue-ño

Este niño mío

Es-te ni-ño mi-o
No quie-re dor- mir
Cie-rra sus o-ji-tos
Y los vuel-ve ha a-brir

Niño lindo

Este niño lindo ya se va a dormir
Cierra sus ojitos y los vuelve abrir

Cancionero para Mamá y Papá (3/6)

Periquita

Periquita, periquita se parece a tu mama
Hacia un lado hacia el otro
Adelante y para atrás
Periquita, periquita se parece a tu mama
Hacia un lado hacia el otro
Una vuelta y nada más.

Los días de la semana

Hay solecito caliéntame poquito
Hoy y mañana y toda la semana
Lunes, martes, miércoles, jueves,
viernes, sábado y domingo
Son siete días que tiene la semana
Cinco para trabajar
Y dos para descansar

El chibiribiri

Meter la mano, sacar la mano
Meter la mano, sacúdela
Con el chibiribiri de la media vuelta
para para papa
(con todas las partes del cuerpo)

Periquito azul

En la tienda estaba un periquito azul
Entre pajaritos es muy popular y platicador
Y también muy querido
Buenos días lalala
Buenos días lalala
Así nos saludaremos
Buenos días lalala
Buenos días lalala
Así nos contestaremos.

Tres pececitos

Tres pececitos se fueron a nadar
Y el más pequeñito se fue al fondo del mar
Y un tiburón le dijo ven acá
No, no, no, no, no porque se enoja mi mamá
Que vengas acá que soy tu papá.

La vaca

Cuando la vaca va caminando
Va caminando, va caminando
Y si la vaca deja de vacar
Vaca, vaca vacabar muy mal.

La foca Ramona

La foca Ramona trabaja en un circo
con una pelota grandota, grandota.
La rueda hacia arriba.
La rueda hacia abajo.
Se sienta y saluda y come pescado.
Am, am, am.

Con las manos y una sonrisa

Con las manos y una sonrisa
las buenas tardes nos vamos a dar
ven conmigo yo soy tu amigo
y todos juntos hay que saltar,
lara, lara, lara

La vaquita

La vaquita, la vaquita
hace muu, hace muu
Mueve la colita, mueve la colita
Hace muu, hace muu.

Cancionero para Mamá y Papá (4/6)

Los dedos de mi manita

Canto de despedida
Uno es mi dedo que apunta el sol
Dos son los cuernos del caracol
Tres las patitas de un banco fuerte
Cuatro los pajaritos en una fuente
Cinco los dedos de mi manita
Que dice así adiós amiguitos
Mañana los veré me espera mi
Papito y un beso le daré.



“El gallito Bartolito”

(Acción explora)

Yo tengo un gallito que se llama Bartolito
Y cuando se pone el sol Bartolito hace miau, miau
No Bartolito ese es un gato.
Yo tengo un gallito que se llama Bartolito
Y cuando se pone el sol Bartolito hace muu, muu
No Bartolito esa es una vaca.
Yo tengo un gallito que se llama Bartolito
Y cuando se pone el sol Bartolito hace
Quiquiriquí, quiquiriquí.
Bravo Bartolito ese es un gallo.



Bienvenida amiga

Bienvenidas todas como están
Madres de familia muy bien,
Bienvenidas como están muy bien
Haremos lo posible por hacernos hoy amigas
Bienvenidas todas
Como están muy bien
Y así se va nombrando cada una hasta que todas
Hayan participado.



La mariposita

Canto de ambientación
Mariposita está en la cocina,
Haciendo chocolate para la madrina
Poti, poti, pata de palo
Ojo de vidrio y nariz de guacamaya.



“El gusanito”

(Acción explora)

¿Qué tienes ahí?
Es un gusanito
¿Con que lo alimentas?
Con pan y quesito
¿Lo matamos lo matamos?
No, pobrecito déjalo que se quede ahí
Dormidito otro ratito.

“El gusanito”

(Acción explora)

¿Qué tienes ahí?

Es un gusanito

¿Con que lo alimentas?

Con pan y quesito

¿Lo matamos lo matamos?

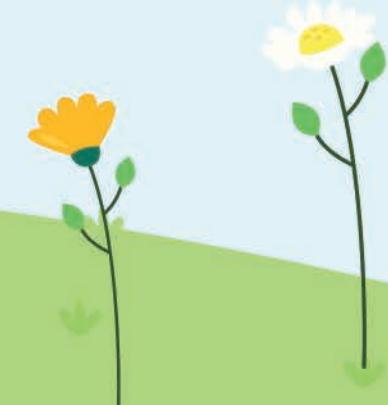
No, pobrecito déjalo que se quede ahí

Dormidito otro ratito.

La tía Mónica

Yo tengo una tía llamada Mónica,
que cuando va al mercado le dicen oh, lala
Así mueve las manos la tía Mónica, así mueve
las manos, así, así, así.

Yo tengo una tía llamada Mónica, que cuando
va al mercado le dicen Oh, lala
Así mueve la cintura, la tía Mónica
Así mueve la cintura, así, así, así.
(se siguen agregando las partes del cuerpo).



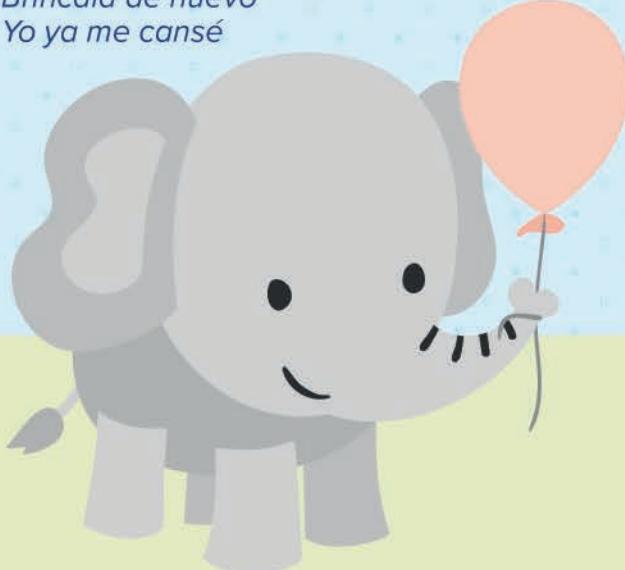
Cancionero para Mamá y Papá (5/6)

El juego del calentamiento

Este es el juego del calentamiento
hay que acatar la orden del sargento
jinete, a la carga, una mano, la otra,
un pie, la cintura, la cadera, etc.
Se va agregando una parte del cuerpo a la vez

Tengo una muñeca vestida de azul

Tengo una muñeca
Vestida de azul
Con sus zapatitos
Y su canesú
La lleve a la playa
Se me constipó
La lleve a la casa
La niña lloró
Brinca la tablita
Yo ya la brinqué
Brincala de nuevo
Yo ya me cansé



“Si la lluvia fuera de caramelo”

(Acción comer)

Si las gotas de lluvia fueran de caramelo, me
encantaría poder estar ahí.
Abriendo la boca para saborearla, ah, ha, ha
Si las gotas de lluvia fueran de chocolate, me
encantaría poder estar ahí.
Abriendo la boca para saborearla ah, ah, ah

“Papá elefante”

(Acción comer)

Tempranito a comer, llegó papa elefante,
Se aflojo su cinturón, se soltó sus dos tirantes.
Y papa elefante contento y barrigón se sirvió la
sopa con el cucharón.
Junto a él un elefantito estaba sentadito sin comer,
solo jugueteaba sonando la cuchara sin comer.
Haber hijito si comes la sopa y cuando comas
no sorber la boca.
Pero papaíto es que no me gusta sopa de lenteja ni frijol,
Quiero un pedacito que sea muy grandote de aquel
pastelote de limón.

“Josefina la gallina”

(Acción corre)

Josefina la gallina es muy fina, es muy fina.
Pero cuando escucha esta canción
se pone malulina.
Y corre, corre, corre, salta, salta, salta, gira,
gira, gira y vuela, vuela, vuela.
Josefina la gallina es muy fina, es muy fina...

Pin pon

Pimpon es un muñeco
Muy grande de cartón
Se la va su carita con agua
y con jabón
Se desenreda el pelo
Con peine de marfil
Aunque se dé estirones
No llora ni hace así.

Pimpon dame la mano
con un fuerte apretón
Que quiero ser tú
Amigo pin, pon, pin, pon.

Cancionero para Mamá y Papá (6/6)

Cu cú, cu cú

Cu cú, cu cú
Cu cú cantaba la rana
Cu cú debajo del agua.
Cu cú pasó un caballero
Cu cú con capa y sombrero.
Cu cú pasó una señora
Cu cú con traje de cola.
Cu cú pasó un marinero
Cu cú vendiendo romero.
Cu cú le pidió un ramito.
Cu cú no le quiso dar.
Cu cú y se echó a llorar

El patio de mi casa

El patio de mi casa es particular
se moja y se seca como los demás.
Agáchense y vuélvanse a agachar
las niñas bonitas se saben agachar.
Chocolate, molinillo,
chocolate, molinillo,
estirar, estirar que la reina va a pasar.
Dicen que soy, que soy una cojita
y si lo soy, lo soy de mentiritas,
desde chiquita me quedé,
me quedé padeciendo de este pie
padeciendo de este pie.

El la cuida todo el día

Y le procura el alimento
Ella muge de alegría
Él se siente muy contento
Pero dormido se queda
Cuando el cansancio lo vence
Pero bonita lo despierta
De una lamida en la frente.
Mu, mu, mu
Tin, tin, tin (2 veces)
La vaquita de Martin



La vaquita de San Martín

(canto de despedida)
Un niñito chiquitín
Tiene una vaca pintita
El es mi amigo Martin
Ella se llama bonita.
La vaquita de Martin
Va bajando la ladera
Va sonando su tin tin
Va rumbo a la pradera.
Mu, mu, mu
Tin, tin, tin (2 veces)
La vaquita de Martin.

La vaca pinta bonita

Va bajando por el cerro
Y como va contentita
Va sonando su cencerro
Y cuando el sol se ha metido
Y la noche el pasto cubre
Con bonita sueña el niño
Correteando en una nube
Mu, mu, mu
Tin, tin, tin (2 veces)
La vaquita de Martin.

Anexo 2

Ficha de Identificación de la niña o niño

La finalidad de la ficha es que padres, madres y/o cuidadores documenten la historia de su hijo durante sus primeros cuatro años de vida. Se recomienda que sea la mamá o cuidador (a) quien llena y conserva la Ficha, que se apoye de la información que tiene y de lo que saben las demás personas que se relacionan con el niño o la niña.

DATOS PERSONALES			
Nombre del niño o niña.			
Fecha de nacimiento			
Lugar de nacimiento			
¿Por qué se llama así?			
¿Fue un niño (a) planeado?			
¿Tiene Acta de Nacimiento?			
CURP			
¿Tiene Cartilla de Vacunación?			
Otros			
CONTEXTO COMUNITARIO			
¿Hay agua potable?		¿Es un lugar seguro?	
¿Conoce la comunidad?		¿Convive con la naturaleza?	
¿Convive con la animales?		¿Con qué animales?	
¿Hay espacios recreativos para los niños (as)?			
¿Hacen sentirse parte de la comunidad al niño (a)?			
Otros			

Anexo 2

COMPOSICION E HISTORIA FAMILIAR

¿Cómo está conformada la familia?	¿Cuántos hermanos tiene?	¿Qué número ocupa en la familia?
¿Juega con sus hermanos?	¿A qué, cómo o con qué juega?	¿Cuáles son sus juguetes preferidos?
¿Con qué personas se relaciona habitualmente?	¿Cómo se relaciona con los adultos?	¿Realizan actividades en familia? ¿Cuáles?
¿Comen juntos? ¿Por qué?	¿Cómo le hacen saber sobre la llegada de un nuevo miembro de la familia?	¿Hay momentos de celebración en la familia? ¿Cuáles?
¿Cómo es el niño (a)? Describa	¿Qué es lo que le gusta hacer?	¿Cuál fue su primera palabra?
¿Cómo es la casa donde vive?		
¿Cuántas habitaciones tiene?	¿Hay baño?	¿Hay un horario para la comida familiar?
¿Dejan al niño (a) desplazarse por el espacio?		
Otros		

Anexo 2

HISTORIA CLÍNICA

¿Cómo se sintieron al enterarse del embarazo?

¿Cómo se sintió la mamá durante el embarazo?

¿Cómo fue el embarazo?

¿La mamá asistió a sus consultas médicas con periodicidad durante el embarazo?

¿Cuáles síntomas del embarazo tuvo?

¿Cómo fue el parto (natural o cesárea y motivos)

¿Cuánto peso al nacer?

¿Cuánto midió al nacer?

¿Tomo o toma leche materna?

¿Cuánto tiempo tomo?

¿Cuándo fue la introducción de los primeros alimentos sólidos?

¿Cuándo gateó?

¿A qué edad caminó?

¿Cuáles hábitos higiénicos se le han inculcado? (baño, lavado de dientes, lavado de manos).

¿Tiene su esquema de vacunación completo?

¿Lo han operado? (quirúrgica)

¿Se ha enfermado?

¿Cuáles enfermedades ha padecido?

¿Qué le gusta comer?

¿Tiene alguna discapacidad? ¿Cuál?

¿Con qué servicios médicos cuenta?

¿A qué edad aprendió a hacer del baño? (Control de esfínter).

¿Qué cosas le cuestan trabajo o se le dificulta hacer?

¿A qué edad le salieron los dientes?

¿Tienen cepillo de dientes?

Otros.

Anexo 2

DESARROLLO INFANTIL ALCANZADO

¿La mamá o papá tiene un plan de mejora?

¿Cuáles son las competencias que ha desarrollado en niño (a)?

¿Cuáles son los dibujos o materiales que se han elaborado para apoyar el desarrollo de competencias del niño o niña? (Ver portafolio).

¿Cómo ha ido cambiando su manera de ser?

Cuenta logros o anécdotas de las cosas que hizo el niño (a) por primera vez, cuando descubre su mano, primera palabra, primeros pasos, cuando dejo el pañal, cuando su primera sonrisa, sobre sus posiciones al dormir, cuando come solo, lo que les hace sentir tener un hijo, sus ilusiones o expectativas, sus deseos hacia el hijo (a), primeros dientes, edad en que se sienta, edad en que gatea, corre, etc.

Anexo 2

HUELLAS

HUELLA DE SU MANO

HUELLA DE SU PIE

DIBUJO DEL ARBOL GENEALÓGICO DE LA FAMILIA

Cuenta logros o anécdotas de las cosas que hizo el niño (a) por primera vez, cuando descubre su mano, primera palabra, primeros pasos, cuando dejo el pañal, cuando su primera sonrisa, sobre sus posiciones al dormir, cuando come solo, lo que les hace sentir tener un hijo, sus ilusiones o expectativas, sus deseos hacia el hijo (a), primeros dientes, edad en que se sienta, edad en que gatea, corre, etc.



Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN



seg.guanajuato.gob.mx