

curú

Carpeta de crecimiento

**TU NIÑA
O NIÑO
POR NACER**

**EMBARAZO Y
POSPARTO**

Confirmación
del embarazo

Primeros
cambios

Desarrollo
embrionario

Respiración
consciente

La presencia
de papá

Nutrición

Neurociencias
prenatales

Bienestar
prenatal

Estímulo
prenatal

Tu niña (o)
interior

Preparar el parto

Preparar el
nacimiento

Prepararte para
tu propia historia

Preparar la
lactancia

Preparar la
red de apoyo

Semana 40

Posparto

Dificultades
posparto

FUNDACIÓN
FEMSA

TIENES UN ALIADO EN EL RETO Y LA AVENTURA DE EDUCAR



¡Algo de lo que puedes esperar en esta maravillosa y desafiante etapa!

Gracias a las últimas investigaciones, se ha podido observar la conducta del bebé a lo largo de la gestación y cómo el aprendizaje comienza antes de lo que imaginábamos. **Los sonidos, la música y las voces que rodean a tu bebé le influyen y le dan la información necesaria para ubicarse en el mundo desde antes de nacer.**

Se ha demostrado que elementos como la música, el masaje y los cuentos pueden ser sumamente disfrutables y vinculantes desde el embarazo. Además de que favorecen el desarrollo físico, mental, sensorial y emocional de tu bebé.



TEMA DE DESARROLLO:
**Segundo trimestre
de embarazo**



A continuación te presentamos algunas ideas que pueden hacer mamá, papá o cuidadores primarios para comunicarse afectiva y efectivamente con la o el bebé. Es importante tomar en cuenta a mamá.

MÚSICA

En esta consciencia de que lo que le transmites a tu bebé a través de la vibración de las notas, el sonido de tu voz es lo que más le emociona, así que canta con libertad. **“Las vibraciones de la voz materna masajean y estimulan al bebé intrauterino, fortaleciendo su fisiología y su desarrollo psicoemocional.”**



MASAJE:

El tocar a tu bebé desde que vive dentro de ti permite que vaya sintiendo el movimiento de tus manos y comience a interactuar con ellas. Observa como al contacto interactúa, ya sea con patadas o al contrario, deteniendo el movimiento.

Con un poco de aceite natural dale o (permite que tu pareja lo haga), un pequeño masaje para hidratar tu pancita.



CUENTOS



La lectura tiene un valor esencial en esta etapa, tanto lo que lees como la forma en que lo narras genera un sentido de vibración en tu voz. **Comparte lecturas que disfrutes con tu bebé.** Te sorprenderás como lo recordará una vez que haya nacido.

IDEA para papá y otros cuidadores primarios



Si quieres un espacio para estimular a tu bebé, **asegúrate de que mamá está disponible física y emocionalmente, pues transmite su estado de ánimo al vientre.**

Si vas a poner música, procura que sea algo que les haga sentir bien a ambos. También que esté en una postura cómoda, sin presiones ni distracciones para que puedan disfrutar del momento.



IDEA *para ti*



El que tu bebé perciba información, no quiere decir que le estimes todo el día. La comunicación significativa se da de manera *espontánea, afectuosa y respetuosa.*

Busca estos espacios y mejor aún, invita a tu pareja a compartirlos también.



Consulta o descarga la **ACTIVIDAD RECOMENDADA** para hacer una sesión de **MÚSICA PRENATAL.**

¡ANÓTALO!



Las canciones que le tranquilizan son:

Las canciones que le animan son:

Las canciones que no le gustan son:

(Que quede grabado en tu memoria)



¡BRAVO!

SIGUE AVANZANDO

Con la música, los cuentos y el tacto, se van generando conexiones neuronales que le durarán para toda la vida.

¡Felicidades!

Cada interacción se transformará en caminos a su cerebro y a su corazón.
Sigue avanzando.

¡Ya vas aquí!



- Confirmación del embarazo ✓
- Primeros cambios ✓
- Desarrollo embrionario ✓
- Respiración consciente ✓
- La presencia de papá ✓
- Nutrición ✓
- Neurociencias prenatales ✓
- Bienestar prenatal ✓
- Estímulo prenatal ✓
- Tu niña(o) interior
- Preparar el parto
- Preparar el nacimiento



*¡Hasta la próxima nota de crecimiento!
Lograrán grandes cosas, un objetivo a la vez.*

Esta compilación de consejos de crianza fue posible gracias al compromiso de Fundación FEMSA con la infancia.

Visita www.proyectodei.org para más información y herramientas.
©2017 Proyecto DEI. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.

¡Felicidades!

Cada interacción se transformará en caminos a su cerebro y a su corazón.
Sigue avanzando.

- Prepararte para tu propia historia
- Preparar la lactancia
- Preparar la red de apoyo
- Semana 40
- Posparto
- Dificultades posparto

*¡Hasta la próxima nota de crecimiento!
Lograrán grandes cosas, un objetivo a la vez.*



Esta compilación de consejos de crianza fue posible gracias al compromiso de Fundación FEMSA con la infancia.

Visita www.proyectodei.org para más información y herramientas.
©2017 Proyecto DEI. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.