

# curú

*Carpeta de crecimiento*

**TU NIÑA  
O NIÑO  
NACE**

**0 A 3  
MESES**

**Introducción**

**Necesita diferentes posturas**

**Fortalece el lazo**

**Descubre el mundo**

**Empieza a comunicar**

**Sigue con la mirada**

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!*

A través de los cuidados que le das a tu niña o niño, la forma de cargarle, tu voz y tu olor, estableces las bases de la relación. Se van conociendo y se fortalece el lazo.

En esta etapa, es común que tengas expectativas irreales, como la de una niña o niño ideal o la de una crianza perfecta. Es normal que en algunos momentos sientas que ya no puedes y que te preguntes en qué te has metido, y te invada una ola de ansiedad. Es una etapa de intensas emociones y de adaptación.



TEMA DE DESARROLLO:  
*Seguridad*



Respira hondo y repite “no necesita a una mamá, papá o cuidador primario perfecto”, lo que necesita es tu presencia, tu amor, tu mirada y tu voz. Alguien con la disposición de escucharle, entenderle y responder a sus necesidades físicas y emocionales.

**No trates de resolver todo sin ayuda.**

Busca una red de apoyo. Les vendrá bien a ti y a tu niña o niño. Atrévete a delegar un poco. Si estás de pie, siéntate, estás sentada o sentado, acuéstate. Necesitas cuidarte para poder cuidar. **¡Date permiso!**



# IDEA para tu niña o niño



Si a veces no logras entender lo que necesita, no te alarmes, está equipada o equipado para tolerar que a veces no le entiendas.



Tu amor y comprensión son la base para su bienestar físico y emocional.

# IDEA *para ti*



Si estás por regresar a trabajar, consulta la revista de crianza “**Unificar la crianza entre mamá, papá, abuelos y otros cuidadores**”, para que des ese paso con confianza y tranquilidad.



Consulta o descarga la ACTIVIDAD RECOMENDADA para consultar **LA GUÍA DE CARGADO.**

# ¡ANÓTALO!



Pláticale algo cuando le tengas en tus brazos. Anota aquí lo que te diga, te haga sentir y te invite a responder de regreso.

---

---

---

---

---

*(Que quede guardado en tu memoria)*



¡BRAVO!

**SIGUE AVANZANDO**

---

Los brazos de mamá, papá y cuidadores, son todo lo que necesita para crecer con la certeza de que le quieren.

# ¡Felicidades!

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

- Introducción ✓
- Necesita diferentes posturas ✓
- Fortalece el lazo ✓
- Descubre el mundo
- Empieza a comunicar
- Sigue con la mirada

*¡Ya vas aquí!*

*¡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](http://www.proyectodei.org) para más información y herramientas.  
©2017 Proyecto DEI. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.