



ALUMNO: ENOC VILLANEY CRUZ MENDEZ

DOCENTE: GUADALUPE DE LOURDES ABARCA
FIGUEROA

TRABAJO: ENSAYO *“IMPORTANCIA DE LA
ESTIMULACION TEMPRANA”*

MATERIA: ESTIMULACION TEMPRANA

GRADO: CUARTO CUATRIMESTRE

GRUPO: “A”

COMITAN DE DOMINGUEZ CHIAPAS, A 14 DE NOVIEMBRE DE 2023

Importancia de la estimulación temprana

Introducción

Tanto los animales como los seres humanos aprendemos por interacción con aquellos estímulos que nos rodea. Por lo tanto, es lógico pensar que cuanto antes comience dicha estimulación y más se potencie, tenemos más posibilidades de aprender y mejorar nuestras habilidades.

Estos son los principios que rigen la estimulación temprana. Mediante estas dinámicas y actividades se potencian las capacidades y habilidades de los niños, facilitando su desarrollo físico, psicológico y social.

Es por ello que en este presente ensayo, abordaremos cada uno de los temas más relevantes sobre la “importancia de la estimulación temprana” durante el desarrollo de los niños y como los padres pueden ayudarlos a lo largo de este proceso, así como también lograrían fortalecer los vínculos afectivos entre padres e hijos/as.

¿Qué es la estimulación temprana?

Las actividades de estimulación temprana se basan en una serie de ejercicios que tienen como objetivo potenciar el desarrollo del niño o niña, tanto a nivel intelectual, como físico y social. Estas prácticas pueden iniciarse desde el mismo instante del nacimiento del bebé y continuar practicándose hasta los 6 años de edad.

Es necesario concretar que existen una serie de rutinas o prácticas específicas para cada una de las etapas de niño, adecuadas al nivel de desarrollo propio de la edad. El motivo de que la franja de edad ideal para realizar estos ejercicios sea hasta los 6 años es que hasta esta edad, el niño goza de una mayor **plasticidad cerebral**.

El concepto de plasticidad cerebral hace referencia a la capacidad que tiene el sistema nervioso de cambiar y modificarse como reacción a la interacción con el entorno. Esto significa que, mediante una estimulación adecuada, nuestro cerebro tiene la capacidad de crear nuevas sinapsis y circuitos neuronales que le permiten potenciar o mejorar la actividad y el rendimiento de ciertas áreas cerebrales.

Importancia de la estimulación a niños.

Estos ejercicios pueden practicarse tanto en niños sanos, con la intención de potenciar sus habilidades, como con niños con algún tipo de trastorno o afección que afecte a su desarrollo. De esta manera se estimulan sus capacidades de compensación y se mejoran sus habilidades físicas y psicológicas.

Además, estas dinámicas pueden llevarse a cabo tanto dentro del hogar como en escuelas y guarderías especializadas. Tras un pequeño periodo informativo, aquellos padres que lo deseen pueden realizar todos estos ejercicios en la comodidad del hogar, fortaleciendo así también los vínculos afectivos entre padres e hijos.

El principal objetivo de la estimulación temprana es que, mediante la realización de una serie de actividades estimulantes, el niño desarrolle incrementemente su autonomía e independencia. De la misma manera, se pueden conseguir grandes avances en el desarrollo físico, cognitivo, las habilidades de comunicación y el aspecto sensorial.

Se sienta las bases para el éxito académico, emocional y social a lo largo de la vida. Proporciona a los niños las herramientas y habilidades necesarias para enfrentar nuevos desafíos, aprender de manera efectiva y establecer relaciones saludables. Por lo tanto, invertir en la estimulación de los niños desde una edad temprana es fundamental para promover un desarrollo saludable y completo.

Como establecer planes de estimulación temprana.

Antes que nada, es necesario elaborar un plan o programa específico para cada niño. Este programa debe estar ajustado tanto a las necesidades del pequeño, como a la disponibilidad y nivel de implicación de los padres, y a los recursos del hogar.

De esta manera, se podrán ir evaluando poco a poco los avances y progresos del niño según unos objetivos mínimos marcados. Con un plan de actividades adecuado, los padres podrán potenciar todas aquellas áreas del niño que les interesen.

Los padres deben tener paciencia, y ser conscientes de que no se pueden establecer tiempos demasiado estrictos a la hora de conseguir unos objetivos puesto que no existe

una temporalidad preestablecida que dicte cómo y cuándo el bebé habrá logrado un objetivo.

Lo más importante es proporcionar al menor una serie de ejercicios adecuados a su edad, con los cuales trabajar y aumentar su **autoestima**. Paulatinamente, los padres o encargados de llevar a cabo los ejercicios irán modificando los objetivos del plan según el desarrollo del pequeño así como de los resultados obtenidos.

El primer paso siempre será crear un **vínculo emocional y afectivo** con el pequeño, generando un espacio de confianza en el que se sienta cómodo y seguro para interactuar con nosotros.

Áreas a estimular en el niño.

Una vez conseguido el vínculo emocional y afectivo con el menor, el adulto encargado de llevar la estimulación temprana, puede iniciar el trabajo del resto de áreas. Estimular a un niño en diversas áreas es esencial para un desarrollo integral y un aprendizaje efectivo. Hay varias áreas clave que se deben considerar al estimular a un niño, tanto en el hogar como en el entorno escolar.

Estas áreas incluyen:

- **Área emocional:** desarrollo de la autonomía e independencia del niño, así como el reconocimiento y expresión de emociones.
- **Área cognitiva:** desarrollo del intelecto y los conocimientos del niño.
- **Área motriz:** desarrollo de la motricidad gruesa y fina, potenciación del control muscular y la coordinación.
- **Área social:** desarrollo de las habilidades de interacción con el entorno.
- **Área de lenguaje:** desarrollo de la expresión y comprensión del lenguaje.
- **Creatividad y Arte:** Animar a los niños a explorar diferentes formas de expresión creativa.
- **Resolución de Problemas y Pensamiento Crítico:** Plantear preguntas abiertas y desafiantes que requieran reflexión y análisis.

- **Autonomía y Responsabilidad:** Dar a los niños oportunidades para tomar decisiones y asumir responsabilidades adecuadas para su edad.
- **Ciencia y Exploración:** Ofrecer actividades que fomenten la curiosidad científica y la exploración del entorno.
- **Tecnología y Medios:** Fomentar el uso responsable y creativo de dispositivos electrónicos.

Aspectos psicológicos de la estimulación temprana.

¿Alguna vez nos hemos preguntado el motivo por el que los seres humanos dependemos de los padres durante tanto tiempo en comparación con el resto de animales? La razón básica estriba en nuestro cerebro, cuya maduración requiere mucho más tiempo que el de la mayoría de especies.

Pero esta circunstancia que puede parecer en principio negativa conlleva, en realidad, una enorme ventaja: el bebé será capaz de adaptarse mucho mejor al entorno y a las circunstancias cambiantes que cualquier otro animal cuyo cerebro ya esté *programado* en el momento de nacer. Disponer de un cerebro moldeable es lo que ha permitido a la especie humana progresar y sobrevivir incluso ante las condiciones naturales más adversas.

En la actualidad no existen estudios fiables que determinen si la estimulación temprana realmente resulta efectiva o no en el desarrollo neuronal de un bebé. El problema es que no es posible volver atrás y probar que hubiera pasado si se hubiera actuado de manera diferente. Es cierto que un programa de estimulación puede resultar pesado y rutinario para los padres, ya que exige una cierta dedicación diaria. Pero, a pesar de que algunos autores puedan dudar de su efectividad, el tiempo invertido con los hijos siempre resulta provechoso.

La estimulación del bebé refuerza el vínculo emocional con los padres.

La estimulación empieza con actividades de contacto con el bebé. Se reforzará el vínculo emocional, afectivo, a través de masajes y estímulos sensoriales, entre padres e hijos/as. A partir de ahí, se dará inicio a las actividades de motricidad gruesa, fina, de concentración y de lenguaje.

El juego es una efectiva herramienta de estimulación para los bebés, porque como hemos comentado, en un ambiente lúdico y relajado todo el mundo aprende sin ser conscientes de ello y se retienen mejor las cosas porque no hay presión, ni nadie se siente evaluado.

A través del juego, los padres pueden observar el comportamiento de su hijo y conocer sus necesidades, deseos, gustos, e inquietudes. En la estimulación temprana se debe buscar el equilibrio. Por eso, debe ser integral, tanto física como intelectual. Si un niño solo aprende a jugar con la pelota y no es adecuadamente estimulado en la lectura, por ejemplo, será un genio en el deporte, pero se sentirá incapaz de leer un libro.

Consejos de estimulación temprana de los bebés para los padres.

Lo que recomendaría un psicólogo o un terapeuta es lo siguiente, además nosotros como profesionales podemos otorgarles algunas recomendaciones para continuar la estimulación en casa, como:

Principios de neurodesarrollo:

- Los primeros años de vida son cruciales para el desarrollo cerebral. La estimulación temprana influye en la plasticidad cerebral, la capacidad del cerebro para adaptarse y cambiar en respuesta a las experiencias.
- La estimulación sensorial activa redes neuronales y conexiones sinápticas, fortaleciendo las vías neuronales responsables del aprendizaje, el lenguaje y las habilidades motoras.

Sensibilidad materna y apego seguro:

- La sensibilidad materna, la capacidad de responder de manera adecuada a las señales del bebé, es fundamental para establecer un apego seguro.
- Un apego seguro proporciona una base emocional sólida para la exploración del mundo y la búsqueda activa de estímulos, ya que el bebé se siente seguro para alejarse y regresar.

Estimulación multisensorial:

- La estimulación temprana debe abordar múltiples sentidos, como el tacto, la vista, el oído y el olfato. Esto promueve la integración sensorial y mejora la capacidad del bebé para comprender y procesar información del entorno.

Importancia del juego:

- El juego es la principal forma en que los bebés exploran y comprenden su mundo. El juego interactivo, como el juego de escondite o el seguimiento de objetos en movimiento, estimula el desarrollo cognitivo y social.

Regulación emocional:

- La estimulación temprana también implica ayudar al bebé a aprender a regular sus emociones. Los padres pueden ser modelos para mostrar cómo manejar las emociones de manera saludable.

Zona de Desarrollo Próximo:

- La teoría de la Zona de Desarrollo Próximo de Vygotsky es relevante en la estimulación temprana. Significa proporcionar actividades y desafíos que estén ligeramente más allá del nivel de desarrollo actual del bebé, alentando su avance.

Aprendizaje a través del modelado:

- Los bebés aprenden imitando a los adultos y observando sus acciones. Los padres y cuidadores pueden modelar comportamientos y habilidades, lo que incentiva el aprendizaje activo.

Crianza responsiva:

- Responder rápidamente a las necesidades y señales del bebé fortalece su sensación de seguridad y confianza. La crianza responsable refuerza el sentido de que sus acciones y comunicaciones son importantes.

Planes individualizados:

- Cada bebé es único. Un enfoque individualizado considera el ritmo de desarrollo, las preferencias y las capacidades únicas del bebé para proporcionar la estimulación adecuada.

Importancia de la variabilidad:

- La exposición a una variedad de estímulos y experiencias contribuye al desarrollo de conexiones neuronales más ricas y complejas, lo que resulta en una mayor flexibilidad cognitiva y emocional.

Enfoque integrador de la estimulación temprana en la primera infancia.

La primera infancia es un período crítico en el desarrollo humano, durante el cual los cimientos para el crecimiento físico, cognitivo, emocional y social se establecen de manera significativa. La estimulación temprana en este período tiene un impacto profundo en la vida futura de un individuo. Un enfoque integrador de la estimulación temprana se presenta como una perspectiva holística y centrada en el niño que reconoce la complejidad y la interconexión de las diferentes áreas de desarrollo.

Desde una perspectiva psicológica, la primera infancia es un período donde se desarrollan las bases de la vida emocional de un individuo. La interacción con cuidadores y figuras significativas tiene un impacto profundo en la formación del apego seguro, que actúa como un modelo para futuras relaciones.

La estimulación temprana que promueve el contacto afectuoso, la atención sensible y la respuesta a las necesidades emocionales del niño contribuye a un sentido de seguridad, autoestima y resiliencia emocional.

Conclusión:

Como hemos logrado entender, la **estimulación temprana** es uno de los temas más importantes que todos deberíamos conocer y aplicar en el proceso de desarrollo de los niños tanto en el hogar como en la escuela; pues durante los primeros años de su crecimiento ellos adquieren gran parte de los conocimientos necesarios para afrontar las distintas situaciones que algún día como adolescentes y personas adultas tendrán que resolver de la mejor manera.

Del mismo modo, hemos comprendido cuán importante es que los padres sean los encargados de llevar a cabo cada una de las diferentes “estrategias” de estimulación que son indispensables para que sus hijos logren un desarrollo integral en todas las áreas: cognitiva, emocional, social y física. Ya que hacerlo les permitirá crear un ambiente de mayor confianza entre padres e hijos/as.

Finalmente, podemos concluir diciendo que la estimulación temprana es aún un tema desconocido por la mayoría, y las personas que lo aplican solamente se enfocan en una o dos áreas específicas, dejando a un lado otras que son muy importantes estimular durante el desarrollo de los niños.

Afortunadamente para una minoría estos ejercicios de estimulación ya son conocidos y depende de estas personas llevarlos a cabo durante el crecimiento de sus pequeños y ayudarlos a alcanzar un nivel de desarrollo más completo.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LPS/5731972696299b6fc516a7b7b9ef2fee-LC-LPS404%20%20ESTIMULACI%C3%93N%20TEMPRANA%20UDS.pdf>

<https://psicologiaymente.com/desarrollo/estimulacion-temprana>