

# PROGRAMA MADRE CANGURO INTEGRAL

¿Los pediatras me dicen constantemente que mi hijo debe gatear, pero él no quiere hacerlo qué debo hacer para ayudarlo?



FUNDACIÓN CANGURO



## ¿QUÉ ES EL GATEO?

Es la habilidad del niño para desplazarse de un lugar a otro utilizando alternativamente sus piernas y brazos. La posición de gateo ideal es la posición de cuatro patas: sin embargo, el niño puede arrastrarse sentado o metiendo hacia adentro una de las piernas. El gateo se logra entre los 7½ y 10 meses.

## ¿PARA QUÉ SIRVE EL GATEO?

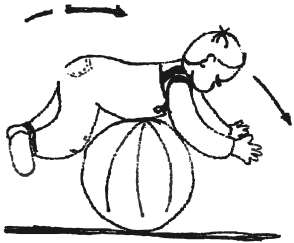
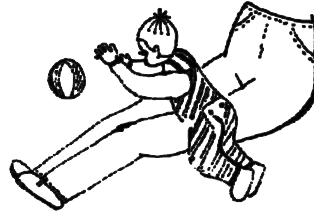
- Es la base de la coordinación futura del niño. De éste dependerá la capacidad de caminar, explorar y la capacidad deportiva que el niño tendrá.
- Ayuda a coordinar ambos lados del cuerpo y la utilización simultánea de ambos brazos y piernas. Además fortalece el cuerpo.
- Permite al niño explorar el ambiente y comprender las nociones de lejos y cerca.
- Favorece la capacidad de resolver problemas y obtener sus propias metas.



## ¿CÓMO ESTIMULAR EL GATEO?

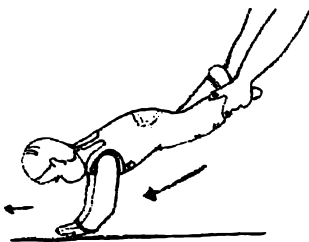
Coloque al niño bocabajo y al lado de él pida al hermanito que gatee hacia adelante. El bebé al verlo intentará imitarlo desplazándose hacia atrás o adelante.

Recuéstese en el suelo, coloque al niño a un la suyo de tal forma que tenga las rodillas en el suelo y se incline sobre su estomago. Coloque un juguete al otro lado, el niño en su intento por apoderarse del juguete se acostará a través de usted y se empujará con sus pies.



Coja su hijo de pecho y el estomago (con las dos manos), impúselo hacia delante hasta que toque una superficie dura o un objeto profundo, el niño estirará los brazos y se apoyará en sus manos abiertas. Este ejercicio puede hacerlo también sobre una pelota grande o un rollo ancho.

Coloque al bebé en cuatro patas sobre el piso o una superficie dura, eleve y sostenga la barriga de su niño con su mano o colocando una tela o toalla en forma de cabestrillo alrededor del estomago. Sosténgala con ambas manos detrás de la espalda. Luego de unos segundos suéltela para que el niño se sostenga por si mismo y desarrollé fuerza en sus piernas.



Coloque al niño boca abajo en el piso; cójalo por los tobillos y eleve sus piernas a una altura de 20 cm. del piso, muévalas hacia un lado y el otro en forma alterna... El se verá obligado a caminar sobre las manos, moviendo primero la izquierda y después la derecha. Esto fortalece los brazos.

## CONDICIONES PARA EL GATEO

- ✓ El niño debe tener vestidos cómodos.
- ✓ Colocarlos en el piso o encima de una colchoneta por varias horas al día
- ✓ Motivélo con objetos u otros niños
- ✓ Asegurese que el ambiente donde coloque al bebé este libre de peligros (escaleras, puntas, objetos peligrosos)
- ✓ Respete el ritmo del niño, no lo estimule todo el tiempo.



### RECUERDE:

Gatear adecuadamente exige al niño mover en forma coordinada y alternativa, la cabeza, brazo y pierna contralateral, además de mantener un buen tono del cuello, cabeza y tronco