Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Juego en el lactante de 1 a 6 meses

En los niños de 0 a 3 años, juego y movimiento están muy relacionados. En estas primeras etapas, tanto el desarrollo psicomotor grueso (*desplazarse*, *saltar*, *correr*, etc.) como el fino (*manipulación*) son muy importantes.

El juego es algo innato en el niño. Constituye un medio de socialización. A través del mismo, se establecen las primeras interacciones con el adulto y con sus iguales.

Las canciones y la música en general, también forman parte del juego. La música favorece el desarrollo cerebral desde el embarazo. El oído está formado completamente al quinto mes y reacciona a los sonidos a partir del sexto mes de gestación. Las canciones les entretienen y sirven para iniciar a los más pequeños en el mundo de la música.

En los primeros meses de vida, el desarrollo psicomotor y de los órganos de los sentidos ocurren de forma secuencial. Y de su maduración dependerá el juego en los primeros meses de vida.

Hoy en día se recomienda dormir boca arriba para evitar el Síndrome de Muerta Súbita del Lactante. Esto hace que el niño pase menos tiempo en otras posiciones. Jugar libremente boca abajo y en otras posiciones favorece la aparición de otros patrones motores, como el volteo, el arrastre o el gateo. Por ello, se debe intentar que el niño juegue en otras posiciones que no sea sentado y tumbado boca arriba.

Durante el primer y segundo mes de vida, cuando el bebé está boca abajo empieza a levantar la cabeza, fija la mirada y le llaman la atención los objetos con movimiento y de colores vivos. Por ello, serán útiles los móviles de cuna y las canciones, cantadas preferentemente por los padres o la música instrumental.

Entre los tres y cuatro meses de vida, se descubren las manos y juegan con ellas. Se ríen cuando los papas juegan con ellos. Intentan coger los objetos cuando se los aproximamos. Los podrán sostener con las manos y llevárselos a la boca para su exploración. Por ello, los juguetes idóneos en estos meses de vida son los sonajeros de colores y los objetos de colores vivos y de gran tamaño para poder manipularlos.

A través del oído, el bebé interactúa con la música. Se le puede presentar un objeto musical con canciones populares o cantarle canciones como "*debajo un botón*" ó "*cinco lobitos*". El responderá con risas y gorgoteos.

A los cinco y seis meses de vida, se descubren los pies. Juega con ellos y con las manos. Se mantiene sentado con ayuda. Coge y mueve un sonajero u otros objetos. Y se voltea. Por ello son útiles en esta fase del desarrollo objetos de goma para chapotear en el agua (donde disfrutan y se sienten a gusto), alfombras de tela con actividades, mordedores que alivian las molestias de la dentición. Al escuchar canciones o música, comienzan a balbucear. En este momento, las canciones con gestos son las más adecuadas para ellos.

Lo más importante, es compartir con tu bebe tiempo de juego. Ésto le ayudará en los primeros meses de vida a mejorar su desarrollo psicomotor y a crear el vínculo afectivo con los papas. Y a tener mayor seguridad en si mismo en las siguientes etapas.

Otros enlaces de interés

- ¿Por qué se debe jugar con los bebés boca abajo? En: *FAMIPED*, volumen 3, nº1; febrero 2010
- La música y el desarrollo psicomotor en la infancia: de 0 a 5 años En: *FAMIPED*, volumen 2, nº3; septiembre 2009

Fecha de publicación: 6-12-2014

Autor/es:

- Eva Suárez Vicent. Pediatra. Centro de Salud "Burriana II". Burriana (Castellón)

BY NC ND