

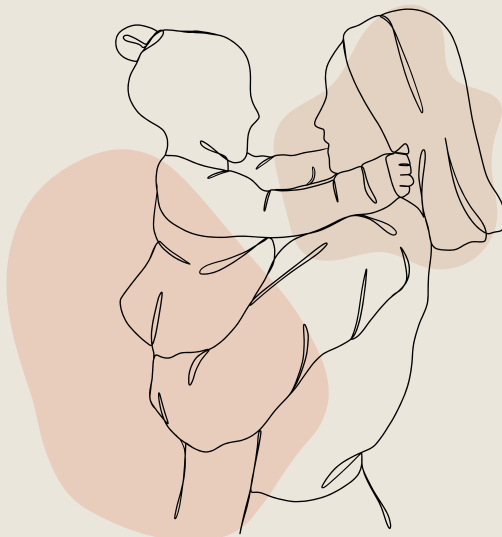


Fundación "la Caixa"

ESPACIOS FAMILIARES 0-3

guía para familias

8-DESARROLLO Y AUTONOMÍA



CaixaProinfancia

Guía para las familias participantes en el proyecto Espacios Familiares 0-3 de CaixaProinfancia

© *Guía para familias. Desarrollo y autonomía (2023)*

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del *copyright*. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal).

Noviembre del 2023.

Autoría: Grupo de investigación PSITIC de la Universidad Ramon Llull, dirección científica del programa CaixaProinfancia. Núria Alsina, Pia Domenech, Irene Cussó, Jordi Longás y Jordi Riera.

© del contenido, Núria Alsina, 2023

© del diseño y creación, Pia Domenech, 2023

© de la edición, Fundación “la Caixa”

Pl. de Weyler, 3 - 07001 Palma

D.L.: B 10814-2024

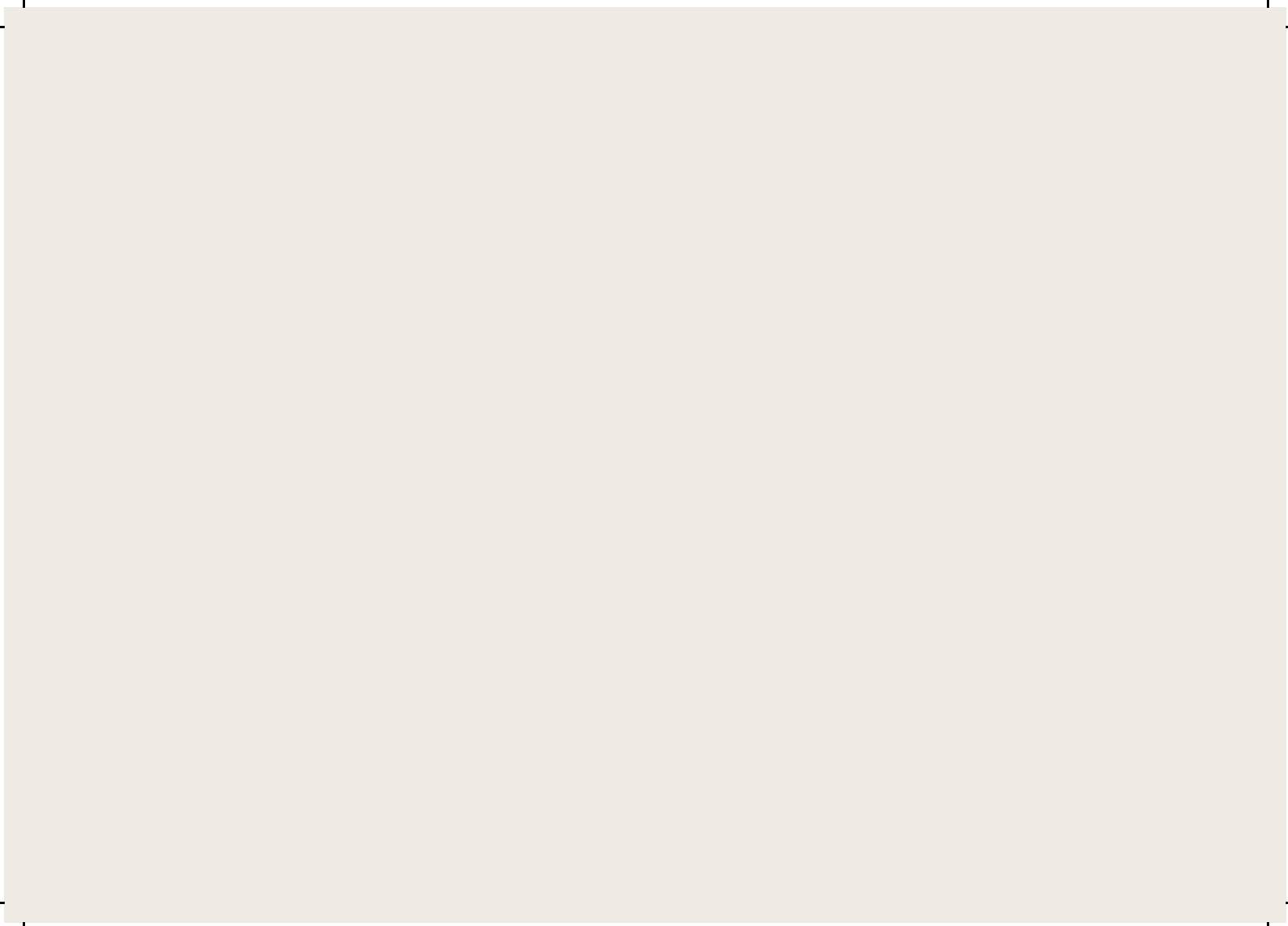
Los primeros años de vida de un niño o niña son cruciales para su crecimiento y desarrollo. Durante este período, el cerebro se desarrolla rápidamente y se establecen las bases para la salud, el aprendizaje y el bienestar futuros. Los cuidados y la estimulación adecuados en esta etapa pueden tener un impacto significativo y determinante en su futuro.

Por todo ello, y para brindar a estos niños y niñas la atención que merecen, el programa CaixaProinfancia de la Fundación "la Caixa" ha puesto en marcha los Espacios Familiares 0-3.

Estos materiales se dirigen a todas las madres y padres que participan en los talleres de competencias parentales que se imparten en dichos espacios y recogen los principales aprendizajes que reciben en ellos. Porque promover la igualdad de oportunidades es trabajar por una sociedad mejor, más justa y más equitativa.

Solo es progreso, si progresamos todos

Fundación "la Caixa"



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

SIGNOS DE ALERTA EN EL DESARROLLO

Conocer los signos de alerta en el desarrollo es importante y puede ayudarnos a saber cuándo hay que **acudir al pediatra** o **pedir una valoración**.

Es importante contar con los **recursos del entorno**, escuchar las recomendaciones del **pediatra** y los **especialistas** y **comunicarles** todo aquello que nos preocupe.



Es interesante preguntar en el centro médico por la existencia de algún servicio de detección precoz del desarrollo infantil.



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

SIGNOS DE ALERTA EN EL DESARROLLO

a los 4 meses:



- Bebé muy blando, sin musculatura.
- No aguanta la cabeza.
- Llanto excesivo que no se puede calmar.
- Pasividad excesiva (poco demandante, quieto).
- Tiene dificultades en la alimentación.
- Trastornos del sueño: insomnio, dormir a todas horas...
- Manos siempre cerradas, pulgar incluido.



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

SIGNOS DE ALERTA EN EL DESARROLLO

a los 6 meses:

- No muestra interés por el entorno ni las personas.
- No juega con su voz.
- Está irritable (llanto excesivo que no se puede calmar).
- Hace movimientos rígidos y tiene el cuerpo muy tenso.
- Tiene dificultades persistentes en la alimentación y/o el sueño.



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

SIGNOS DE ALERTA EN EL DESARROLLO

a los 9 meses:



- No reacciona a su nombre.
- No muestra interés por el entorno ni las personas que le rodean.
- Está irritable (llanto excesivo que no se puede calmar).
- No disfruta de las rutinas.
- Tiene dificultades persistentes en la alimentación o el sueño.

— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

SIGNOS DE ALERTA EN EL DESARROLLO

a los 12 meses:

- Sin interés por desplazarse.
- Movimientos "raros" con los dedos y manos (*por ejemplo, aleteo: acercar demasiado los dedos a los ojos*).
- Ausencia de palabras o balbuceo.
- Dificultades persistentes en la alimentación o el sueño.

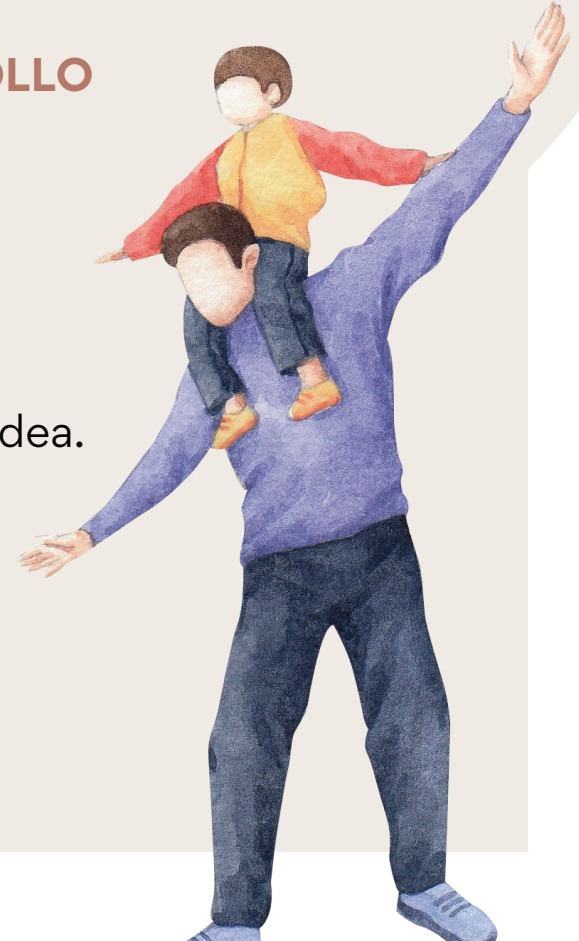


— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

SIGNOS DE ALERTA EN EL DESARROLLO

a los 18 meses:

- No camina.
- No señala ni comprende órdenes sencillas.
- No muestra interés por lo que le rodea.
- No tiene intención comunicativa.
- Ausencia de palabras.
- Dificultades persistentes en la alimentación o el sueño.



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

AUTONOMÍA

La autonomía es ser capaz de realizar **por uno mismo** aquellas tareas y actividades propias de la edad y del entorno sociocultural.



comer solo

ir al baño

vestirse

decir lo que piensa

peinarse

— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

¿cómo favorecer la autonomía?

Para llegar a una fase de autonomía e independencia, el bebé tiene que haber pasado por tener **un buen vínculo** y un **vínculo seguro** con sus cuidadores, así como haber tenido sus necesidades básicas cubiertas.

Es importante **aprovechar los ratos de cuidado** del bebé para reforzar el vínculo y la autonomía: comidas, cambios de pañal, higiene...



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

- Proporciona un **entorno seguro** y que facilite el movimiento, la pausa y el descanso.
- Mantén y apoya sus ganas naturales de **experimentar**.
- Ofrece una **actitud de referencia** tranquila, que sepa que puedes dar respuesta a sus necesidades.
- Establece un **vínculo seguro** con el niño/a.
- **Respetar el ritmo** de cada niño/a sin forzar procesos.



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

INICIO DE INDEPENDENCIA

Entre el año y los dos años, las criaturas empiezan a mostrar su independencia, autonomía y seguridad.

la "etapa del no"

Cuando empiezan a negar todo aquello que les ofrecemos o les decimos.

Es una manera de autoafirmarse y diferenciarse de los otros.

no están desafiando a los adultos, es un proceso de aprendizaje y desarrollo hacia la autonomía.



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

LAS RABIETAS

Las rabietas aparecen sobre todo cuando las criaturas están **aprendiendo a gestionar sus emociones**, viven momentos de confusión y sus sentimientos van cambiando.

Pueden sentir que sus padres/cuidadores no les entienden, se enfadan y a la vez se ponen tristes.

*es importante amar a nuestros hijos
por quién son y no por lo que hacen.*



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

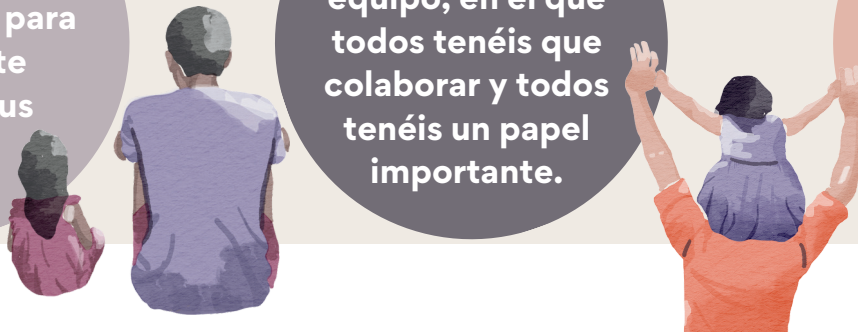
Es importante poder **sostener y contener el enfado**, como adultos intentar entender sus emociones y, posteriormente, poder hablar de cómo se ha sentido y de lo que ha pasado.

*el refuerzo positivo y nuestro cariño tienen
más fuerza que mil castigos y recompensas.*

Cuando acabe la rabieta, siéntate con tu hijo/a para que intente expresar sus emociones.

Hazlo sentir parte de un equipo, en el que todos tenéis que colaborar y todos tenéis un papel importante.

Es importante transmitir que estamos a su lado, lo acompañamos y le seguimos queriendo en todas sus emociones.



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

¿qué mensaje recibe una criatura si se la contiene ?



- **Puedo contar con mis padres** para que me ayuden cuando pierda el control.
- Cuando sea mayor **podré controlar mis impulsos y ser comprensivo** como lo son ellos.
- **Mis padres ven mi necesidad.** No creen que sea malo, me protegen de los peligros.
- **Me quieren y me comprenden.**

— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

LA AUTORREGULACIÓN

Al nacer, el bebé depende de los adultos que cuidan de él.

Poco a poco, va creciendo y **mejora la capacidad de autorregulación.**

Aprende a expresar sus necesidades a través del lenguaje, sin necesidad de llorar ni enfadarse.



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

EL PROCESO DE CONTROL DE ESFÍNTERES

Es la capacidad de controlar y contener el pipí y la caca, de día y de noche.



- El control de esfínteres **no se aprende**, se adquiere con la maduración de la criatura.
- Esta capacidad se logra mediante procesos paulatinos, lentos, que llevan mucho tiempo.

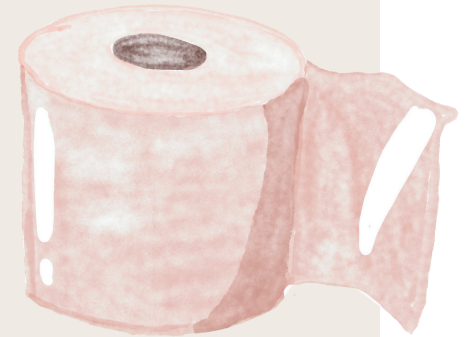
No existe una edad específica. En este proceso, es importante la **maduración fisiológica** y la **maduración psicológica**.

— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

Para acompañar este proceso, es importante construir un vínculo de confianza con la criatura y ser ejemplos a seguir.

Debemos **dar mucha importancia a las curas diarias**, como el cambio de pañal, el baño, las comidas, etc.

- ▶ **Explicar el proceso**, comentarle qué está pasando y realizar la actividad de manera respetuosa.
- ▶ **Dejar que participe** (al elegir la ropa limpia, darle el pañal nuevo mientras le cambiamos, la crema...).
- ▶ **Con naturalidad y respeto**, poder hablar de forma abierta y poner nombre a las cosas (pipí, caca, vulva, pene, etc.).



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

señales para saber si está preparado



Empieza a permanecer seco durante el día, al menos durante dos o tres horas.



Empieza a sentirse incómodo con el pañal, intenta quitárselo o prefiere estar sin.



Es capaz de bajarse la ropa (le permitirá tener cierta autonomía e intimidad).



Es capaz de expresar lo que necesita, nos avisa cuando tiene el pañal mojado.



Permanece tranquilo en el inodoro u orinal durante un par de minutos.

Muestra interés y deseo de utilizarlo.

Se interesa en el tema, habla o hace preguntas.

— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

NECESIDAD REAL Y NECESIDAD SUSTITUTIVA

Hay un momento en el que las criaturas ya saben pedir cosas concretas como si quieren agua o tienen calor, pipí... pero aún no saben como pedir cosas más abstractas, como la **presencia, el acompañamiento o el afecto.**

Lo que sí saben es que cuando piden algo concreto vamos y estamos ahí.

*sabrà pedir un vaso de agua, pero
no siempre sabrà cómo pedir un
vaso de amor.*



— DESARROLLO Y AUTONOMÍA —

*es importante saber qué necesidades son reales
y cuáles no lo son*



Comprar todo aquello que pide, dejarle ver pantallas o tomar azúcar no son necesidades básicas y reales.



Seguramente necesita que escuches lo que necesita, que pases más tiempo de calidad a su lado...

A veces, cuando hay mucha demanda de comida (y normalmente de azúcares), se está tapando una necesidad de presencia auténtica.

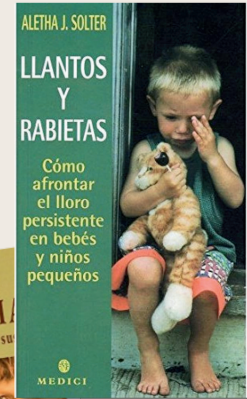
lecturas

Moverse en libertad (Emmi Pikler).

Llantos y rabietas (Aletha Solter).

Querer sin malcriar (Nancy Samalin).

Educar en el asombro (Catherine L'Ecuyer).



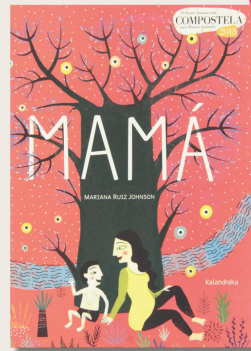
lecturas

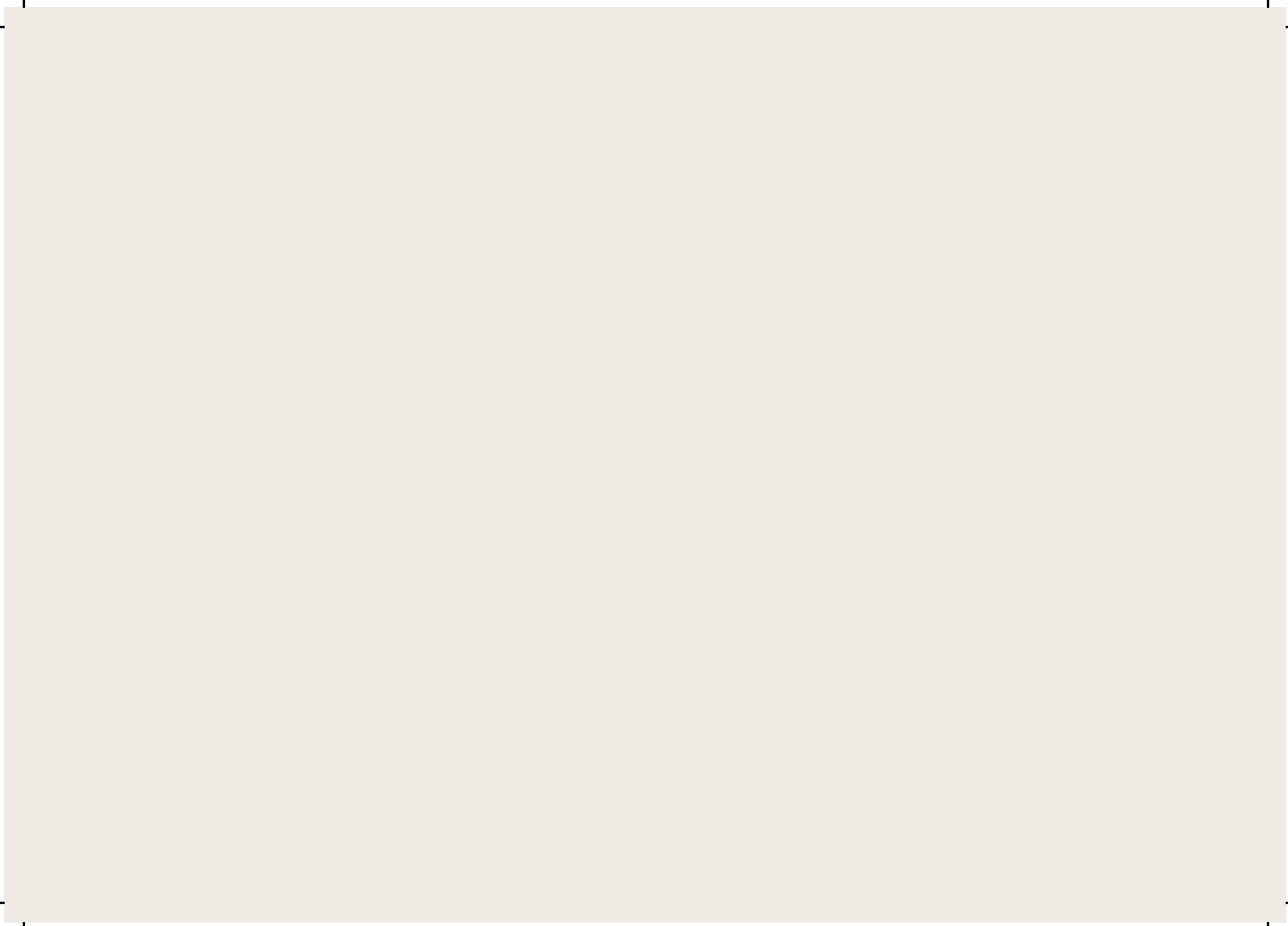
Berrinches y rabietas para mamás imperfectas (Leticia Jimenez).

Límites (Míriam Tirado).

Rabietas (Míriam Tirado).

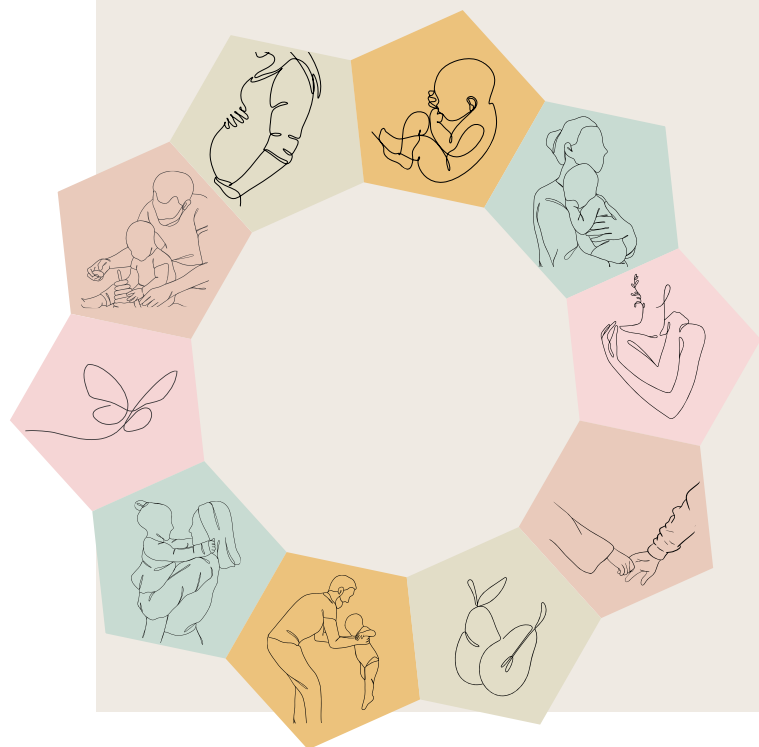
Mamá (Mariana Ruiz).





Colección completa

Guías para las familias participantes en el proyecto
Espacios Familiares 0-3 de CaixaProinfancia



- 1 - EL EMBARAZO
- 2 - EL PARTO
- 3 - POSPARTO INMEDIATO
- 4 - EL PUERPERIO. LA MUJER MADRE
- 5 - CRIANZA RESPETUOSA
- 6 - ALIMENTACIÓN
- 7 - DESARROLLO INTEGRAL
- 8 - **DESARROLLO Y AUTONOMÍA**
- 9 - DESARROLLO Y SUEÑO
- 10 - DESARROLLO Y JUEGO



Fundación "la Caixa"