



0-3 MESES

¡Bailemos juntos!

1. - Cargue al bebé y colóquelo a la altura de su rostro para poder observarlo.
 - Háblele suavemente, cántele y bailen juntos.

2. - Recueste al bebé sobre su pecho.
 - Inhale y exhale el aire
 - respire en forma pausada y relajada, mientras acaricia la espalda del bebé.

3. - Utilice los elementos que producen sonidos suaves que se tenga al alcance o produzca usted sonidos rítmicos, como: "sh, sh, shsh...sh, sh, la,la,la..., ru,ru,ru...".

4. - Realice movimientos rítmicos suaves de lado a lado, como balanceos o danzas que arrullen al bebé.



1 2



3



4