

## Estrategias para tratar comportamientos difíciles de bebés y niños de corta edad y apoyar su desarrollo social-emocional

### Meta del desarrollo social-emocional

#### Ayudar al niño a:

- Experimentar, regular y expresar los sentimientos
- Formar relaciones estrechas y seguras con otras personas
- Explorar el ambiente y aprender

#### Todas las estrategias para tratar el comportamiento difícil de bebés y niños de corta edad deberán satisfacer los siguientes criterios:

- Reconocer los sentimientos perturbados
- Ofrecer consuelo
- Usar palabras
- Sintonizarse con las necesidades individualizadas del niño
- Ayudar al niño a lograr lo que se entiende como su intención
- Ser apropiadas al desarrollo

---

### Estrategias ejemplares:

#### *Estrategias sistemáticas*

- Observar para comprender el significado del comportamiento
- Registrar y documentar la frecuencia, duración e intensidad
- Registrar la hora del día en que ocurre el comportamiento
- Utilizar la auto-reflexión para tratar apropiadamente el comportamiento
- Compartir las reflexiones y/o preguntar por los pensamientos y opiniones de otros
- Intentar comprender y sentir empatía por la experiencia del niño
- Registrar el progreso del desarrollo de las habilidades social-emocionales y la reducción del comportamiento preocupante

#### *Estrategias para tranquilizar*

- Acallar al bebé (por ej., diciendo 'sss, sss'), ruidos bajos de fondo (por ej., pasar una aspiradora, máquina con ruidos de fondo o secador de cabello)
- Mecer al bebé
- Sostenerlo, llevarlo, usar un 'canguro' para mantener al bebé cerca del cuerpo
- Sostener al bebé contra el costado o la barriga
- Pasar tiempo afuera en el aire fresco
- Cantar al bebé
- Animarlo a chupar algo – un chupete, los dedos
- Envolver al bebé estrechamente en una cobija
- Animar el uso de objetos de consuelo de transición (por ej. cobijas, muñecas, juguete de peluche etc.)
- Mantenerse tranquilo uno mismo
- Quedarse cerca del bebé

**Modificaciones del ambiente y las interacciones**

- Reducir y/o minimizar la cantidad de cuidadores
- Hacer ajustes dependiendo del temperamento del niño (por ej. permitir más tiempo a un niño lento-a-calentarse; permitir más actividad física a un niño activo)
- Hacer cambios apropiados en el ambiente (por ej. reducir o aumentar los estímulos)
- Seguir de cerca a un niño (por ej., durante un rato breve ofrecerle la mayor atención individualizada posible)
- Pasar más tiempo con el niño y darle más atención, incluyendo el toque físico

**Hacer las rutinas más predecibles y constantes**

- Hacer las rutinas de la misma manera (por ej., cambiar los pañales de la misma manera, en el mismo lugar y usando las mismas palabras; leer siempre un libro antes de la siesta)
- Usar palabras simples y constantes (por ej., “¿Comida? ¿quieres comida?”; “Mira con los ojos”)
- Desarrollar un plan de acción y maneras de tratar a personas y situaciones, y seguir el plan
- Fijar límites claros y constantes (por ej., “No muerdas”; “Toques suaves”)

**Dar modelos e instrucción para enseñar el comportamiento apropiado (por ej., “Así se toca suavemente”; “Fíjate que te toco suavemente”)**

- Enseñar el lenguaje de señas o gestos para representar palabras comunes
- Validar los sentimientos y/o la experiencia del niño (usando expresiones de la cara, tonos de voz y gestos exagerados para reflejar el sentimiento del niño)
- Usar términos positivos para expresar los mandatos (“Pon tu colita en la silla”; “Los pies deben estar en el piso”)
- Notar los comportamientos deseados que los niños realizan (“Dejaste que Samuel tomara un turno con ese juguete”)
- Dar reconocimiento al comportamiento positivo (“Esa es una manera educada de tocarlo”; “Estás muy tranquila ahora”; “Indicaste el juguete con el dedo”)
- Nombrar los sentimientos experimentados por el niño y por otros (“Te ves triste”; “Timoteo se ve muy enojado”)
- Usar libros para ilustrar los sentimientos y las habilidades sociales (por ej. «Las manos no son para pegar»; *Teeth Are Not for Biting*; etc.)

**Usar la distracción (“Vamos a jugar con este juguete” en vez de otro)**

- Sugerir un comportamiento como sustituto (“Puedes morder esta manzana”; “Puedes morder este anillo de dentición”)