

# ¿Influyó Covid en mi hijo de una manera que no?

## Es posible que haya notado:

Un retraso en habilidades como dar el primer paso, sonreír por primera vez o decir "adiós".

- Un estudio realizado en 2022 reveló que el riesgo de **retrasos** en los hitos del desarrollo en **comunicación y desarrollo social** en los bebés nacidos durante la pandemia.<sup>1</sup>
- Normalmente, 1 de cada 6 niños experimenta un retraso en el desarrollo, **esta cifra ha aumentado** desde la pandemia.
- Como era de esperar, las pruebas sugieren que la pandemia puede estar afectando al desarrollo de los niños pequeños. Todavía no se conocen los efectos a largo plazo, pero sabemos que los cuidadores (padres, profesores, abuelos) tienen un papel muy importante en el apoyo al desarrollo de los niños pequeños.

## ¿Cómo ha podido ocurrir esto?

Su hijo puede haber sido impactado durante la pandemia como resultado de:

- Menos oportunidades de jugar o pasar tiempo con amigos y familiares.
- Más tiempo dedicado a los teléfonos, las tabletas y a ver la televisión.
- Aumento del estrés de los cuidadores.

## ¿Qué debo hacer ahora?

- Revise los hitos del desarrollo de su hijo [https://bit.ly/EDN\\_LearnGrow](https://bit.ly/EDN_LearnGrow)
- Si le preocupa el desarrollo de su hijo, llame al **1-888-806-6827** o vaya a <https://bit.ly/NebraskaChildFind>
- Si su hijo es menor de 3 años, puede ponerse en contacto con la Red de Desarrollo Temprano en <https://edn.ne.gov/cms>
- La Línea de Ayuda Familiar de Nebraska tiene recursos para los padres y las familias en el **1-888-866-8660**

**Para obtener recursos adicionales, visite: [www.neinfantmentalhealth.org](http://www.neinfantmentalhealth.org)**

<sup>1</sup>Giesbrecht, G., Lebel, C., Dennis, C., Tough, S. C., Mc-Donald, S., & Tomfohr-Madsen, L. (2022, February 3). Mayor riesgo de retraso en el desarrollo entre los bebés nacidos durante la pandemia.

<sup>2</sup>Moyer, M.W. (2022). La generación COVID: ¿cómo está afectando la pandemia al cerebro de los niños?, Nature, 601, 180-183.



Nebraska Association  
for Infant Mental Health



En la siguiente página, podrá consultar las seis acciones que puede llevar a cabo hoy.

## Seis acciones que puede llevar a cabo hoy para apoyar el desarrollo de tu hijo:



### **HABLAR, HABLAR, HABLAR**

El lenguaje es la forma en que compartimos experiencias; puede ayudar creando oportunidades para hablar. Mientras realiza sus actividades cotidianas, explique a su hijo lo que está haciendo. Háglele preguntas sobre lo que está haciendo.

### **CANTAR, CANCIONES Y RIMAS INFANTILES**

Son una forma estupenda de ampliar el lenguaje y construir relaciones. La naturaleza repetitiva es buena para los niños y les encanta cantarlas ¡una y otra vez! ¡Enseñele sus favoritas!

### **AMPLÍE EL LENGUAJE DE SU HIJO**

Proporciónele un lenguaje rico; puede ampliar las palabras o el lenguaje no verbal que utiliza su hijo. Por ejemplo, cuando su hijo señala un dibujo en un libro, nombre lo que está viendo.

### **SEA CÁLIDO Y ATENTO CUANDO HABLE Y JUEGUE CON SU HIJO**

Cuando le ofrece interacciones cálidas y de apoyo, es más probable que su hijo tenga mejores habilidades lingüísticas. Deje que los intereses de su hijo guíen su juego y acompañelo físicamente de manera que pueda verle la cara.

### **LEA UN LIBRO**

Lea con su hijo. Los niños a los que se les lee y se los involucra en la lectura prosperan. Háglele preguntas sobre lo que está leyendo o pídale que busque un dibujo en una página.

### **IDENTIFIQUE LAS FORMAS DE LLEGAR A LOS DEMÁS**

Busca apoyos sociales significativos en su zona para reducir el estrés y las preocupaciones. Está bien pedir y recibir ayuda y apoyo.

“ **Cuanto más podamos estimularlos y jugar con ellos y leerles y amarlos, eso es lo que va a costar.**”



Nebraska Association  
for Infant Mental Health