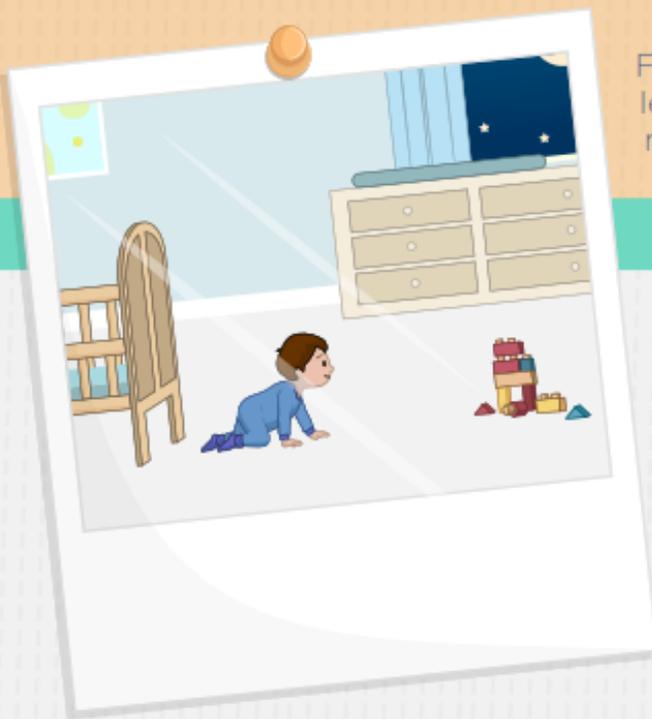


**GATEO**

El gateo es una de las conductas motrices más importantes para los bebés y tiene diversos beneficios, pues **favorece la conexión entre los hemisferios cerebrales** que es necesaria para la adquisición de aprendizajes y movimientos más complejos.

Es la primera actividad a través de la cual el niño puede **sincronizar lo que ve y siente** con sus movimientos, lo que le permitirá conocer su entorno y tener una imagen más completa de sí mismo.

Mientras gatea, el niño adquiere sentido del equilibrio, balance, espacio y profundidad; desarrolla su motricidad gruesa y fina, la coordinación ojo mano y los procesos de lateralización, lo que a la larga le facilitará el manejo de objetos.



Finalmente, ésta es una de las primeras actividades que le permite adquirir autonomía para moverse por sí mismo con seguridad y libertad.

El bebé está listo para gatear cuándo:

- Está entre los **6** y **9** meses de edad, incluso puede alargarse hasta los 12 meses.
- Tolera estar boca abajo.
- Se arrastra.
- Se sienta **sin ayuda**.

Tiene fuerza suficiente en brazos, piernas, espalda, abdomen y cadera para controlar su cuerpo **sin estar rígido**.

Reacciona **sacando las manos** si pierde el equilibrio para protegerse de golpes.

Se balancea **hacia adelante y hacia atrás** cuando está apoyado en manos y rodillas.

Para promover el gateo:

Es necesario brindar al bebé **libertad de movimiento** en una superficie, plana, firme y segura. Es importante que los cuidadores muestren respeto y acompañen al niño en la conquista de sus propios procesos, con una mirada atenta, palabras de aliento, confianza y un vínculo seguro. Así él estará listo para comenzar a caminar.



Como **Promotor** promueve estas ideas a los padres de familia, y proporciona las siguientes recomendaciones:

- Recostarlo boca abajo sobre pecho y estómago de alguno de los papás o integrantes de la familia por periodos cortos.

- Colocar una manta, una colchoneta o tapete sobre el piso. Después colocar al bebé boca abajo sobre una toalla o cobija enrollada, de tal manera que sus piernas y brazos toquen el piso para que se balancee.



- Al estar apoyado en sus manos y rodillas, balancearlo suavemente hacia adelante y hacia atrás para que pueda equilibrar su peso.

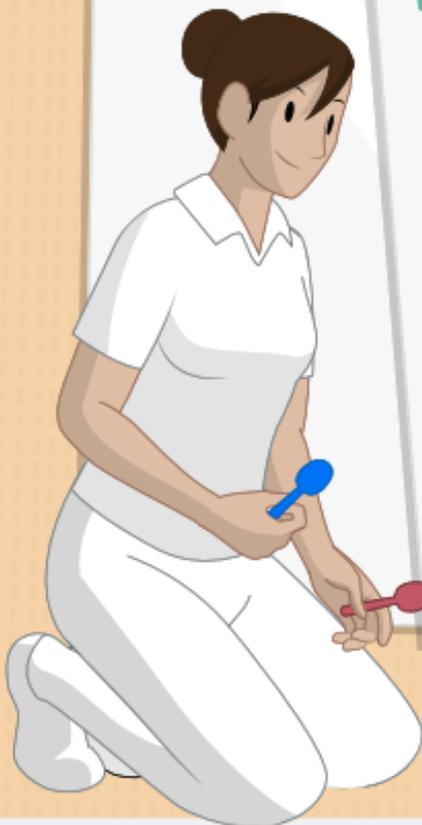
- Brindarle un espacio seguro, limpio, acogedor para el movimiento libre y algunos juguetes u objetos de diferentes formas y tamaños que llamen su atención y lo motiven a gatear.



- Llevarlo a espacios donde pueda sentir diferentes texturas en el piso como: alfombra o pasto.

- Jugar con él a perseguirse o a librar obstáculos gateando.

- Evitar usar aparatos que retrasen o afecten el desarrollo del movimiento como lo son: andaderas o canguros, pues no le permiten moverse por sí mismo, ni darse cuenta de que su cuerpo es el que se mueve, se acerca y se aleja de los objetos.





Beneficios del gateo:

- Permite que sus dos hemisferios cerebrales **trabajen juntos** para facilitar el aprendizaje.
- Comienza su proceso de **lateralización** en el que uno de sus dos hemisferios es el dominante. Esto a la larga facilitará el manejo de objetos.
- Le da una imagen más completa de su entorno, pues realiza al mismo tiempo actividades que implican **ver, sentir y moverse**.
- Se mueve de forma organizada y eso favorece el **equilibrio**.
- Fortalece su columna vertebral y músculos que son necesarios para desarrollar la **motricidad fina y gruesa**.
- Ubica** las partes de su cuerpo.
- Desarrolla la **coordinación ojo-mano** que le ayudará en un futuro a la lecto-escritura.

