

# Conociendo a tu bebé de 4 a 5 meses de edad

## ¿Cómo le puedo ayudar a aprender a mi bebé?

¡Tu bebé cambia todos los días! Te mira y le gusta mostrarte que está aprendiendo. Hace ruidos para llamar tu atención y te sonríe cuando lo logra. Le gustan los juegos que le permiten saber qué pasará después. Por ejemplo, a muchos bebés les gusta jugar "peek-a-boo". Tu bebé está ahora muy interesado en lo que pasa a su alrededor. Le ayudas a aprender cuando le cantas, le lees cuentos y le permites explorar sus juguetes. Se los llevará a la boca mientras juega. Así que asegúrate de que no alcance objetos peligrosos o muy pequeños.



## ¿Por qué mi bebé trata de alcanzar la comida?

Ahora tu bebé está tratando de alcanzar y agarrar todo lo que ve, mientras toca y explora con sus manitas. Va a querer alcanzar y poner en su boca todo lo que es nuevo o interesante. De esta forma aprende del mundo a su alrededor. Sin embargo, esto no significa que tiene hambre. Cuando tenga hambre, usará las señales de hambre que ya conoces. Debes asegurarte de que solamente pone en su boca aquello que es seguro para él.



## ¿Por qué mi bebé se enoja?

¡Aprender es el trabajo más importante de tu bebé! Está aprendiendo a usar sus brazos, sus manos, y a hacer diferentes sonidos. También está aprendiendo a voltearse, a sentarse y a moverse por su cuenta. Tiene que practicar sus nuevas habilidades. Algunas veces puede ser que se enoje cuando no puede hacer lo que quiere. Esto es normal. Dale tiempo para practicar. Pon a su alrededor cosas que pueda alcanzar y agarrar. Y déjale jugar apoyado en su pancita todos los días. Así se hará más fuerte y practicará sus movimientos. ¡Además estará más contento!



## ¿Por qué mi bebé se distrae mientras come?

Tu bebé quiere saber más acerca de todo lo que hay a su alrededor. Ahora tiene más control sobre su cuerpo. Su visión ha mejorado, así que puede ver cosas que no están tan cerca de él. Puede ser que deje de comer cuando escucha ruidos o ve cosas moviéndose cerca. Muchas cosas le van a distraer. Pero si todavía tiene hambre, volverá a comer tan pronto sepa qué está pasando a su alrededor.



## ¿Por qué mi bebé a veces se despierta más a menudo?

Tu bebé está durmiendo más tiempo por la noche que cuando era un recién nacido. Pero te preguntarás por qué algunas noches se despierta más. No te preocupes. No se va a despertar tanto como cuando era recién nacido. Puede ser que esté creciendo muy rápido y necesite comer más por algunos días. O tal vez tuvo un día muy ajetreado y lleno de cosas nuevas. Tal vez estés visitando a familiares y el bebé esté durmiendo en un nuevo lugar. Cosas y lugares nuevos le pueden poner inquieto. ¡Esto también te puede pasar a ti! También puede ser que tu bebé esté enfermito o incómodo. Por ejemplo, algunos niños se despiertan más cuando les salen nuevos dientitos. Todas estas razones pueden hacer que tu bebé se despierte más seguido por unos días.

## ¿Cómo cambiará el sueño de mi bebé?

Seguro que has notado algunos cambios en el sueño de tu bebé. Si no, ¡pronto los notarás! A esta edad, los bebés empiezan a dormir más tiempo, tanto en el día como en la noche. Tu bebé tendrá periodos de sueño profundo más largos. Aún soñará mucho, pero cuando duerme en sueño profundo no se despertará tan fácilmente como cuando sueña. Si se duerme en tus brazos, espera a observar los signos de sueño profundo antes de acostarlo. No te tomará mucho tiempo y te ayudará a que siga durmiendo mientras lo pasas de tus brazos a su cunita. Aún se despertará durante la noche, pero no tan a menudo como cuando era más pequeño.