



Bebé de 11 meses: llega la creatividad

8 A 12 MESES

ARTÍCULO

MAYO 10, 2024

4 MIN

La creatividad y autonomía hacen parte de la etapa de los 11 meses. Identifica cómo puedes ayudar en este proceso.

Tu bebé crece muy rápido y cada vez es más independiente tanto para su desplazamiento como para los juegos, sin embargo, la estimulación y acompañamiento que puedes darle es fundamental.

Ya tu hijo está cerca de cumplir un año y sin duda, están ávidos de nuevas experiencias y descubrimientos. Aquí exploraremos los hitos más destacados en el desarrollo de un bebé de 11 meses, así como la importancia de fomentar la exploración y la autonomía a través de actividades y juegos adecuados para esta

etapa crucial.

Hitos en el desarrollo de un bebé de 11 meses

A los 11 meses, los bebés experimentan avances significativos en diversas áreas de su desarrollo. La coordinación motora fina se perfecciona, permitiendo que manipulen objetos con mayor destreza. Comienzan a dar sus primeros pasos o muestran signos de querer ponerse de pie. El lenguaje también está iniciando, con la capacidad de comprender y responder a simples instrucciones.

Es crucial observar las sutilezas de su desarrollo emocional, ya que los bebés de 11 meses pueden mostrar preferencias y desarrollar una mayor conciencia de su entorno. Estos hitos son indicativos de un crecimiento saludable y proporcionan la base para fomentar el aprendizaje y la autonomía.

A continuación, te mencionamos los avances que tiene tu bebé de 11 meses:



- Intentos de caminar de manera más independiente.
- Capacidad para pararse solo por cortos periodos de tiempo.
- Posible capacidad para subir escalones con ayuda.
- Comprende y responde a instrucciones sencillas.
- Emite sonidos variados y balbucea con mayor complejidad.
- Puede señalar objetos familiares al nombrarlos.
- Agarra objetos pequeños con el pulgar y el índice.
- Intentos de alimentarse con los dedos.
- Explora objetos utilizando diferentes movimientos de manos.
- Muestra preferencias por ciertas personas.
- Reacciona a las emociones de los demás, como la risa o el llanto.
- Desarrolla una mayor conciencia de sí mismo y de los demás.
- Experimenta con diferentes texturas a través del tacto y la boca.

- Muestra interés en juegos que involucran agua y arena.
- Muestra interés en libros y puede señalar imágenes familiares.
- Puede empezar a mostrar preferencias alimenticias más específicas.
- Puede comenzar a beber de una taza con ayuda.
- Puede tener patrones de sueño más regulares, aunque las siestas aún son importantes.
- Algunos bebés pueden empezar a dormir durante períodos más largos en la noche.
- Puede demostrar una mayor comprensión de la representación simbólica.
- Pueden comenzar a aparecer los primeros dientes, aunque el momento puede variar.

Importancia de la exploración en los bebés de 11 meses



La exploración es una parte vital del desarrollo cognitivo y físico de un bebé de 11 meses. A medida que se aventuran a nuevos territorios, los pequeños absorben información sobre texturas, sonidos y colores. Este proceso de descubrimiento no solo estimula sus sentidos, sino que también fortalece las conexiones neuronales en sus cerebros en crecimiento.

Fomentar un entorno seguro y estimulante para la exploración ayuda a desarrollar la curiosidad innata de los bebés. Proporcionar juguetes con texturas, libros interactivos y oportunidades de exploración promueve el desarrollo sensorial y cognitivo, estableciendo una base sólida para futuros aprendizajes.

Autonomía en los juegos

A los 11 meses, muchos bebés comienzan a manifestar signos de independencia y deseo de controlar sus acciones. Esta etapa es fundamental para fomentar la

autonomía en los juegos como apilar bloques, insertar formas en contenedores correspondientes y explorar juguetes que requieren manipulación. Estas experiencias no solo fortalecen las habilidades motoras, sino que también cultivan su confianza y autoestima.

Actividades de estimulación para bebés de 11 meses

Juego sensorial con texturas: pon una bandeja con diferentes texturas, como arroz, tela suave y pelotas de algodón. Permite que el bebé explore con las manos y los pies, estimulando su sentido del tacto.

Caminata y paseos: ayuda al bebé a dar sus primeros pasos ofreciendo apoyo mientras camina. Esto fortalecerá sus músculos y le brindará confianza para explorar el mundo de pie.



Libros interactivos: elige algunos con solapas, texturas y sonidos para estimular la curiosidad del bebé. Leer juntos promueve el desarrollo del lenguaje y fortalece el vínculo emocional.

Juego de la torre de vasos: apila vasos de plástico de diferentes tamaños y deje que el bebé los derribe. Esta actividad no solo mejora la coordinación mano-ojo, sino que también enseña conceptos básicos de causa y efecto. ¡Te aseguro que se reirán mucho!

Juego de imitación: juega con teléfonos, cepillos de pelo y platos de juguete. A los 11 meses, muchos bebés disfrutan imitando las acciones de los adultos, lo que fomenta el juego imaginativo y el desarrollo social.

Exploración al aire libre: sal de tu casa y permite que el bebé explore la naturaleza. Toque hojas, sienta la textura del pasto y escuche los sonidos del entorno. Esta

experiencia estimula los sentidos y ofrece nuevas oportunidades de aprendizaje.

Juegos musicales: Dale instrumentos musicales de juguete, como tambores pequeños o panderetas. Anima al bebé a experimentar con diferentes sonidos y ritmos, fomentando el desarrollo auditivo y la coordinación motora.

Recuerda adaptar estas actividades a las preferencias individuales de tu bebé y siempre supervisar durante el juego. Las interacciones positivas y estimulantes en esta etapa sientan las bases para un desarrollo saludable y feliz.

FUENTES:

Amy W. Anzilotti, M. (13 de Mayo de 2023). *kids Health*. Obtenido de kids Health: <https://kidshealth.org/es/parents/growth-11mos.html>

Mayo Clinic. (15 de Abril de 2023). *Mayo Clinic*. Obtenido de Mayo Clinic: <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/infant-and-toddler-health/in-depth/infant-development/art-20047380>

Apoyando tu bienestar junto con las necesidades nutricionales de tu bebé en cada etapa.



Preconcepción



Embarazo



Posparto



0 a 4 meses



4 a 6 meses



6 a 8 meses



8 a 12 meses



12 a 24 meses



2 años



Preescolar



Escolar