

VOL. 1



SHERPA

GUIA PARA PADRES

PLAN DE VIAJE

EL VIAJE ACABA DE COMENZAR

DEDICATORIA

a mis hijas quienes me han enseñado más que cualquier otra circunstancia en la vida, inspirándome en realizar una guía emotiva y con sentido hacia las nuevas vidas que cargamos en nuestros brazos.



"CADA BEBÉ ES UN EXPLORADOR ÚNICO, ¡Y EL VIAJE ACABA DE COMENZAR!"

En cada pequeño latido, en cada risa, en cada movimiento, el mundo se expande ante sus ojos.

¡Imagina por un momento que el primer día de tu bebé en este planeta es el comienzo de la aventura más grande!

Cada día es una nueva misión, un descubrimiento que cambia el curso del juego. Desde el tierno sonido de su primer suspiro en el corazón del mundo, hasta sus primeros pasos llenos de risas en el vasto océano de posibilidades.

Cada etapa, como una nueva estación en un mapa que solo ellos pueden recorrer, está llena de maravillas, aprendizajes y pequeñas conquistas.

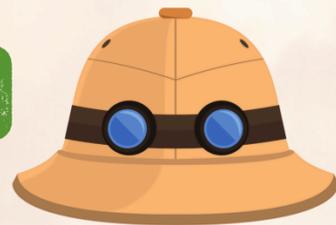
Y tú, como su compañero de juego, estás allí, no solo para guiarlos, sino también para disfrutar del viaje. Porque la magia de la exploración no solo está en lo que descubren... ¡sino también en lo que descubres tú con ellos!

Recuerda: No hay dos viajes iguales. Cada bebé es una aventura única, un explorador valiente con su propio ritmo, su propia manera de descubrir el mundo. Y en cada paso que dan, tú eres su mayor fan, su protector y el compañero que les anima a seguir adelante.

¡Que la exploración nunca termine!



ITINERARIO



Mi nombre

Nací el día...



Recien Nacido

África

- Inicio del viaje
- Tour panorámico

bebe

Asia

- Maravillas
- Exploración

bebe

Europa

- Descubrimientos
- Asombros

bebe

Oceanía

- Visita al Coliseo
- Tour gastronómico

niño pequeño

EEUU

- Paseo en góndola
- Regreso del viaje

más de 1 año

La Antártida

- Paseo en góndola
- Regreso del viaje

Dejando huella en el mundo

AFRICA

El Corazón del Mundo



La Llegada... "La Misión del Primer Latido"

(0 a 3 meses – Recién nacido)

Le damos la Bienvenida, al pequeño explorador. Has aterrizado en tu primer mundo: un lugar lleno de susurros, miradas y amor. Aquí comienzas a descubrir que no estás solo, que hay luz, voces y corazones latiendo cerca del tuyo. ¡Tu gran aventura acaba de comenzar!



y ...aquí

1 Reflejos instintivos, los cuales son un buen indicador de que su desarrollo evoluciona correctamente.

2 El Reflejo Prensil Palmar hará que tu bebé cierre los dedos alrededor del tuyo

3 Reflejo Prensil Plantar es cuando flexiona sus dedos del pie y el empeine hacia adelante

4 Reflejo Postural es el que hace que tu hijo alargue la pierna cuando le tocas el pie.

5 Reflejo de Moro, en el que alargan y doblan los brazos, acompañados de un llanto ligero. Este reflejo vendría a ser como cuando los adultos se asustan de repente.

6 Reflejo de Babinski es cuando los dedos de sus pies se abren como un abanico si rozas la planta.

A los dos meses, el bebé empezará a ganar fuerza en el cuello, por lo que podrás ponerlo boca abajo y ver como intenta levantar la cabeza, fortaleciendo así su columna. Eso sí, hazlo siempre bajo supervisión. Evita colocarlo así para dormir, ya que en esta postura hay riesgo de muerte súbita.

Los bebés de uno a tres meses ven mejor las cosas cuando están a 20 o 30 centímetros de distancia. En esta etapa tu bebé podrá ver con más claridad los objetos coloridos que le pongas delante, tratará de alcanzarlos y empezará a reconocer a sus padres.

Los bebés de esta etapa empiezan a imitar lo que haces: se fijarán en ti y cuando sonrías, replicarán el gesto.

También mostrará interés ante los estímulos auditivos, así que si usas un sonajero podrás llamar la atención de tu bebé: verás que busca con la mirada la procedencia del sonido.



El Corazón del Mundo

Nota.

En este continente, el bebé comienza su viaje, donde los sonidos suaves, los latidos y las voces cálidas le guían. Cada gesto es una primera semilla que se planta en su corazón.

ASIA

Maravillas del mundo



La Tierra del Crecimiento

(4 a 6 meses – Bebé)

¡Atención, pequeño aventurero! Has llegado a una tierra donde todo se mueve, suena y brilla. Tus manos son brújulas, y tu risa, el eco de tu curiosidad. Aquí aprendes a alcanzar, girar, tocar... ¡y a disfrutar cada hallazgo con asombro!

foto aquí

La flexibilidad de esta etapa es mucho mayor, ¡hasta se podrá poner el pie en la boca! Empezará a mostrar su personalidad: pedirá ciertos objetos específicamente, gruñirá cuando no los tenga y llamará tu atención. A partir de los cinco meses conocerás los primeros rasgos de su carácter.

2 Algo que notarás (positivamente) será que ya duerme las noches seguidas: unas 6 horas aproximadamente. Podrás incluso experimentar su irritabilidad si por algún motivo se salta alguna siesta o no duerme tanto como le gustaría. En el segundo trimestre es importante seguir una rutina: repetitiva y básica, que le permita reconocer los momentos del día. Por ejemplo, si siempre le bañas antes de ir a dormir, aprenderá que una vez se haya bañado es el momento de acostarse.

3 A los seis meses los bebés empiezan la etapa de la dentición, en la que empiezan a salir los primeros dientes de leche. Para tu hijo será incómodo y doloroso, por lo que se quejará y tratará de aliviar el dolor. ¿Cómo puedes ayudarlo? Puedes darle paletas de hielo hechas de leche materna o consultar al pediatra por algún analgésico.



Los bebés de seis meses son capaces de reconocer algunas caras que le rodean, por lo que se alegrará si reconoce a alguien del entorno y también rechazará aquellos que le resulten extraños. Puede mostrar los primeros signos de angustia de separación, es decir, que empiece a llorar cuando te vayas de la habitación. ¡Es normal!

En esta etapa, el bebé experimenta nuevas sensaciones: puede sostener juguetes, ver más detalles de su entorno, empezar a sentarse y observar. Es un continente lleno de paisajes diversos, desde la jungla tropical hasta los tranquilos jardines zen, representando su capacidad para absorber información.



Maravillas del mundo

Nota.

Aquí el bebé explora de forma activa, se maravilla por lo que le rodea y empieza a descubrir sus habilidades motoras. El mundo se hace más grande y, a la vez, el bebé se adapta con su asombroso crecimiento.

MOMENTOS ESPECIALES

foto aquí

MI PRIMERA SONRISA

foto aquí

MI PRIMER TRAJE

foto aquí

DIA EN EL PARQUE

EUROPA

La tierra de los Grandes Logros

La curiosidad y el Descubrimiento

(7 a 9 meses – Bebé)

¡Explorador en movimiento! Has llegado a una isla donde tus piernas te llevan más lejos cada día. Aquí se premia el gateo curioso y la búsqueda de tesoros escondidos. El mundo ya no solo llega a ti... ¡ahora tú vas tras él!

1 A los siete meses tu bebé seguirá en la etapa de la dentición, y además notarás que su piel es más sensible a los pañales: puedes probar con pomadas recetadas por tu pediatra o simplemente cambiando con más frecuencia los pañales.

2 Si ves que no gatea mucho o que no se siente suficientemente seguro, puedes ayudarlo poniendo frente a él juguetes como estímulo.

3 Lo más emocionante de esta fase es ver como poco a poco el bebé irá ganando autonomía: se sentará solo e incluso se pondrá de pie apoyándose en un mueble o tus piernas. Se convertirá en un experto del gateo, desarrollando su sentido del equilibrio y ganando fuerzas en rodilla y brazos.





Manita Izquierda

Manita derecha

La tierra de los Grandes Logros

Nota.

Europa representa el momento en que el bebé empieza a moverse por su entorno de forma activa, buscando cada rincón nuevo que ofrecer. Cada objeto descubierto es como una antigua reliquia llena de historia.

OCEANÍA

La Tierra de los Primeros Pasos

La Tierra del Crecimiento

9 a 12 meses – Niño pequeño

¡Explorador valiente, tu travesía toma altura! Cada paso es una conquista, cada caída, un ensayo de vuelo. En este valle aprendes que caer no es rendirse... ¡es parte de caminar! El horizonte se amplía y tu alma también.

1 Sienten curiosidad acerca de los objetos diarios y de cómo funcionan. Su hijo puede tratar de girar perillas (pomos), apretar botones y abrir cajones y armarios.

2 Tienen un crecimiento total de aproximadamente 10 pulgadas (25 cm) de largo desde el nacimiento y miden entre 28 pulgadas (71 cm) y 32 pulgadas (81 cm). En algún momento entre los 9 y los 12 meses de edad, muchos bebés han triplicado su peso al nacer.

3 Empiezan a tener algunos dientes. Generalmente, los primeros en aparecer son los dos dientes delanteros de arriba y abajo.



cuanto mides ahora



La Tierra de los Primeros Pasos

Nota.

En este continente, el bebé da sus primeros pasos. Cada paso hacia adelante es como un bote que navega con valentía hacia nuevas orillas, donde la independencia y el descubrimiento se hacen posibles.



AMÉRICA DEL NORTE

La Tierra de la Comunicación



foto aquí

El Universo de las Primeras Palabras

Más de 1 año

Has despegado hacia un nuevo universo, pequeño capitán: el lenguaje. Con cada palabra que pronuncias, abres una puerta a nuevas conexiones, risas y descubrimientos. ¡Tu voz ahora es tu mapa, y el mundo, tu destino!

1 Comienzan a recordar cosas que ocurrieron unas horas atrás o incluso el día anterior. Su hijo puede mostrar esta nueva habilidad haciendo algo sencillo, como apilar bloques o mostrarse entusiasmado cuando usted habla de ir a la tienda.

2 Reconocen su propio nombre. También pueden mirar a miembros de la familia o a mascotas cuando usted habla de ellos. Generalmente, los bebés de esta edad entienden algunas palabras conocidas, aunque todavía están adivinando muchas otras palabras y sus significados.

3 Interactúan más que nada con sus padres y otros cuidadores principales. No manifiestan mucho interés en jugar con otros niños. Pero sí participan del "juego en paralelo". Esto es cuando los niños juegan uno al lado del otro o junto a otros pero no interactúan.





que dije primero papá o mamá?

mi primera plabra



foto aquí

mi canción favorita

La Tierra de la Comunicación

Nota.

El lenguaje es la herramienta de exploración más poderosa en este continente. Con sus primeras palabras, el bebé se convierte en un viajero que conecta, comprende y navega por el mundo de las relaciones humanas.





LA ANTÁRTIDA

Nuevos Caminos y desconocidos

La Tierra del Misterio y la Imaginación

hasta los 2 años

Estas etapas representan tanto el crecimiento físico como la expansión emocional y cognitiva del bebé, vinculadas a la exploración del mundo. De este modo, no solo se aborda su desarrollo, sino también su capacidad para interactuar con su entorno de maneras cada vez más complejas y maravillosas. ¡Cada continente es un mundo que se descubre en su propio tiempo!

me gusta mucho



descubrí...



juego a



Nota.

En este continente, la imaginación florece y el niño se convierte en el explorador más audaz, capaz de transformar lo invisible en visible con solo su creatividad.



SHERPA

EXCELENTE PRIMER VIAJE

¿Dudas o preguntas?

www.sherpaguia.com

