

# Mamá, ¿sabías qué...?

Quando me arrullas  
me relajo.



Por Laila Anguiano  
Terapeuta infantil.

La paz y la tranquilidad nos hacen disfrutar la vida con plenitud. A pesar de las actividades que tenemos las mujeres actuales, debemos procurar un tiempo de amor, quietud y relajación durante el embarazo. Te propongo por ejemplo, que escuches con tu bebé música que te ayude a estar más tranquila, no es necesario acercar la bocina a tu vientre, ya que tu bebé gracias al medio acuoso en el que se encuentra, podrá escucharla perfectamente.

Otro aspecto de gran relevancia es tu estado emocional antes y después de tu embarazo, ya que todas tus sensaciones las experimenta tu pequeño y afectan su desarrollo. Por lo tanto, es importante que procures una atmósfera armoniosa para poder brindarle al bebé un entorno de amor y serenidad. Sin lo anterior el bebé se sentirá irritable, incómodo e insatisfecho, por lo que debemos buscar maneras de demostrarle nuestro cariño profundamente.

La estimulación cotidiana que recibe en casa es muy importante para tu bebé, debido a que experimenta muchas sensaciones nuevas. Uno de los ejercicios o movimientos que disfrutan más es el arrullo con luces, colores y sonidos, ya que los motivan a observar y aprender.

Una excelente recomendación para este 2007 es **El Columpio Mascotas Juguetonas de Fisher-Price**. Tiene 6 velocidades diferentes, las cuales controlas desde la parte superior del columpio, mientras un perrito y un gatito acompañan a tu bebé, al mismo tiempo que las luces parpadeantes estimulan a tu pequeño. Además cuenta con tres diferentes posiciones para reclinarlo y que se quede dormido.



Juega con ellos, ríe con ellos, crece con ellos.



**Fisher-Price**

juega. ríe. crece.