

Juego de piso

Normas pertinentes de acreditación de Satellite

II. Apoyo el desarrollo de los niños

A. El ambiente está organizado para apoyar las actividades del programa.

8. El espacio está disponible para que los infantes puedan andar a gatas seguramente y libremente.

15. Hay un equipo de juego y/o materiales que estimulen la variedad de destrezas para las actividades de motor grueso apropiadas para las edades y el interés de los niños del grupo.



Lo básico

¿Qué son los contenedores infantiles? Los bebés pasan mucho tiempo en recipientes infantiles. Estos dispositivos están diseñados para ayudar a mantener a los bebés seguros y ocupados, pero en última instancia limitan el movimiento libre y el desarrollo del crecimiento. Algunos ejemplos de contenedores para bebés incluyen hamacas, cochecitos, sillas de actividades, asientos para automóviles, columpios para bebés, sillas altas y almohadas de lactancia. Aunque los bebés pueden parecer muy contentos, pasar demasiado tiempo en estos dispositivos puede provocar plagiocefalia (o síndrome de cabeza plana), tortícolis (dolor y rigidez en el cuello) y retraso en el desarrollo motor. La Academia Americana de Pediatría recomienda que los bebés no pasen más de **veinte minutos** a la vez, **tres veces al día**, en equipos que restrinjan el movimiento.

¿Por qué es tan importante el juego en el suelo? El tiempo que un bebé pasa en el suelo es el tiempo que se dedica a trabajar en las habilidades motoras gruesas necesarias para asimilar plenamente el mundo que le rodea. Los bebés deben experimentar una variedad de posiciones a lo largo del día: espalda, boca abajo y de lado. El tiempo boca abajo, cuando se coloca a un bebé boca abajo para jugar, es particularmente importante para apoyar el desarrollo físico saludable y minimizar el riesgo de plagiocefalia. Los bebés a los que se les da libertad de movimiento en el suelo se moverán, alcanzarán y estirarán. Estas habilidades se convierten en rodar y gatear, fortaleciendo los músculos y las articulaciones de la espalda, el cuello, las caderas, los hombros, las manos y los pies del bebé. Gatear abre el mundo a un bebé y le permite establecer conexiones cerebrales, explorar el entorno y refinar su sistema vestibular. Los entornos con espacios seguros para jugar en el suelo producen bebés felices y sanos.

¡Quiero saber más!

- [De espaldas a dormir, barriga para jugar](#) (español, artículo)
- [Out of the Container, and Onto the Floor](#) (ingles, artículo)
- [Tummy Time and Infant Health Outcomes: A Systematic Review](#) (ingles, artículo de investigación)
- [Tummy time for babies](#) (ingles, recurso)