

Guía práctica de estimulación del lenguaje — en casa —

Acompaña el desarrollo comunicativo de tu hijo
de forma natural y respetuosa

Estrategias sencillas
para el día a día familiar



INTRODUCCIÓN

En **ALPADIF Talavera** creemos que las palabras no se enseñan, se viven. El lenguaje se construye poco a poco, dentro de las rutinas, los gestos, las miradas y las emociones compartidas.

A veces las palabras tardan en llegar, y eso puede preocuparnos, pero el lenguaje es mucho más que hablar. Empieza cuando el niño **mira, señala, imita, escucha, sonríe o nos busca**. Desde esos pequeños gestos se forma la base de toda comunicación.

Por eso, es tan importante que las familias sepan **cómo acompañar y estimular el lenguaje desde casa**, sin presiones ni prisas, simplemente **viviendo el día a día de una forma más comunicativa**.

Esta guía reúne pautas sencillas, naturales y realistas, para que padres y madres podáis ayudar a vuestros hijos a disfrutar del lenguaje en casa

hablando mucho, mirando más, y encontrando en cada momento —al comer, al jugar o al vestirnos— una oportunidad para conectar.

Porque las palabras crecen en la calma, en la rutina, en la voz de quienes más queremos...

HABLA CON ÉL, NO POR ÉL

Antes de adelantarte a lo que crees que quiere, espera un poquito. Deja un silencio, una mirada, una pausa. Esos segundos son oro: ahí nace la comunicación.

Si señala la nevera, no corras a darle lo que crees que quiere. Puedes abrirla despacio y realizar una espera. Si señala por ejemplo el yogurt, decirle:

“¿Qué quieres? ¿Yogur? Cogemos el yogur, abrimos el yogur... ¡qué rico el yogur!”

Mientras lo haces, habla de cada paso, repite las palabras con calma y entonación. Esto es un gesto sencillo que trasladado a nuestra rutina puede ser muy enriquecedor para vuestro peque.

Si él hace un sonido o intenta decir algo, devuélvele el modelo correcto:

Si dice “guu”, puedes responder con una sonrisa:
“¡Sí! Yogur, qué rico el yogur.”

Así le enseñas cómo suena la palabra y le muestras que su esfuerzo sirve para comunicarse.

JUGAR ES HABLAR

El juego es el mejor lenguaje.

No hacen falta juguetes electrónicos: los simples (bloques, pelotas, muñecos, cajas) son los que más hacen hablar.

Imita lo que él hace y después dadle un modelo nuevo:

“Por ejemplo jugando con los coches: *El hace brrr...y tú con otro coche puedes interactuar jugando y proporcionarle otra palabra...*

Coges tu coche y en movimiento dices: ¡el coche salta! ¡saaaltaaa!

Cuando jugáis a lo mismo y os miráis, estáis **CONSTRUYENDO ATENCIÓN CONJUNTA**, la base de la comunicación.



APROVECHAD LAS RUTINAS DEL DÍA A DÍA

Los mejores momentos para estimular el lenguaje están en lo cotidiano: el baño, la comida, el paseo, recoger juguetes.

Hablad en voz alta, contad lo que hacéis, lo que veis y lo que va a pasar. Aunque creas que no te entiende, sí te escucha. Cada palabra, gesto o entonación deja huella.

Desde que nacen, necesitan oír cómo la comunicación está presente en su vida, incluso cuando parezca absurdo contarle los ingredientes del cocido o lo que te ha pasado en el trabajo.

"TU VOZ ES SU MEJOR ESTÍMULO. "

LOS CUENTOS, UN PUENTE MÁGICO

Los cuentos son un tesoro para el lenguaje. No hace falta leer todo el texto: mirad las imágenes, señalad, repetid frases o haced sonidos.

¿Qué veis en la imagen? un gato, un gato marrón, que bonito el gato, y ¿dónde hay un pájaro?. Esperamos a que señale o comunique de alguna manera y si no es así señalamos y decimos ¡aquí está el pájaro!

Repetir el mismo cuento varios días ayuda a anticipar, recordar y hablar.

Además, cuando os sentáis juntos y compartís ese rato, el niño aprende que comunicarse es estar con otros.



LAS CANCIONES TAMBIÉN ENSEÑAN A HABLAR

Las canciones, rimas y juegos de palmadas son pequeñas clases de lenguaje disfrazadas de diversión.

Tienen ritmo, repeticiones y gestos: justo lo que más les ayuda a aprender. Aunque no cante, está aprendiendo **sonidos**, **turnos** y **entonación**.

¿Por qué no inventáis una breve canción para el baño? ¿le gusta mucho ir al parque? ¿por qué no crear una canción para ir al parque?

Cualquier excusa es buena y la música le ayudará a conectar con el lenguaje de una manera especial. Cantar juntos fortalece la **memoria auditiva** y la **conexión emocional**.



PARAR PARA PODER CONECTAR

Cuando los niños llegan a casa, necesitan que el mundo se detenga un poco. Necesitan que **bajemos el ritmo**, que les **miremos**, que les **escuchemos** sin prisas. Solo así pueden sentir que lo que dicen —o intentan decir— importa.

No demos nada por hecho: contemos, expliquemos, esperemos su respuesta.

Hacerles partícipes de lo que pasa —aunque parezca pequeño— les enseña que forman parte de todo.

“Y ESO LES ANIMA A COMUNICARSE”



LAS PANTALLAS NO ENSEÑAN A HABLAR

Las pantallas no estimulan el lenguaje, lo **frenan**.

Cuando un niño mira una pantalla, no hay intercambio, no hay mirada, no hay turno de palabra. El lenguaje no se aprende viendo, sino interactuando.

El cerebro de un niño necesita **personas reales, gestos, voces y emociones**. Necesita ver bocas que hablan, reír, responder, tocar, esperar su turno.

Por eso, **cuanto menos tiempo de pantalla y más tiempo compartido** haya, más posibilidades de comunicación y de aprendizaje le estarás brindando a tu peque.

Tu **voz**, tu **cara** y tu **tiempo** son su mejor estimulación.

ACOMPaña

Cada intento de comunicación —un gesto, una mirada, una palabra a medias— **es un paso enorme**.

No hace falta corregir, hace falta responder y reforzar con el modelo correcto.

Muéstrale que lo entiendes, refuerza su deseo de comunicarse.

El lenguaje se construye con seguridad y vínculo, no con perfección.

PARA TERMINAR...

❖ **No hay un ritmo único ni una sola manera de comunicarse.**

Cada niño encuentra su forma, su momento y su voz —a veces con palabras, a veces con gestos, miradas o sonidos.

❖ **Lo importante no es cuánto dice, sino que sienta que puede expresarse y ser escuchado.**

Que haya alguien que le mire, le espere y le responda.

❖ **El lenguaje, sea como sea, crece en la calma, en el juego, en la risa y en el cariño del día a día.**

Ahí es donde florece la verdadera comunicación.