Promueve UdeG actividad física en bebés

Cuenta con programa de estimulación temprana

La Universidad de Guadalajara, mediante la Coordinación de Cultura Física, promueve desde hace unos meses el Programa de estimulación temprana dirigido a pequeños desde dos meses y hasta dos años de edad.

Para la psicóloga y coordinadora del programa, Patricia Morales, la estimulación temprana es el conjunto de actividades sistematizadas, como masajes y ejercicio de psicomotricidad fina y gruesa, música, canto y algunos juegos que se hacen de manera divertida y de acuerdo con la edad del niño, mismas que favorecen su desarrollo físico, psicológico y social.

“Los beneficios que ofrece la estimulación temprana son muchos, el principal, contribuir al bienestar del niño. Además, favorece el desarrollo de la creatividad y la memoria, la inteligencia y el sistema nervioso, crea redes neuronales y refuerza el sistema cardiovascular y muscular”.

Explicó la especialista que las sesiones van acordes con la edad del bebé o niño y de lo que puede hacer. Por lo regular se trabaja con la psicomotricidad, masajes y cantos.

“Lo que queremos es que se diviertan, pero que generen habilidades nuevas. No estamos tratando de hacer niños más inteligentes o aumentar el coeficiente intelectual; lo que queremos es fomentar nuevas habilidades y que los niños sean más armónicos con su entorno y que sean felices”.

Las sesiones tienen una duración de 45 minutos, y por el momento se manejan dos niveles (uno para bebés de meses, los martes y jueves, de 10:00 a 11:00, y el dirigido a niños de entre uno y dos años, los martes y jueves, de 11:00 a 12:00 horas).

Puntualizó que aunado a estos, dan consejos a los padres de familia acerca de ejercicios que pueden practicar en casa con los hijos, y cuando el niño cumple cuatro años de edad, tiene la posibilidad de ingresar a alguna de las escuelas de iniciación deportiva.

“Este programa nace con la convicción de dar a las madres de familia la oportunidad de que sus hijos puedan ingresar a esos programas, ya que en otras instituciones sólo pueden acceder personas con un alto nivel socioeconómico. Damos esta facilidad a la población, con un costo muy accesible: la inscripción es de 100 pesos, y la mensualidad, de 195”.

Para mayores informes e inscripciones, acudir al gimnasio de Usos múltiples, ubicado en Revolución 1500, en el Núcleo Tecnológico, teléfono 36 19 81 06, página de internet www.deportes.udg.mx [1].

Guadalajara, Jal., 20 de enero de 2009

Texto: Laura Sepúlveda

Fotografía: Internet

Edición de noticias: LCC Lupita Cárdenas Cuevas

Etiquetas:

[Coordinación de Cultura Física](#) [2]

[Psicología](#) [3]

[Salud](#) [4]

URL Fuente: <https://www.comsoc.udg.mx/noticia/promueve-udeg-actividad-fisica-en-bebes>

Links

[1] <http://www.deportes.udg.mx>

[2] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/coordinacion-de-cultura-fisica>

[3] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/psicologia>

[4] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/salud>