

## OPORTUNIDADES DIARIAS DE VESTIRSE

### 24-36 meses

- Ayudarme a hacer buenas elecciones y alentar mi independencia, me hace sentir realmente orgulloso.
- Si necesito ayuda, alientame a pedir usando mis palabras.
- Puedo ayudar a colgar mi ropa si tengo una barra de colgar baja en mi ropero. Estirar mis brazos hacia arriba me ayuda a tener músculos fuertes.
- Si me muestras como, puedo intentar ayudar a doblar algunas cosas y ponerlas en mis cajones.
- Puedo ayudar a clasificar lo que va a la lavandería, poner y sacar cosas de un canasto, lavadora o secadora. Puedo también ayudar a apartar la ropa.
- En el lavadero automático, puedo intentar elegir monedas, ponerlas en la ranura y girar o apretar el botón de encendido. Esto es de gran ayuda para fortalecer mis dedos.
- Aliéntame a jugar a vestirme con tu ropa vieja. Actividades como la de caminar con tacos altos puede ser un reto para mi equilibrio y coordinación motriz. Vestirme también me dará la oportunidad de fingir. Puedo fingir que soy un médico, un pintor, un chef o un bailarín.



Este trabajo ha contado con el apoyo del Programa de Intervención Temprana del Distrito de Columbia bajo el número de permiso 9G0003 y el Centro de Desarrollo Infantil y Humano de la Universidad de Georgetown.

# Las experiencias diarias hacen *una...*



Kristin Conaboy, OTR/L  
Toby Long, PhD, PT  
Rachel Brady, MS, PT  
Janet Thomas, MEd, OTR/L

 Comprehensive System of  
PERSONNEL DEVELOPMENT

# V E S T I R S E

# ...Una vida de diferencias.

## O P O R T U N I D A D E S   D I A R I A S   D E   V E S T I R S E

**V**estirse puede ser un desafío pero lo hacemos muchas veces al día con nuestros hijos. Aprovecha las oportunidades de desarrollo que tienes cada vez que te sacas la ropa! El aprendizaje y el crecimiento están alrededor nuestro —aún en nuestras simples rutinas diarias!

### 0-4 meses

- Dame mucho apoyo mientras mueves mi cuerpo entre mi ropa.
- Muéstrame la ropa que tengo con colores brillantes. Observa si puedo seguirla con mis ojos.
- Álzame para ayudarme a endurecer mi cuello y mi cuerpo.
- Mientras me vistes, ayúdame a levantar mis piernas y colita para ayudar a mis piernas y pancita a fortalecerse.
- Háblame sobre mi ropa.

### 4-6 meses

- Dime el nombre de toda mi ropa. Me encanta jugar al escondite con mi ropa, manos y pies. Ayúdame a esconderme, luego tú tratas de encontrarme.
- Aliéntame a intentar sentarme para practicar mi equilibrio mientras me vistes.

### 6-9 meses

- Te agradeceré que nombres mi ropa y las partes de mi cuerpo mientras me vistes. Me gusta escuchar las palabras y tratar de practicar esos sonidos.
- Puedo intentar sentarme solo mientras terminamos.
- ¿Puedo ayudar? Déjame sentar y alcanzar mi ropa de un lado, pasarla a mi otra mano, y luego pasarla toda por encima hasta ti! Me balanceo y uso ambas partes de mi cuerpo a la vez.

### 9-12 meses

- Ahora lo estoy logrando! Recuérdame usar mis dedos para sacarme gorros, sacarme los zapatos y las medias, y también sacarme mis zapatillas.
- Mírame ahora, estoy tratando de usar mis dedos para abrir grandes cierres, Velcro, broches, grandes cremalleras.
- Me encanta cuando me enseñas a hacer los sonidos de esas cosas como “zzip” y “snapp” y “abrir” y “cerrar”.
- Puedo aún practicar parado. Ponme cerca de mi cajón. Puedo buscar mi ropa adentro.
- Puedo gatear por el cuarto para traer mi ropa o recorrer mi camita, muebles, o pared, sosteniéndome.
- Cuando es la hora de cambiar mi pañal, pídemelo y te lo traeré.

### 12-15 meses

- Estoy tratando de ayudar a pasar mis brazos, piernas y cabeza a través de mi ropa.
- Es divertido pararse, tomarme de tus hombros y balancearme mientras ayudo a poner mis pies en mis zapatos.
- Me siento muy bien cuando aprendo a sacarme todo esto! También es muy divertido imitar todos esos sonidos.

### 15-18 meses

- Cuando vamos a vestirme, toma mi mano y déjame caminar a través del cuarto o aún escaleras arriba.
- Sacar las cosas de mis cajones y traértelas me hace sentir que realmente ayudo.
- Ayúdame a elegir, imitar sonidos y nombrar la ropa y los colores.
- Ves esas formas y dibujos en mi ropa, me encantaría también saber sus nombres!

### 18-24 meses

- Continúa ayudándome a elegir, mostrándome un par de cosas para escoger.
- Aliéntame a continuar usando mis palabras para describir mi ropa, colores, dibujos o personajes en mi ropa.
- Quiero intentar ponerme la camisa sobre mi cabeza y empujar mis brazos a través de ella.
- Puedo practicar ponerme mis pantalones. Mientras estoy sentado puedo poner mis pantalones en mis pies. Mientras estoy de pie puedo balancearme sobre un pie mientras pongo cada pierna en cada pierna del pantalón.

**Muéstrame *el camino para* obtener lo mejor *todos los días!***