



### Introducción

Día del padre es el domingo, 18 de junio y este año, es seguido por el primer día oficial del verano el martes, 20 de junio. Hace calor



durante el verano y hay muchas oportunidades para salir y celebrar con los papás (y los que sirven un papel paternal en la vida de un niño) con buena comida y diversión. Este mes, esta boletín enfoque en la

relación entre padre y niño así como algunas ideas para celebrar el comienzo del verano y los papás en su vida.

**Pasando tiempo con papá =**

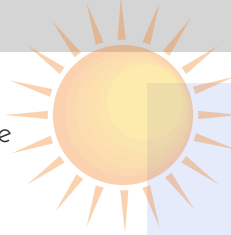
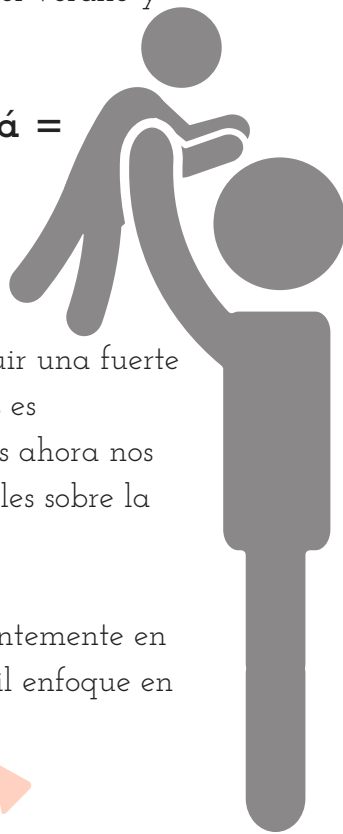
**DESAROLLO**

**DEL  
BEBÉ**

Como padres, sabemos que construir una fuerte relación positiva con nuestros hijos es importante, pero los investigadores ahora nos están dando algunos nuevos detalles sobre la importancia de estas relaciones.

Un nuevo estudio, publicado recientemente en la revista de Salud Mental Infantil enfoque en la relación entre padre y niño

¡Aquí están unos puntos!



Esta serie de boletines es inspirada y creada solo para padres. Si tiene sugerencias, comentarios o ideas para futuros boletines por favor envíe un correo electrónico a [opec@oregonstate.edu](mailto:opec@oregonstate.edu). Para recursos parentales adicionales, encuentranos en Facebook (Oregon Parenting Education Collaborative) y Twitter (@OpecParentingEd).

### ¡Presta atención!

- **¡Los primeros meses de vida son importantes!** Los papás que están más involucrados en la vida de su hijo (sobre todo durante los primeros 3 meses) tienen un impacto positivo en el desarrollo cognitivo de su bebé.
- **Tiempo con papá beneficia a niños y niñas.** En otras palabras, pasar tiempo con el bebé tenía un impacto positivo independientemente del sexo del niño.
- **¡Hable y juegue con su hijo!** Los bebés muy pequeños no hablan, pero ellos están observando y aprendiendo lo que hace! Elija actividades que promuevan la interacción y la participación del bebé, como leer libros juntos. Pasar tiempo con su bebé, cara a cara, hablando, sonriendo y haciendo expresiones de las caras con su hijo.
- **¿Necesita más ideas para actividades?** ¡Encuentre algunas actividades libres, basadas en las investigaciones científicas [www.joinvroom.org](http://www.joinvroom.org) y descargue el app!



## Disfruta de actividades al aire libre

La temperatura se está calentando, y que es hora de salir y disfrutar del sol. ¡Aquí están algunas ideas para ponerse en movimiento!



- **Arte de tiza:** Encuentra un buen lugar en la calzada o acera y ser creativo con un arte de tiza!
- **Curso de 'Boxstacle':** Pone tres cajas de carton de varios pies lejos de uno otro en un espacio exterior seguro. Escribir los números "1", "2" y "3" en las cajas. Con su hijo, elige una actividad diferente en cada caja (por ejemplo, "rugir como un león" "hacer 5 canguro saltos"). Juntos, van desde una caja a la siguiente, completar cada actividad. ¡Marca el tiempo y tratar de establecer un récord personal!
- **Jugar a las traes de la sombra:** ¡Haga que su familia juega a las traes! En la traes de la sombra, corre tras los demás pero puede "tocar" otros jugadores pisando sus sombras. Cuando pisa en la sombra de un jugador, el jugador esta "congelado," y sólo puede volver a jugar si otro jugador pisa su sombra!

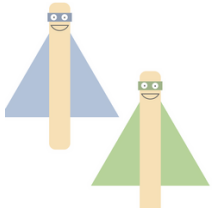
## Una receta de Papá: Alitas de Pollo a la Búfalo



Ingredientes: Pollo asado (en pedazos), queso jalapeño "Jack" (en cubos), apio (en pedazos), salsa "Buffalo", aderezo "Ranch", brochetas/paletas

Direcciones: Junto con su hijo, capa de todas las piezas sobre la brocheta/paleta y sumergir en la salsa buffalo o la salsa ranch. ¿En busca de una opción vegetariana? Sustituir la coliflor por el pollo.

## ¡Diviértete con tus hijos! Palos de superhéroe



Materiales: Palitos grandes, papel de construcción, pegamento, tijeras, lápiz de pintura blanca, marcador negro

Direcciones: Dibuja un triángulo en el papel construcción cuan grande que quiere la capa de su superhéroe, corte el papel, y pégalo en la paleta.

Corte un rectángulo tan pequeño que la paleta para una máscara de ojo, y pégalo al otro lado de la paleta que la capa. Dibuja ojos en la máscara y una boca debajo de la máscara. Debajo de la boca, puede escribir la primera letra del nombre de su hijo.

Hay dibujos de las instrucciones aquí:

<http://premeditatedleftovers.com/naturally-frugal-mom/superhero-sticks-craft-kids/>



### Referencias

**Dad's involvement with baby early on associated with boost in mental development**

[http://www3.imperial.ac.uk/newsandeventspggrp/imperialcollege/newssummary/news\\_9-5-2017-9-39-17](http://www3.imperial.ac.uk/newsandeventspggrp/imperialcollege/newssummary/news_9-5-2017-9-39-17)

**Father-Child Interactions at 3 Months and 24 Months: Contributions to Children's Cognitive Development at 24 Months:**

<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/imhj.21642/full>

**8 Snacktime Kabobs**

<http://www.parenting.com/gallery/kabobs>

**Boxstacle**

**Course** <http://www.scholastic.com/parents/resources/article/outdoor-activities/3-fun-outdoor-games-kids>

**Oregon State**  
UNIVERSITY

**Hallie E. Ford Center**  
College of Public Health  
and Human Sciences