

# Guía de discusión

## Guía de discusión para el Módulo 2: Por qué los primeros 2000 días importan: Un vistazo adentro del cerebro

**Tiempo de duración del módulo:** 20 minutos

**Tiempo estimado para completar el módulo con la guía de discusión:** 40-60 minutos

A continuación, se presentan puntos de parada recomendados y preguntas sugeridas para utilizarse en la discusión de su grupo. ¡No dude en seguir el ejemplo de su grupo y discutir los temas y preguntas que son de gran valor para este!

### Puntos clave:

- Los cerebros son construidos. Una enorme cantidad del desarrollo cerebral ocurre durante los primeros 5 años.
- Interacciones tempranas en la infancia forman el desarrollo físico del cerebro.
- Las fuerzas de conexiones formadas el cerebro de un niño depende, hasta cierto punto, el las frecuencias de las experiencias que tienen en sus vidas.

### Resumen del módulo:

Página 1: *Introducción*

Página 2: *Agradecimientos*

Página 3: *La transformación asombrosa*

Página 4: *Crecimiento del cerebro durante los primeros 5 años*

Página 5: *Las neuronas son comunicadores*

Página 6: *las neuronas en entornos de redes*

### 🕒 Punto de parada recomendado

- Los cerebros de los niños crecen a un paso increíble. Para el final de su primer año de vida, el cerebro de un niño es aproximadamente 70% del tamaño adulto. A los cinco años, el cerebro de un niño es aproximadamente 90% del tamaño adulto. Este tiempo de la vida de un niño también esta acompañado de una enorme cantidad de aprendizaje. Piense en las cosas que usted a aprendido durante los últimos cinco años. Ahora, compárelo a lo que un niño tiene que aprender durante sus primeros cinco años de vida.
- Aunque el cerebro de un bebe puede ser 90% del *tamaño* adulto, **esto no** significa que el cerebro de un niño esta 90% "completo" a los cinco años. Un niño de cinco años tiene mucho más que aprender. Pero para los cinco años, los niños tienen muchos de los materiales, como las neuronas que construyen el cerebro. El cerebro de un niño este preparado para aprender de experiencias diarias. En este punto, el cerebro esta listo para que las experiencias de la vida continúen formándolo en un cerebro especializado de un adulto. ¿Cómo son diferentes el cerebro de un niño y el de un adulto? ¿Similar?

Página 7: *Un bosque de conexiones cerebrales*

Página 8: *Construyendo un cerebro flexible*

Página 9: *La experiencia fortalece las conexiones*

Visite  
**[outreach.ilabs.uw.edu](http://outreach.ilabs.uw.edu)**  
Para obtener más información  
y recursos gratuitos

INSTITUTE FOR  
LEARNING  
& BRAIN  
SCIENCES

# Guía de discusión

## 🔄 Punto de parada recomendado

- Repetir regularmente una tarea o tener una experiencia frecuente fortalece las conexiones entre las neuronas relacionadas en su cerebro. Tanto buenas y malas experiencias fortalecerán las conexiones neuronales si suceden a menudo. Teniendo esto en mente, hable de las experiencias que usted desea que tengan los niños, porque construyen conexiones en sus cerebros.
- Podemos fortalecer las conexiones en nuestro cerebro en cualquier momento de nuestras vidas, ¡siempre puedes aprender algo nuevo! Pero los niños son especialmente sensibles a las experiencias que ayudan construir estas conexiones. ¿Puede recordar cuando aprendido algo como niño que todavía puede hacer muy bien (leer, andar en bicicleta, tocar un instrumento)? ¿Hay una actividad similar que trato de aprender como adulto? ¿Que fue su experiencia en aprendiendo esta tarea como adulto? ¿Cuánto tuvo que practicar para sentirse competente?

Página 10: *El cerebro retira conexiones no usadas*

Página 11: *Un cerebro próspero*

Página 12: *Biología + experiencia construyen el cerebro*

## 🔄 Punto de parada recomendado

- A los cinco años, el cerebro de un niño tiene aproximadamente el doble de conexiones entre las neuronas como el cerebro de un adulto. A través de un proceso llamado poda, las conexiones adicionales innecesarias se eliminan. ¿Por que cree que el cerebro "poda"? ¿Por qué cree que este es un tan proceso importante y necesario?

Página 13: *Una ventana al cerebro en desarrollo*

Página 14: *Una ventana al cerebro en desarrollo (video)*

Página 15: *Cómo desarrollar un cerebro coordinado (1/3)*

Página 16: *Cómo desarrollar un cerebro coordinado (2/3)*

Página 17: *Cómo desarrollar un cerebro coordinado (3/3)*

## 🔄 Punto de parada recomendado

- En este video, Emma tiene alrededor de seis meses y mientras escucha los sonidos del lenguaje, las regiones en su cerebro responsables de la percepción del lenguaje (audición) están activas. Mientras ella escucha, ¿qué cree usted que sucede en el área responsable de la producción del lenguaje (habla) del cerebro de Emma y en las conexiones neuronales entre las dos regiones?
- ¿Por qué cree que las regiones del cerebro no están completamente conectadas o "comunicadas" al nacer?

Página 18: *El aprendizaje ocurre en el contexto de las relaciones*

## 🔄 Puntos finales de discusión

- Las experiencias determinan el desarrollo y crecimiento del cerebro de un niño. Las experiencias enriquecedoras se presentan en el contexto de las relaciones. Las relaciones se fortalecen más a través de las interacciones diarias, en especial, mediante el juego. ¿Qué

# Guía de discusión

- formas descubrió para jugar e interactuar con los niños que sean particularmente divertidas e interesantes para ellos? ¿O para usted?
- Ahora que sabe un poco más acerca del desarrollo del cerebro de los niños, ¿sobre qué aspecto le interesa obtener más información?

---

Para aprender mas sobre el cerebro y el desarrollo temprano de los niños, revise estos recursos (Disponible en inglés únicamente):

[Center on the Developing Child](#)

[Vroom | Hola, desarrollador del cerebro](#)

[Zero To Three | Desarrollo del cerebro](#)

Nos esforzamos constantemente para mejorar nuestros materiales. ¿Tiene sugerencias acerca de los temas que podemos añadir a esta guía? ¿Su grupo discutió algo que nosotros no sugerimos? ¡Nos gustaría conocer su opinión! Envíe un correo electrónico con sus comentarios al [ilabsout@uw.edu](mailto:ilabsout@uw.edu).

Visite  
**[outreach.ilabs.uw.edu](http://outreach.ilabs.uw.edu)**  
Para obtener más información  
y recursos gratuitos

INSTITUTE FOR  
LEARNING  
& BRAIN  
SCIENCES