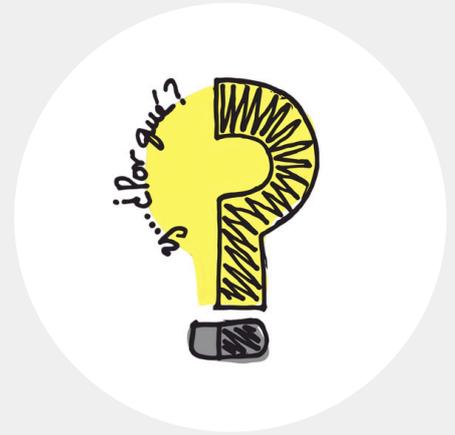


# GUÍA PRÁCTICA INTEGRANDO EL CEREBRO DE TU HIJ@



Basado en el enfoque de  
Daniel Siegel – “El cerebro del niño”

## ¿Por qué hablar del cerebro?

Conocer cómo funciona el cerebro de tu hij@ te permite acompañarlo mejor en sus emociones, reacciones y aprendizajes.

## ¿Qué encontrarás?

Resumen visual y práctico de 4 tipos de integración cerebral que podés aplicar en casa para fortalecer el desarrollo emocional y cognitivo.

## ¿Integrar el cerebro? 🧠

Significa ayudar a tu hij@ a conectar lo que siente, piensa y hace para que pueda desarrollarse con equilibrio.

- Une emoción y razón para que pueda expresarse y calmarse mejor.
- Mejora su capacidad de aprender y resolver problemas.
- Fortalece el vínculo contigo y con otros desde la empatía.

Desarrollada por Y... ¿Por qué?

# GUÍA PRÁCTICA INTEGRANDO EL CEREBRO DE TU HIJ@



Basado en el enfoque de  
Daniel Siegel – “El cerebro del niño”

## INTEGRACIÓN IZQUIERDA – DERECHA

### ¿Qué es?

- Lado izquierdo: lógica, lenguaje.
- Lado derecho: emociones, expresiones no verbales.

Cuando no se integran: El niño puede tener una reacción emocional intensa y no sabe explicarla.

Objetivo: Conectar lo que ocurrió con lo que se sintió, para organizar sus emociones y reducir el desborde emocional.

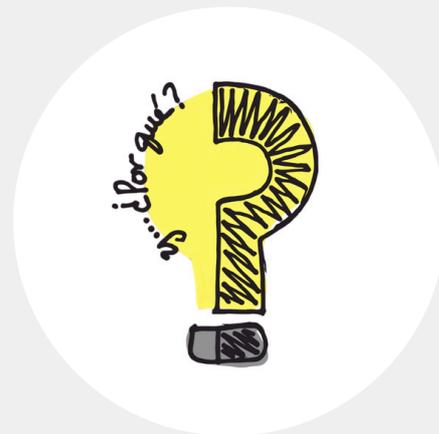
### Consejo para casa

Ayudale a ponerle palabras a lo que pasó: “Primero querías jugar... después te dijeron que no... y te enojaste mucho.”

Usa gestos, fotos o dibujos para mostrar lo que pasó y nombra las emociones con voz tranquila: “¿Estás triste? (señala la cara triste o pon la mano en el pecho).”

Desarrollada por Y... ¿Por qué?

# GUÍA PRÁCTICA INTEGRANDO EL CEREBRO DE TU HIJ@



Basado en el enfoque de  
Daniel Siegel – “El cerebro del niño”

## INTEGRACIÓN ARRIBA – ABAJO

### ¿Qué es?

- Parte superior (corteza): razonamiento, reflexión.
- Parte inferior (emocional): impulsos, reacciones intensas. Cuando no se integran: El niño actúa por impulso (grita, pega, huye).

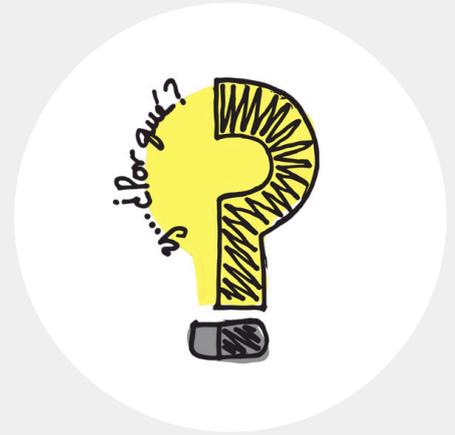
Objetivo: Ayudar a tu hij@ a recuperar el control con seguridad y respeto, sin castigos ni gritos.

### Consejo para casa

- 1 – Pausa: Baja el ritmo y elimina estímulos (ruido, exigencias).
- 2 – Contención: Abraza si quiere, o quédate cerca en silencio. Muéstrale que estás disponible.
- 3 – Cuando se calme:
  - “¿Quieres que hablemos de lo que pasó?”
  - Jueguen a repetir la escena con muñecos, imágenes pero con final alternativo.

Desarrollada por Y... ¿Por qué?

# GUÍA PRÁCTICA INTEGRANDO EL CEREBRO DE TU HIJ@



Basado en el enfoque de  
Daniel Siegel – “El cerebro del niño”

## INTEGRACIÓN NARRATIVA

### ¿Qué es?

Conectar el pasado con el presente a través de historias personales.

Cuando no se integra:  
El niño repite miedos o reacciones sin entender por qué.

Objetivo: Que el niñ@ vea que lo que vivió puede contarse, entenderse y superarse.

### Consejo para casa

Usa cuentos, juegos o dibujos para hablar de lo que pasó:

“¿Te acuerdas cuando te dió miedo la oscuridad? ¿Y después encontramos la linterna?”

Arma una secuencia de dibujos o fotos de lo que pasó (por ejemplo, entrada al médico) y cuéntalo como una historia visual. Usa expresiones faciales, tono suave, y muñecos para dramatizar.

Desarrollada por Y... ¿Por qué?

# GUÍA PRÁCTICA INTEGRANDO EL CEREBRO DE TU HIJ@



Basado en el enfoque de  
Daniel Siegel – “El cerebro del niño”

## INTEGRACIÓN INTERPERSONAL

### ¿Qué es?

Conexión emocional adulto-  
niño que activa la regulación  
emocional.

Cuando no se integra:  
El niño se siente solo o  
incomprendido.

Objetivo: Que tu hij@ se sienta  
visto, comprendido y  
acompañado. Desde esa  
seguridad, puede aprender a  
calmarse y confiar.

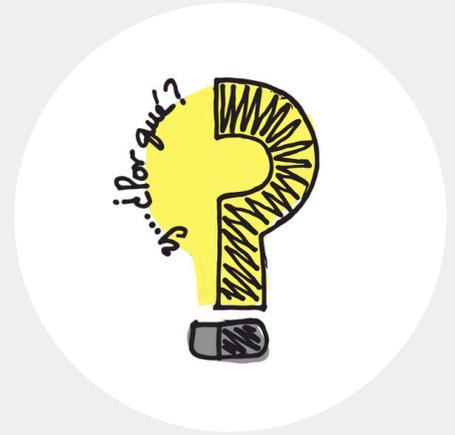
### Consejo para casa

Escucha sin interrumpir.  
Muestra interés sincero:  
“¿Quieres contarme qué pasó?  
Estoy para ayudarte.”

Presta atención a su cuerpo,  
gestos, mirada. Ofrece  
contacto físico afectivo, sostén  
el espacio emocional con tu  
tono de voz, y repite frases  
seguras: “Estoy contigo. Estoy  
aquí.”

Desarrollada por Y... ¿Por qué?

# GUÍA PRÁCTICA INTEGRANDO EL CEREBRO DE TU HIJ@



Basado en el enfoque de  
Daniel Siegel – “El cerebro del niño”

## ACTIVIDAD PARA LLEVAR A CASA

### “Dibujamos lo que pasó”

Representen (dibujo, juego, tarjetas) una situación que hayan vivido. Acompaña la conversación con las preguntas de la derecha ➡

No hace falta hacerlo perfecto. Lo importante es repetir estos momentos de diálogo, aunque sean breves. Así tu hij@ desarrolla autoestima, empatía, lenguaje emocional y habilidades de autorregulación.

### 4 tipos de integración

¿Qué pasó primero? ¿Y qué sentiste? (Izquierda – Derecha)

¿Cómo nos calmamos? ¿Qué hicimos antes de hablar? (Arriba – Abajo)

¿Recuerdas otra vez parecida? ¿Qué aprendimos? (Narrativa)

¿Cómo nos acompañamos en ese momento? (Interpersonal)

Desarrollada por Y... ¿Por qué?



Cada emoción difícil es una oportunidad para enseñar y conectar.



Con nuestros juguetes y tutorías, te acompañamos a convertir cada momento en un aprendizaje real, tanto para tu hij@ como para ti.

Desarrollada por Y... ¿Por qué?