

Prenatal - 12 meses

# RAVITOS de LUZ

julio - septiembre 2021

## Mi Familia y yo

Amor-afecto-apego-cuidado- acompañamiento

Iglesia 7D

# Índice

Presentación .....	4
Mensaje a papás y cuidadores .....	5
Observaciones generales .....	5
Amor y afecto (julio) .....	6
Apego (agosto) .....	8
Cuidado y acompañamiento (septiembre) .....	10
El apego seguro y la relación con Dios .....	12
Hablemos de... Formas de demostrarle a tu hijo/a lo mucho que lo/a quieres (prenatal) .....	13
Hablemos de... Formas de demostrarle a tu hijo/a lo mucho que lo/a quieres (0-12 meses) .....	14
Actividades de fin de trimestre .....	15
Testimonio: Mi embarazo en tiempos de pandemia por Jabneel Solana .....	16
Referencias bibliográficas .....	17



Rayitos de Luz/digital es una publicación trimestral editada por la Iglesia de Dios (7° día) A.R., Av. Universidad No. 205, Col. Buenavista, Cuernavaca, Morelos, C.P. 62130 Tel. 01(777) 102 01 30 al 32. Correo electrónico: [editorial@iglesia7d.org.mx](mailto:editorial@iglesia7d.org.mx) Página Web: <http://www.iglesia7d.org.mx> Editor responsable: Israel Delgado Sánchez. Reservas de Derechos al Uso Exclusivo e ISSN en trámite, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor, Licitud de Título y contenido en trámite, otorgado por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos de la publicación sin previa autorización de la Iglesia de Dios (7° día) A.R. Trimestre: julio-septiembre, 2021.



**La Verdad Presente**  
«Agencia Editorial»

**Dirección**  
Josué García Licona

**Asistencia editorial**  
Ana Guerrero Martínez

**Diseño Gráfico**  
Jairo Beiza Alvarado  
Gamaliel Moreno Ortega

**Distribución y ventas**  
Daniel Betancourt Badillo  
Elizabeth Román Rodríguez

**Comunicación Digital**  
Abraham Rosas Milian  
Myrna Itzel Jiménez Díaz

## Directorio

**Consejo Editorial**  
Avelardo Alarcón Pineda  
Director Departamento Nacional  
de Educación Cristiana

**Editora**  
Elemy Espinoza Ramírez  
Directora Nacional Sociedad Infantil

**Coeditor**  
Min. Abdiel Gómez Salomón

**Escritora**  
Maritza Soto Arzate

# Mi familia y yo

**Énfasis:** Amor, afecto, apego, cuidado y acompañamiento

## Sustento bíblico:

*Como un águila que agita el nido y revolotea sobre sus polluelos, que despliega su plumaje y los lleva sobre sus alas. (Deuteronomio 32:11, NVI)*

*Pues te cubrirá con sus plumas y bajo sus alas hallarás refugio. ¡Su verdad será tu escudo y tu baluarte! (Salmos 91:4, NVI)*

## Objetivos:

- Atender, a través de la caricia de mamá y el abrazo de papá, la manifestación de la presencia de Dios en mi vida.
- Escuchar la voz de mamá y/o papá que dulcemente me llaman a seguirles, como ellos siguen a Dios y buscan su protección.





## Presentación

Cuando te conviertes en mamá o papá, siempre existen interrogantes, como: si lo estarás haciendo bien, si estás haciendo lo correcto, si deberías hacer algo diferente; te sientes inexperto (a) en el tema; surgen muchas dudas y, sobre todo, muchos temores.

No existe una “receta mágica” para ser mamá o papá, ni un manual con todas las instrucciones para hacerlo perfecto. Sobre el tema de la *MaPaternidad*, todo lo vamos aprendiendo en el camino, junto con nuestro (s) hijo(s).

Es por ello, que este cuadernillo pretende ser un medio de acompañamiento en el proceso de la *MaPaternidad*. Compartiremos información que quizá te apoye, en prepararte o en continuar en tu maternidad o paternidad. Esta es una de las etapas más hermosas, pero también más importantes, que Dios nos regala vivir, pues nos confía y pone en nuestras manos al ser más preciado de su creación: un bebé. Así que, debemos esforzarnos, informarnos y prepararnos para hacer lo mejor para nuestros hijos desde los primeros meses de vida.

Recuerda que, si tienes dudas, o quieres que abordemos un tema específico, puedes escribir al correo: infantil. [iglesia7d@gmail.com](mailto:iglesia7d@gmail.com) o [infantil@iglesia7d.org.mx](mailto:infantil@iglesia7d.org.mx)

## Mensaje a papás y cuidadores:

Durante este trimestre el Rayito de Luz atenderá, a través de tu caricia y abrazo, la manifestación de la presencia de Dios en su vida. Escuchará su voz, que dulcemente le llama a seguirle, como ustedes siguen a Dios y buscan su protección.

El amor, afecto, apego, cuidado y acompañamiento que puedan brindarle a los pequeños serán la clave a lo largo de este trimestre pues, mediante estos, los Rayitos de Luz seguirán teniendo ese acercamiento a Dios y poco a poco irán conociéndolo más. Asimismo, el amor, afecto y apego, le ayudarán a tu hija o hijo a seguir creciendo y desarrollándose.

Las actividades sugeridas son relativamente sencillas; probablemente ya las realizan en casa como parte de la rutina. Sin embargo, te invito a seguir poniéndolas en práctica con el propósito de crecer y fortalecer el vínculo de tu bebé contigo y con Dios.

## Observaciones generales:

- Sugerimos que realices las actividades por lo menos dos veces por semana.
- Antes de realizar las actividades, ten en mente el propósito que se presenta aquí, y una intención específica que tengas; por ejemplo: dedicar tiempo de calidad a tu bebé, conectar o reconectar con él, crear un vínculo más cercano, etcétera. Así, cada actividad, por muy sencilla que parezca, tendrá un valor y significado para ti, para tu bebé y para Dios. ¡Lo disfrutarás mucho más!
- Busca opciones según los recursos que tengas en casa. No dejes de hacer las actividades por falta de material o recursos. Reinventa las actividades y realízalas según tus necesidades y posibilidades. Lo importante es no dejar de hacerlas.
- Te recordamos que están disponibles las cápsulas de Iducando7 en la página oficial, en Facebook: Infantil Nacional ID7. Cada una tiene contenido importante que, con mucho amor y disposición, han compartido hermanos y hermanas de nuestra Iglesia.
- Recuerda que si tienes dudas o quieres que abordemos un tema específico, puedes escribir al correo infantil.iglesia7d@gmail.com o infantil@iglesia7d.org.mx

Atentamente y con amor  
*Maritza*



# AMOR Y AFECTO

Julio

*Tu gran amor lo tengo presente [...]*

(Salmos 26:3, NVI)

## Mamá y papá:

**Amor.** Es importante que, durante los primeros meses de vida de tu bebé (y aun desde la gestación), generes un vínculo con él o ella; este vínculo se crea desde el amor. En esta etapa de primera infancia, tu bebé no tiene la capacidad de comprender conceptos ni de percibir la relación Dios-Amor; de la manera que tú o yo lo podemos hacer. Esto no excluye al bebé de vivir una experiencia de fe. Es, exactamente, en esta etapa de vida en que es más importante transmitirle el amor de Dios, pues se empezarán a sentar las bases para que comience a vivir su proceso de fe.

Es importante tener presente el gran amor de Dios en nuestra vida, para que nuestro hijo pueda experimentar ese amor a través de nosotros.

**Afecto:** Las demostraciones de afecto son muy valiosas e importantes para tu Rayito, para su crecimiento, para el vínculo que se está desarrollando entre ustedes con él y para su proceso de fe. A través de las muestras de afecto como: caricias, cuidados, besos, abrazos, miradas; permites que tu pequeño comience a sentirse amado, seguro y confiado. Al mismo tiempo, comienza a ver en ustedes (padres, abuelos, hermanos, tíos, cuidadores) la figura de Dios. El afecto, la bondad, la humildad, la amabilidad y la paciencia, son cualidades necesarias que debemos poner en práctica cuando nos convertimos en papás. Estas te ayudaran a tener una crianza más amorosa, que refleje el amor de Dios a tu Rayito de Luz.

## Actividades – mes 1 (julio)

**Propósito mensual:** Transmitir el amor de Dios a tu Rayito y sentar las bases para su proceso de fe a través de tus muestras de amor, caricias, abrazos y besos.

Semana	Prenatal	0 a 6 meses	6 a 12 meses
<b>3 al 09</b>	Invita a que un integrante de la familia participe en esta actividad (papá, abuelos, hermanos). Pídele que durante algunos minutos abrace tu vientre y le diga algunas frases de amor a tu bebé, por ejemplo: “te amamos”, “ya queremos conocerte”, “te quiero mucho” o “eres un bebé muy especial”.		Carga a tu bebé, abrázalo con delicadeza, arrúllalo suavemente y dile al oído algunas frases de amor, por ejemplo: “te amamos”, “te quiero mucho” o “eres un bebé muy especial”
<b>10 al 16</b>	Invita a que un integrante de la familia participe en esta actividad. Pídele que le dé besos a tu bebé en tu vientre, suaves y con amor; mientras tú le dices algunas frases de amor a tu pequeño.		Pídele a papá o a algún otro integrante de la familia (abuelos, hermanos, etc.) que se sume en esta actividad contigo. Si la salud de los participantes lo permite, llenen de besos a tu bebé, con amor y suavidad (si el Rayito es mayor de 6 meses puedes jugar un poco dándole “ráfaga de besos”). Es importante que los besos no sean en su rostro, será mejor que lo llenen de besos en el cuerpo sobre su ropa.
<b>17 al 23</b>	Caricias. Acaricia tu vientre, puedes invitar a integrantes de tu familia o hacer esta actividad sola. Reproduce música suave y tranquila, puede ser música cristiana o música clásica. Mientras escuchas las melodías, acaricia tu vientre con suavidad.		Después de la rutina del baño, dedica unos minutos para contemplar a tu bebé y acariciarlo suavemente con tus manos. Hazlo con amor y trayendo a tu mente cómo le imaginabas antes de nacer.
<b>24 al 30</b>	Revisa las citas de tu seguimiento prenatal, los ultrasonidos, los estudios necesarios; que todo esté en orden y que no se te pase ninguna fecha de consulta o ultrasonido. Estar al pendiente de estos detalles, también demuestra amor a tu bebé.		Revisa la cartilla de vacunación de tu bebé. Ten presente las fechas de su próxima aplicación de vacunas y que todo vaya en orden, de acuerdo a su edad. Estar al pendiente de estos detalles, también demuestra amor a tu bebé, pues estás procurando su bienestar.
<b>31 al 06 de agosto</b>	Medita y mentaliza el proceso que estás viviendo: el embarazo y la maternidad. Si ya percibes los movimientos de tu bebé, disfrútalos y conecta con él.		Platica con tu bebé. Cuéntale cómo te sentías cuando estaba en tu vientre, cómo lo imaginabas, cómo imaginabas su llegada, si hubo alguna complicación en el parto, cuéntale cuan esperado era, cómo estaba tu familia: emocionada, ansiosa, nerviosa.





# APEGO

Agosto

*Si me elevara sobre las alas del alba, o me estableciera en los extremos del mar, aun allí tu mano me guiaría, ¡me sostendría tu mano derecha!*  
(Salmos 139:9-10, NVI)

El salmista muestra al Eterno como un ser omnipresente, todopoderoso y padre amoroso e incondicional; siempre dispuesto a la búsqueda y mantenimiento de proximidad en momentos de amenaza.

**Mamá y papá:** En este salmo, David se expresa de Dios como un padre amoroso e incondicional, siempre dispuesto a la búsqueda y mantenimiento de proximidad, sobre todo en momentos de amenaza. Así nosotros, como padres, debemos ser el reflejo de ese Dios en la vida de nuestro bebé. Generar ese vínculo con él es importante; hacerle saber que estamos al pendiente de sus necesidades, que puede confiar en nosotros, que le atendemos pronto cuando requiere algo, que le cuidamos y que le protegemos. Esto sentará las bases para que en el futuro sea un niño, y posteriormente un adulto, con seguridad y confianza; pero sobre todo con fe, y que pueda generar ese vínculo con Dios.



## Actividades – mes 2 (agosto)

**Propósito mensual:** Generar y fortalecer el vínculo de apego seguro madre/padre-hijo/a, a través del amor, los cuidados, la atención; y fortalecer las bases para que el Rayito comience a vivir su proceso de fe.

Semana	Prenatal	0 a 6 meses	6 a 12 meses
<b>7 al 13</b>	Revisa tu red de apoyo. Puedes anotar en una libreta los nombres de las personas que tienes cerca, familiares y amigos en los que puedes confiar y que te apoyan durante esta etapa de embarazo y maternidad, a quien puedas llamar en alguna emergencia o cuando necesites apoyo. Hazles saber que forman parte de tu red de apoyo.	Llama a tu red de apoyo. Dedicar un tiempo para ti, mamá/papá. Pide a una de las personas de tu red de apoyo (familiar o amigo) que cuide por unos minutos de tu Rayito. Usa ese tiempo para ti, para relajarte, para tomar un té con tranquilidad, para tomar un baño, para hacer una siesta; lo que te haga falta. Recuerda que en el vínculo madre/padre-hijo, también tu bienestar es importante. Si tú estás bien, tu bebé también.	
<b>14 al 20</b>	Imagina a tu bebé y apóyate de las imágenes de tus ultrasonidos. Piensa en cómo es, sus rasgos físicos. Imagina cómo será su personalidad, su carácter.	Atiende pronto las necesidades de tu bebé (hambre, sueño, limpieza, baño, contención, etc.). Esto hace que él comience a confiar en ti y le haces saber que estás ahí para él y que contigo está seguro.	
<b>21 al 27</b>	Visualízate con tu bebé en brazos. Piensa en cómo será el momento después del parto, la primera vez que lo tengas en brazos. Piensa y aprecia esa sensación.	Tiempo de calidad. Pasa tiempo de calidad con tu Rayito. Sin prisas, sin distracciones. Juega con él o simplemente recuéstate con él.	
<b>28 al 03 de septiembre</b>	Escribe dos cartas, una para ti y una para tu bebé. En la carta que es para ti, escribe cómo te sientes y lo que le dirías a tu yo del futuro; pídele que tenga paciencia, que esté tranquila. En la carta que es para tu bebé, escribe cómo te sientes en estos momentos de espera, cómo lo imaginas, cómo lo piensas y todo lo bueno que quisieras para él.	Carta. Escríbele una carta a tu Rayito, anota todos los buenos sentimientos que te produce tenerlo contigo, en tu familia. Escribe tus anhelos para él en un futuro, lo mucho que lo amas, escribe cosas particulares que hace, pucheros, gustos, cosas graciosas, etc. Puedes leerla para él y guardarla para leérsela en el futuro.	



# CUIDADO Y ACOMPañAMIENTO

Septiembre

*Pues te cubrirá con sus plumas y bajo sus alas hallarás refugio. ¡Su verdad será tu escudo y tu baluarte!*  
(Salmos 91:4, NVI)

**Mamá y papá:** Los cuidados y acompañamiento que le brindes a tu pequeña/o representan el refugio y protección que puede encontrar en los brazos de Dios. En esta edad no lo puede comprender así, con estas palabras, pero sentirse cuidado y acompañado por sus padres y por el resto de la familia, ayudará a que, en un futuro, él o ella pueda confiar en que Dios le brinde los cuidados y acompañamiento que necesita; y pueda abandonarse en sus brazos y confiar plenamente en Él. Además, los cuidados y acompañamiento que le brindes a tu bebé, también fomentarán el vínculo entre tú y él, fortaleciendo su relación y apego.

## Actividades – mes 3 (septiembre)

**Propósito mensual:** Fomentar el vínculo y apego entre tú, tu familia y tu Rayito, y fortalecer el proceso de fe de tu bebé mediante las demostraciones de cuidados y acompañamiento.

Semana	Prenatal	0 a 6 meses	6 a 12 meses
<b>4 al 10</b>	Muévete. Reproduce música alegre, movida, que sea de tu agrado y muévete al ritmo de la música. Acaricia tu vientre y conecta con tu bebé mientras bailas.	Acarícialo su cabeza. Dedicar un tiempo de calidad y acaricia la cabeza de tu bebé con suavidad. Trásmítele tranquilidad y exprésale lo importante que es para ti.	Muévete al ritmo de la música con tu bebé. Puedes reproducir música o cantar alguna canción y balancéate con tu bebé. Si es posible, invita a los integrantes de tu familia a participar en esta actividad y todos pueden cargar al bebé mientras se balancean al ritmo de la música. Así, tu Rayito se irá familiarizando con todos los integrantes y será más fácil socializar con ellos.
<b>11 al 17</b>	Contacto visual. Aunque tu bebé no te pueda ver, sí te puede percibir. Percibe tu sentir. Haz contacto visual, mira tu pancita por algunos momentos y exprésale palabras de amor a tu Rayito.	Miradas. Procura tener contacto visual con tu bebé. Puede ser mientras le cantas o lo arrullas, búscalos con la mirada y sonríele.	Imita a tu bebé. Juega con tu bebé imitándolo/a en todo lo que haga, si mueve sus brazos, su cabeza, sus gestos. Repite todos los movimientos que él haga.
<b>18 al 24</b>	Cuéntale un cuento. Puedes leer o inventar un cuento para tu bebé. Nárralo mientras estás sentada tranquila y acaricias tu vientre.	Acaricia sus manos. Dedicar un tiempo, sin distracciones, a contemplar y acariciar las manos de tu bebé.	
<b>25 al 01 de octubre</b>	Elabora un álbum de fotos. Cuéntale una historia a tu bebé a través de él. Puedes agregar las imágenes de tus ultrasonidos, fotografías de los integrantes de tu familia. Agrega una descripción en cada foto, sobre cada integrante, cómo ha sido la espera, cómo se siente cada uno al saber que tu Rayito viene en camino.	Elabora un álbum. Con fotografías de tu Rayito y de todos los integrantes de tu familia, elabora un álbum. Agrega una descripción en cada foto. Puede ser de un momento importante en la vida de tu Rayito, el día de su nacimiento, cuando lo conocieron. Busca entre tus fotografías o captura nuevas. Cuando esté listo, muéstraselo a tu bebé o si aún es muy pequeño, guárdalo para que en algunos meses puedas mostrárselo. Sugiero que sigas actualizándolo en el futuro.	



# El apego seguro y la relación con Dios

La *teoría del apego* trata acerca de la importancia que desempeña el apego en el desarrollo de la constitución mental del infante humano, su desarrollo emocional, la adquisición tanto de seguridad, como confianza y confort.

El apego es el vínculo afectivo que une una persona a otra específica, claramente preferida y diferenciada; de acuerdo con Bowlby (1969) en Lorenzo (2018), el vínculo de apego mantiene unidas a la díada (madre/padre/cuidador-hijo) a lo largo del tiempo y surge como una respuesta innata que aumenta la probabilidad de supervivencia en el recién nacido.

Por otro lado, el apego seguro es una de las categorías o tipos de apego de esta teoría. En el apego seguro, las figuras de apego (mamá, papá, cuidador, etc.) evidencian una genuina preocupación por el cuidado de su bebé. Desarrollan rasgos empáticos con sus bebés, satisfacen sus necesidades con bastante precisión y responden de forma afectuosa a los estados anímicos del bebé. Esta cercanía proporciona seguridad y gratificación al bebé, y sirve de patrón o representación interna para todas las relaciones de apego posteriores. Por su parte, el adulto también manifiesta determinados comportamientos como respuesta a las expresiones de apego del bebé. Estos comportamientos recíprocos llevan al desarrollo de una relación compleja y duradera.

Durante la *primera infancia*, lo más relevante para generar un vínculo seguro es la respuesta sensible del cuidador. Esto significa que los padres deben empezar a percibir las señales del bebé, interpretarlas y responder de forma adecuada y rápida.

Entre el primer y segundo año de vida, el niño madura habilidades cognitivas que le permiten construir una representación interna del mundo en forma simbólica. Seguramente te preguntarás qué tiene que ver todo esto con Dios. Bueno, estas bases y características del apego seguro permitirán que tu hijo o hija, en un futuro, pueda tener una buena relación con Dios, sintiéndose seguro. Por ejemplo,

la niña o el niño que interactúa con padres, adecuadamente protectores y sensibles a sus necesidades, recibirá del comportamiento de ellos, un mensaje muy preciso: “te cuido, te acojo y te protejo porque te quiero”. Y esto es exactamente lo que Dios hace con sus hijos. Dios, desde una figura de pastor y cuidador de sus hijos, nos cuida, nos abraza y nos protege porque nos ama.

La percepción de los padres, como protectores sensibles, unidos al relato de la presencia de un Padre bueno y justo que protege, permite al niño elaborar la primera imagen de Dios.

Quizás, de primera impresión, puede parecer muy complejo transmitir la imagen o conceptualización de Dios a nuestros pequeños. Sin embargo, los padres podemos transmitir al bebé (de modo afectivo) la imagen tierna y misericordiosa de Dios, simplemente mirándole, cargándole y teniéndole en brazos, haciéndole sentir aceptado y querido.

Claves para crear y fortalecer el apego seguro. Papá, mamá o cuidador:

- Muestra sensibilidad y disponibilidad hacia el niño.
- Sé un refugio al que el niño o niña puede acudir cuando lo necesita.
- Atiende y satisface las necesidades del bebé (sueño, hambre, contención, etcétera).
- Promueve la seguridad en el vínculo de apego, dándole confianza.
- Muéstrale a tu pequeño o pequeña que le amas de forma incondicional.
- Pasa tiempo con tu hija o hijo, para crear una relación en la que él o ella sepa que su figura de apego (tú) está ahí, disponible para él o ella.
- Aprende a identificar las necesidades de tu hija o hijo, intenta ponerte en su mente para poder entender qué quieren decir con su comportamiento.
- Brinda respuestas cálidas y cariñosas a sus necesidades.

# Prenatal

## Hablemos de...

Formas de demostrarle a tu hijo/a lo mucho que lo/a quieres.

Desde que el bebé está en el vientre, tenemos la capacidad de darle y demostrarle amor. Esas muestras de amor pueden evidenciarse en la planificación de una vida con él. Esto tiene que ver con la preparación y previsión de lo necesario para la llegada del recién nacido, por ejemplo:

- Realizar puntualmente el control prenatal (consultas, ultrasonidos, etc.)
- Preparar un ambiente para él/ella, su habitación propia o destinar un espacio en la habitación de los padres para el bebé.
- Comprar las cosas necesarias para cuando nazca (ropa, bañera, accesorios, etc.)
- Practicar la estimulación prenatal (leer, cantar y hablarle al bebé, acariciar el vientre).

### Mito:

Cortarse el pelo durante el embarazo puede causar cosas como... que el bebé nazca ciego, sordo o distraído.

**Explicación científica:** esto se cree porque piensan que los nutrientes y vitaminas se irán a hacer crecer tu cabello y le harán falta a tu bebé. Sin embargo, no existe evidencia científica que respalde estos supuestos.

### ¿Sabías qué...?

El cerebro de tu bebé necesita amor para seguir creciendo y desarrollándose. El rol del afecto en esta etapa temprana, además del sueño y la nutrición, es fundamental para la maduración neurobiológica y el desarrollo emocional, motor y cognitivo de los niños.

# 0-12 meses

## Hablemos de...

### Formas de demostrarle a tu hijo/a lo mucho que lo/a quieres

Una vez que el bebé nace, es posible expresarle amor de diferentes formas. Hay cosas que pueden parecer muy simples o cotidianas, pero que son importantes y que demuestran verdaderamente ese sentir de los padres al bebé. Por ejemplo: Cuando es alimentado, aseado, protegido. A continuación, mencionamos algunas formas de demostrarle a tu pequeño ese gran amor:

- Mantén contacto físico. Siempre que puedas apapáchalo con caricias, besos y abrazos.
- Dedícale frecuentemente tiempo de calidad. Pasa más tiempo con tu bebé, sin prisas ni distracciones.
- Cuéntale historias, anécdotas o platica con él.
- Cántale. Entona diversas melodías para arrullarlo.
- Dale los buenos días y las buenas noches de manera calidad.



### Sabías qué...

El contacto piel a piel, el inicio temprano de la lactancia materna y el alojamiento conjunto madre-hijo en los servicios de ginecoobstetricia, dan fuerza a las conductas de apego y favorece el desarrollo futuro del bebé.



## Actividades fin de trimestre

Etapa	Actividad	Descripción	Material
Prenatal	Cartel de bienvenida	Elabora un cartel de bienvenida para tu bebé. Puedes pegar sobre una cartulina las imágenes del ultrasonido, escribir su nombre, hacer un dibujo, escribir una frase. En esta actividad pueden participar todos los integrantes de la familia.	Cartulina, plumones, colores, imágenes del ultrasonido del bebé, hojas de papel, pegamento o silicón, tijeras.
0-6 meses	Móvil de corazones	<p>Realiza un móvil con corazones. Puedes hacer las figuras con papel o tela. Si decides utilizar tela: corta dos piezas de cada figura para coserlas y posteriormente rellenarlas. Figuras: 1 nube y 7 corazones. Cuando tengas listas las figuras, pega o cose cada corazón a un extremo de estambre o listón de 20-25 cms, y el otro extremo del listón pégalo a la nube. Repite este paso con todos los corazones, sobre la misma nube. Pega o cose un poco más de listón o estambre en la parte superior de la nube para que puedas colgarlo.</p>	Papel (cartulina, cartón, hojas de color), pegamento, tijeras, hilo, listón, estambre, aguja,
6-12 meses	Tus huellas en mi corazón	Dibuja un corazón en una hoja tamaño carta y coloca un poco de pintura sobre las plantas de los pies de tu bebé, en seguida plasma sus huellas en el centro del corazón en la hoja de papel y deja secar, también puedes poner la pintura sobre sus calcetines y en cuanto termines la actividad, retirarlo para evitar alguna reacción alérgica por la pintura. Otra opción sería marcar la silueta y en seguida colorear las huellas de tu bebé.	Hojas blancas o de color tamaño carta, lápices, colores, pintura.



## Testimonio: Mi embarazo en tiempos de pandemia



Doy gracias a Dios por su infinita misericordia en la vida de mi familia.

Hace 1 año nos enteramos que seríamos papás. Hicimos planes, teníamos sueños, ilusiones y todas las emociones que conlleva un embarazo. Sin embargo, no todo salió como lo esperábamos; a los tres meses perdimos a nuestro bebé.

La tristeza llegó a nuestros corazones. Nos preguntábamos qué fue lo que hicimos mal y por qué

nosotros teníamos que pasar por esta situación. Dios contestó nuestras preguntas y entendimos el porqué de este suceso. En el mes de marzo, debido a la pandemia, mi esposo pierde su trabajo, y en el mes de junio nuevamente Dios nos regala la oportunidad de tener un bebé. Hubo mucho miedo de volver a repetir la misma experiencia anterior.

Fueron momentos de incertidumbre debido a la falta de empleo y a que mi cuerpo no estaba listo para tener otro

bebé. Esto lo convirtió en un embarazo de alto riesgo. Consulte un médico que pudiera llevar mi control prenatal, sin embargo, su diagnóstico fue poco alentador, diciéndome nuevamente que habría un riesgo de perder a mi bebé.

No sabía qué hacer. Humanamente, quisimos solucionar las cosas a nuestra manera. Después de orar, mi familia, amigos y hermanos en la fe, para tomar la mejor decisión, dejamos que Dios hiciera las cosas conforme a su voluntad, poner mi vida y la de mi bebé en sus manos y así es hasta el día hoy.

Él se manifiesta día con día. Permitted que mi bebé creciera sano y yo cursara un embarazo sin ninguna complicación. Sin duda que su mano tocó mi cuerpo y puedo ver su grandeza en mi vida.


Hoy, estoy a una semana de conocer a mi bebé. Tengo muchas dudas, temores y sentimientos encontrados, pero sé que Dios está conmigo y que el final de mi embarazo y el parto solo será un testimonio más de la grandeza de nuestro padre.

Futura mamá: Encomienda la salud de tu bebé y la tuya en manos de nuestro Señor, Él pondrá los medios para que puedas enfrentar cada situación que se presente.

Con amor

Jabneel Solana

Directora de la Sociedad Infantil en el Dto. 12



### Referencias bibliográficas

- Bruno, Simone. (2008). *La construcción de vínculos de apego en la relación hombre-Dios*. Tredimensioni (5). Recuperado de: <http://www.isfo.it/files/File/Spagnolo/e-Bruno08.pdf>
- Campos, A. y Fujimoto, G. (2010). *El nacimiento y los primeros meses: momentos decisivos para el cerebro*. En Cerebrom (Ed.), *Primera infancia. Una mirada desde la neuroeducación* (pp. 35-44). Organización de los Estados Americanos (<http://www.iin.oea.org/pdf-iin/rh/primera-infancia-esp.pdf>)
- Osorio Castaño, John Henry, Carvajal Carrascal, Gloria, & Vázquez Rodríguez, María de los Ángeles. (2019). *Apego materno-fetal: un análisis de concepto*. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 18(6), 969-982. Epub 05 de diciembre de 2019. Recuperado en 14 de enero de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2019000600969&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2019000600969&lng=es&tlng=es).
- Román, R. [Consejería de Educación y Deporte] (2018, mayo 2). *Apego seguro: clave para el desarrollo infantil* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=KoO4MSO8Mgo>
- Vargas Vásquez, Alix Nathalya, & Pardo Torres, Myriam Patricia. (2020). *Validez y consistencia interna del instrumento Vínculo entre padres e hijos neonatos*. Enfermería Global, 19(59), 255-285. Epub 10 de agosto de 2020. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.403721>



# Iglesia7D

TOMO 1 - 2021

TOMO 2 - 2021

 [facebook.com/laverdadpresente](https://facebook.com/laverdadpresente)

[www.laverdadpresente.org.mx](http://www.laverdadpresente.org.mx)

