

## **PREGUNTAS FRECUENTES**

### **1ª ETAPA (5 a 24 meses)**

#### **1.1. ¿Por qué debe ser diario?**

Para lograr el Aprendizaje, los bebés necesitan una frecuencia de estimulación muy elevada. ¿Qué hacemos cuando queremos que aprenda a decir mamá o papá? Repetir, repetir y repetir.

#### **1.2. ¿Sólo 15 minutos es suficiente?**

Tiempos mayores de actividad sólo llevan a que el bebé pierda interés y se muestre más irritable. Un bebé no puede estar por más tiempo realizando una actividad, máxime si la iniciativa no es suya.

#### **1.3. ¿Podemos alternarnos los papás en el agua?**

El aprendizaje está pensado tanto para que el bebé obtenga su 1ª Autonomía Acuática como para que el adulto acompañante aprendan a manipular correctamente a su bebé en el agua. Si os alternáis, se romperá la continuidad del aprendizaje y éste se retrasará.

#### **1.4. ¿Cuál es la temperatura del agua?**

El agua se encuentra siempre entre 31º y 32ºC. Está comprobado que temperaturas inferiores provocan irritabilidad y malestar en el bebé, llegando incluso con temperaturas inferiores a los 28 ºC, a la hipotermia. Por otro lado, temperaturas mayores, como puede ser la del baño (36-37ºC) inducen a la relajación y el sueño, por lo que no estimularán al bebé.

#### **1.5. ¿No es muy pronto a los 5 meses?**

A los 5 meses el bebé ya goza del tono muscular necesario y su sistema inmunológico está suficientemente desarrollado para entrar en una piscina pública. Ya es capaz de regular con eficiencia su temperatura corporal, y aún conserva gran parte de los reflejos innatos que nos serán tan útiles durante el Aprendizaje.

### 1.6. ¿Olvidará lo aprendido?

Si un bebé logra su Autonomía Acuática y deja de asistir a clases irá perdiendo destrezas, pero no lo olvidará. Es decir, al retomar la actividad logrará en mucho menor tiempo un mismo objetivo que un bebé sin ninguna experiencia acuática. No obstante, pensemos que cada bebé es diferente y que hay muchos factores que van a influir: educación acuática recibida en casa, disposición de los papás frente a la actividad, propensión a enfermedades, estado madurativo del bebé,...

### 1.7. ¿La piscina tiene cloro?

Por normativa de la D.G.A. **todas** las piscinas contienen cloro en una concentración que oscila entre 0,5 y 1,5 p.p.m. Lo único que diferencia a las piscinas es la forma de lograr ese cloro: por cloración salina, dosificado directamente,...

### 1.8. ¿Y si no le gusta la actividad?

El bebé normalmente tenderá a no querer salir de su 'zona de confort' y ante cualquier alteración de ésta, tenderá a quejarse. Tendremos que ser pacientes y con actitud positiva tratar de encontrar el estímulo que le agrada dentro del agua. Puede ser el susurro de mamá, o tal vez un color, la textura de un muñeco, una canción,... y así lograremos ir asociando ese momento placentero a la piscina. Ten en cuenta que la gran mayoría de los bebés no lloran, se quejan (en su 'lenguaje') porque salen de su zona de confort.