menudas historias

CUENTOS PARA GRANDES MOMENTOS



Llega un hermanito

Cómo contárselo a tu peque y acompañarle antes, durante y después de la llegada del bebé

una guía de regalo, con mucho cariño

antes de nada

¿Cuándo se lo contamos?

No hay una fecha perfecta, pero sí una regla de oro: **que lo sepa por vosotros**, y no porque lo escuche en una conversación de mayores. Los niños perciben enseguida que algo ha cambiado en casa.

El tiempo se vive distinto según la edad. Nueve meses son una eternidad para un niño pequeño, así que conviene adaptar el momento:

Menos de 2 años	Cuando la barriga empiece a notarse o un poco antes del nacimiento. Aún no entiende el futuro: muéstraselo con fotos, cuentos y muñecos.
De 2 a 4 años	Hacia la mitad del embarazo. Une la fecha a algo que conozca: *«el bebé llegará cuando haga calor»* o *«después de tu cumpleaños»*.
5 años o más	Puede saberlo antes, incluso al principio. Le encantará participar: elegir ropa, preparar su rincón o proponer nombres.

Truco: si hay un cambio grande previsto (dejar el pañal o el chupete, pasar a la cama grande, empezar la escuela), intentad que no coincida con la llegada del bebé. Mejor unos meses antes o un tiempo después, para que no lo viva como *«me quitan cosas por culpa del bebé»*.

Contadlo con calma, cuando el embarazo sea seguro, y sin hablar del bebé a todas horas delante de él.

las palabras importan

Di esto, no digas esto

Lo que más necesita escuchar tu peque es que su lugar en la familia no cambia.

Di esto	Mejor no
«Vas a ser hermano (o hermana) mayor. Y vas a seguir siendo nuestro tesoro.»	«Ahora ya tienes que ser mayor.» Le pone una carga que no le toca.
«El amor no se reparte: se multiplica. Hay para todos.»	«Vas a tener un amiguito para jugar.» Al principio el bebé solo come, llora y duerme. Puede decepcionarle.
«¿Me ayudas a elegirle un pijama? Tú sabes mucho de bebés.»	«Ya eres mayor para eso.» Si quiere volver a sentirse pequeño un rato, es normal.
«A veces estarás enfadado o celoso. Es normal y nos lo puedes contar.»	«No digas eso de tu hermanito.» Le enseña a esconder lo que siente, no a gestionarlo.

mientras esperáis

Preparar su corazón (y su casa)



- **Enseñadle sus fotos de bebé.** «Así eras tú, así te cuidábamos.» Le ayuda a imaginar al bebé y a sentirse especial.
- **Leed cuentos sobre hermanos.** Ver su situación en una historia le da palabras para lo que siente.
- **Dejad que participe** sin obligarle: tocar la barriga, ir a una ecografía, preparar un regalo para el bebé.
- **Explicad qué pasará el día del parto:** quién le cuidará, dónde dormirá y cuándo podrá conocer al bebé. Lo desconocido asusta más.
- **Practicad con un muñeco** cómo coger al bebé o cómo hablarle bajito.
- **Cuidad las expectativas:** el bebé al principio come, duerme y llora; no jugará con él enseguida. Si tiene 5 años o más, conocer a otras familias con bebés le ayuda a hacerse una idea real.
- **Los cambios de habitación o de cama,** mejor hacerlos antes de que llegue el bebé.

Cuando el bebé llega a casa

El primer encuentro

Si puede ser, que al entrar a conocerle **los brazos de quien le cuida (mamá, papá o ambos) estén libres** para abrazarle a él primero. Muchas familias preparan un pequeño regalo «de parte del bebé».

Las visitas

Pedid a familiares y amigos que **saluden primero al mayor** y le pregunten por él, no solo por el bebé.

Su ratito especial

Diez o quince minutos al día **solo para él**, sin bebé y sin móvil, valen más que una tarde entera a medias. Llamadlo por su nombre: *«nuestro rato de los dos»*.

Si vuelve a «ser bebé»

Que vuelva a hacerse pis, quiera el biberón o hable como un bebé es **muy habitual y suele pasar solo**. Mejor no regañarle ni reírse de él: acompañad con paciencia, **elogiad lo que hace bien** y dejadle participar en los cuidados del bebé (traer un pañal, elegir la ropa). Estas regresiones suelen durar unas pocas semanas.

sin dramas

Los celos son normales

Sentir celos no significa que lo estéis haciendo mal. Es la forma que tiene de decir *«¿sigo siendo importante?»*. Lo que ayuda es **poner nombre a lo que siente** y responder con cariño:

Si dice «no quiero al bebé»:
«Te entiendo, a veces es difícil compartir a mamá y a papá.
¿Quieres que nos demos un abrazo de los fuertes?»

Si se enfada mientras dais el pecho o el biberón al bebé:
«Cuando termine, tú y yo leemos tu cuento favorito.» Y cumplidlo.

- Contadle al bebé, en voz alta, lo bien que lo hace su hermano: *«Mira qué bien te canta tu hermana»*.
- Evitad comparar: *«Tú a su edad ya…»*.
- Nunca le dejéis solo con el recién nacido al principio: son comprensibles los cambios de humor repentinos y el bebé es muy frágil.
- Los límites siguen igual: puede enfadarse, pero no hacer daño. Lo decís con calma y le ofrecéis otra salida, como dibujar su enfado, pisar fuerte o pedir un abrazo.

Si los celos o la regresión duran más de unas semanas, pierde el apetito, le cuesta dormir, se aísla o le notáis muy triste, consultad con vuestro pediatra o con un psicólogo infantil. Pedir ayuda también es cuidar.



tú pones el corazón, nosotros el cuento

Un cuento con su nombre

Creamos **cuentos personalizados para los grandes momentos**: tu peque es el protagonista, con su aspecto, su familia (la tuya, sea como sea) y su mundo, y la Luna le acompaña en lo que está viviendo.

Muy pronto estarán en **menudashistorias.com**. Y la oferta de lanzamiento llega con ellos.

síguenos

Instagram **TikTok** **Pinterest**

@menudashistorias.es

Esta guía recoge consejos generales de crianza y no sustituye el consejo de un profesional. Fuentes consultadas: UNICEF, «Cómo preparar a tu hijo o hija ante la llegada de un nuevo hermano» (unicef.org/parenting/es) y Consumer Eroski, «Preparar a un hijo para la llegada de un hermanito».

© 2026 Menudas Historias · menudashistorias.com · hola@menudashistorias.com