

Creciendo y Aprendiendo a los...12 Meses/1 Año



Lo que la mayoría de los bebés hacen a los 12 meses:

Señales socioemocionales

- Juega contigo, como pat-a cake

Señales de lenguaje y comunicación

- Olan "adiós"
- Llama a uno de los padres "mamá" o "papá" u otro nombre especial
- Entiende "no" (hace una breve pausa o se detiene cuando lo dice)

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Pone algo en un recipiente, como un bloque en una taza
- Busca cosas que te ve esconder, como un juguete debajo de una manta

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Camina, agarrándose de los muebles
- Se levanta para ponerse de pie
- Bebe de una taza sin tapa, mientras la sostiene
- Recoge cosas entre el pulgar y el índice, como pequeños trozos de comida

Cómo ayudar a bebés de 1 año aprende y crece:

- ▶ Habla o canta sobre lo que estás haciendo. Por ejemplo, diga "Nos estamos lavando las manos" o cante "Así es como nos lavamos las manos".
- ▶ Los niños de un año señalan cuando están pidiendo cosas. Puedes convertir esto en una conversación. Cuando señale una taza, responde: "¿Quieres la taza? Aquí está la copa. Es tu taza. Si trata de decir taza, ¡celebre el esfuerzo!"
- ▶ Señalar cosas y nombrarlas ayuda a los niños de un año a aprender nuevas palabras y prestar atención a lo que otros les están "mostrando".
- ▶ A esta edad, los bebés pueden practicar alimentarse solos con alimentos seguros y beber una pequeña cantidad de agua de una taza. ¡Este proceso es complicado y divertido!
- ▶ A los niños de un año les gusta golpear ollas y sartenes o pequeños instrumentos musicales de juguete, como un tambor o cimbales. ¡Están encantados de escuchar los ruidos que hacen!
- ▶ Léale a un niño de un año hablando con él sobre las imágenes del libro. Los libros con cosas para tocar o solapas para levantar son especialmente interesantes a esta edad.
- ▶ Los niños de un año están aprendiendo a caminar. Puede alentarlos tomándolos de las manos o ayudándolos a sostenerse de muebles estables. Dele artículos para empujar, como cajas vacías, una silla para niños o un juguete para empujar.

Fuente

Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., CDC; Academia Americana de Pediatría.

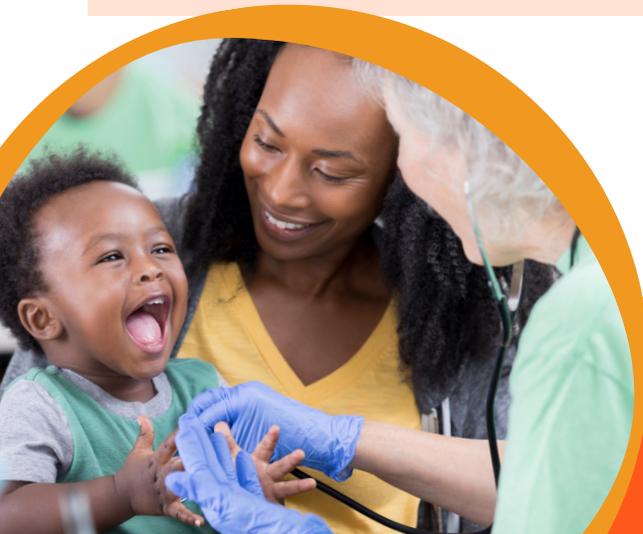
Puede encontrar más información en la sección Edades y etapas en www.healthychildren.org

Creciendo y Aprendiendo a los...12 Meses/1 Año



Temas para discutir a los 12 meses de edad visitas al médico de niño sano:

- ▶ ¿Qué progreso ha alcanzado su bebé?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las cosas que usted y su bebé hacen juntos?
- ▶ ¿Cuál es la rutina de sueño de tu bebé?
- ▶ ¿Qué tipo de alimentos come tu bebé?
- ▶ ¿Hay algo que su bebé haga o deje de hacer que te preocupa?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las cosas que le gusta hacer a su bebé?
- ▶ ¿Ha perdido su bebé alguna habilidad que alguna vez tuvo?
- ▶ ¿Tiene su bebé alguna necesidad especial de atención médica o nació prematuramente?
- ▶ ¿El consultorio de su pediatra realiza evaluaciones periódicas del desarrollo?



Fuente

Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., CDC; Academia Americana de Pediatría.

Puede encontrar más información en la sección Edades y etapas en www.healthychildren.org