

Creciendo y Aprendiendo a los...36 Meses/3 Años



Lo que la mayoría de los niños a los 30 meses:

Señales socioemocionales

- Se calma dentro de los 10 minutos después de que la dejas, como en una guardería
- Se da cuenta de otros niños y se une a ellos en el juego

Señales de lenguaje y comunicación

- Habla con usted en conversaciones con al menos dos intercambios de ida y vuelta.
- Pregunta "quién", "qué", "dónde" o "por qué", como "¿Dónde está mamá/papá?"
- Cuando se le pregunta, describe la acción en una imagen o libro, con palabras como "correr", "comer"
- Dice su primer nombre, cuando se le pregunta
- Habla lo suficientemente bien como para que otros lo entiendan, la mayor parte del tiempo

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Dibuja un círculo, cuando le muestras cómo
- Evita tocar objetos calientes, como una estufa, cuando le adviertes

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Ensarta artículos, como cuentas grandes o macarrones
- Se pone algo de ropa solo, como pantalones sueltos o una chaqueta
- Usa un tenedor

Cómo ayudar a los niños pequeños de 36 meses aprende y crece:

- ▶ Anime a los niños a tratar de resolver sus propios problemas, con su apoyo. Hágale preguntas para ayudarla a entender el problema y pensar en soluciones.
- ▶ Introducir palabras para describir emociones. Ayúdelo a manejar los sentimientos estresantes enseñándole a respirar profundamente, abrazar su juguete favorito o ir a un lugar tranquilo.
- ▶ Juega juegos de números contando partes del cuerpo, escaleras y otras cosas que usas o ves todos los días.
- ▶ Los niños de 3 años comienzan a hablar en oraciones. Para apoyar las habilidades de oración, repita lo que dice usando palabras reales. Si dice "necesito nana", puedes decir "necesito nana" y luego seguir con la oración "Quiero un plátano".
- ▶ Enséñeles canciones y rimas simples, como "Itsy Bitsy Spider" o "Twinkle, Twinkle, Little Star".
- ▶ Fomente el juego cooperativo para ayudarlos a aprender sobre la amistad.
- ▶ Dele plastilina para aplastar, presionar y enrollar en bolas. Esta es una forma divertida de ayudar a desarrollar los músculos de las manos y los dedos para escribir, abotonar y cortar.
- ▶ Trate de dar instrucciones con 2 o 3 pasos, como "Ve al armario y toma tus zapatos y tu abrigo".
- ▶ Juega juegos para demostrar los opuestos. Agáchese y diga: "Soy pequeño", y luego levántese y diga: "Soy grande". Haga lo mismo para rápido/lento y bajo/fuerte.

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...36 Meses/3 Años



Temas para discutir a los 36 meses de edad visitas al médico de niño sano:

- ▶ ¿Qué progreso tiene alcanzó su hijo?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las cosas que usted y su bebé hacen juntos?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las cosas que le gusta hacer a su hijo?
- ▶ ¿Hay algo que su hijo haga o deje de hacer que te preocupa?
- ▶ ¿El consultorio de su pediatra ofrece exámenes de desarrollo regulares?
- ▶ ¿Ha perdido su hijo alguna habilidad que alguna vez tuvo?
- ▶ ¿Tiene su hijo alguna necesidad especial de atención médica o nació prematuramente?



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