

Creciendo y Aprendiendo a los... 2 Meses



Lo que la mayoría de los bebés hacen a los 2 meses:

Señales socioemocionales

- Se calma cuando se le habla o contesta
- Mira tu cara
- Parece feliz de verte cuando caminas hacia ella
- Sonríe cuando le hablas o le sonríes

Señales de lenguaje y comunicación

- Hace sonidos además de llorar
- Reacciona a los sonidos fuertes

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Te observa mientras te mueves
- Mira un juguete durante varios segundos

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Mantiene la cabeza erguida cuando está boca abajo
- Mueve ambos brazos y ambas piernas
- Abre las manos brevemente

Cómo ayudar a los bebés de 2 meses aprende y crece:

- ▶ Hablar, leer y cantar a los niños de 2 meses les ayuda a desarrollar y comprender el lenguaje.
- ▶ Actuar emocionado, sonreír y hablar en respuesta a los sonidos verbales que hace enseña a los bebés cómo turnarse para "hablar" de un lado a otro en una conversación.
- ▶ Sintonicé la forma en que los niños de 2 meses expresan sus sentimientos y necesidades. Cuando te mira y emite sonidos, probablemente esté tratando de interactuar y "jugar". Darse la vuelta o quejarse podría significar que necesita un descanso.
- ▶ Observe y responda a las señales de hambre y saciedad de los 2 meses de edad. A menudo, los niños de 2 meses se relamen los labios o se tocan la boca cuando tienen hambre y se alejan del pecho/biberón cuando ya han tenido suficiente.
- ▶ Cuando un niño de 2 meses está despierto, puede colocarlo boca abajo con los juguetes a la altura de los ojos frente a él. Mírelo practicar levantar la cabeza para ver los juguetes.
- ▶ Muchos abrazos y caricias son buenos para los niños de 2 meses porque los ayuda a sentirse seguros.

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... 2 Meses



Temas para discutir a los 2 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?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las cosas que le gusta hacer a su bebé?
- ▶ ¿Hay algo que su bebé haga o deje de hacer que te preocupa?
- ▶ ¿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

Creciendo y Aprendiendo a los... 4 Meses



Lo que la mayoría de los bebés hacen a los 4 meses:

Señales socioemocionales

- Sonríe solo para llamar tu atención.
- Se ríe (aún no se ríe del todo) cuando tratas de hacerlo reír
- Lo mira, se mueve o emite sonidos para llamar o mantener su atención

Señales de lenguaje y comunicación

- Hace sonidos como “ooo”, “aahh” (arrullo)
- Hace sonidos cuando hablas con ella
- Gira la cabeza hacia el sonido de tu voz

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Si tiene hambre, abre la boca cuando ve el pecho o el biberón
- Mira sus manos con interés

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Mantiene la cabeza firme sin apoyo cuando lo sostiene
- Usa su brazo para columpiarse en los juguetes y sostiene los juguetes que se le ponen en la mano
- Se lleva las manos a la boca
- Empuja hacia arriba sobre los codos/antebrazos cuando

Cómo ayudar a los bebés de 4 meses aprende y crece:

- ▶ Hablar, leer y cantar a los niños de 4 meses les ayuda a desarrollar y comprender el lenguaje.
- ▶ Jugar en el suelo o en la alfombra de juegos con bebés de esta edad les ayuda a moverse, aprender y explorar.
- ▶ Los niños de 4 meses están listos para juegos interactivos como "peek-a-boo". Cubre tus ojos con tus manos y luego destápalos mientras dices "peek-a-boo". Está atento a las sonrisas u otras señales de que está disfrutando el juego.
- ▶ Los niños de 4 meses comienzan a rastrear cosas con los ojos. Coloque al bebé boca arriba y muéstrole un juguete de colores brillantes. Mueva el juguete lentamente de izquierda a derecha y de arriba a abajo para verla seguir el juguete con la mirada.
- ▶ Ayude a los bebés de 4 meses a "hacer ejercicio" doblando y moviendo suavemente las piernas hacia arriba y hacia abajo mientras usted canta y habla.
- ▶ A esta edad, a los bebés les gusta que los sostengan de pie. Puede hacer esto sosteniéndolo de forma segura debajo de sus brazos con los pies en su regazo y dejándolo rebotar hacia arriba y hacia abajo.

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... 4 Meses



Temas para discutir a los 4 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?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las cosas que le gusta hacer a su bebé?
- ▶ ¿Hay algo que su bebé haga o deje de hacer que te preocupa?
- ▶ ¿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

Creciendo y Aprendiendo a los...6 Meses



Lo que la mayoría de los bebés hacen a los 6 meses:

Señales socioemocionales

- Conoce gente familiar
- Le gusta mirarse en un espejo
- Risas

Señales de lenguaje y comunicación

- Se turna para hacer sonidos contigo
- Sopla “frambuesas” (saca la lengua y sopla)
- Hace ruidos de chillidos

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Se lleva cosas a la boca para explorarlas
- Alcanza a agarrar un juguete que quiere
- Cierra los labios para mostrar que no quiere más comida

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Rueda de la barriga a la espalda
- Empuja hacia arriba con los brazos rectos cuando está boca abajo
- Se apoya en las manos para sostenerse cuando está sentada

Cómo ayudar a los bebés de 6 meses aprende y crece:

- ▶ Cantar a los niños de 6 meses y tocar música ayuda a apoyar el desarrollo del cerebro.
- ▶ Cuando mire algo, señálelo y hable sobre ello.
- ▶ Ponlo boca abajo o boca arriba y deja los juguetes fuera de su alcance. Anímela a darse la vuelta para alcanzar los juguetes.
- ▶ A esta edad, un bebé puede aprender que puede calmarse. Háblele suavemente, sosténgalo, mézalo o cántele, o déjelo que se chupe los dedos o un chupete. Puede ofrecerle un juguete favorito mientras lo carga o lo mece.
- ▶ Puede ayudar a los niños de 6 meses a mantener el equilibrio sosteniéndolo mientras se sienta. Deje que mire a su alrededor mientras se acostumbra a mantener el equilibrio.
- ▶ Susurra, aplaude o haz ruidos divertidos para introducir nuevos sonidos. Mira si ella mira hacia el sonido o prefiere ciertos sonidos sobre otros.

Juegos e interacciones simples ayudan a los bebés a aprender causa y efecto. Por ejemplo, cuando se le cae un juguete al suelo, puede recogerlo y devolvérselo.

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...6 Meses



Temas para discutir a los 6 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 mejor manera de introducir algunos alimentos sólidos en la dieta de su bebé?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las cosas que le gusta hacer a su bebé?
- ▶ ¿Hay algo que su bebé haga o deje de hacer que te preocupa?
- ▶ ¿Hay algo que su bebé haga o deje de hacer que te preocupa?
- ▶ ¿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

Creciendo y Aprendiendo a los...9 Meses



Lo que la mayoría de los bebés hacen a los 9 meses:

Señales socioemocionales

- Es tímido, pegajoso o temeroso con extraños
- Muestra varias expresiones faciales, como feliz, triste, enojado y sorprendido
- Mira cuando dices su nombre
- Reacciona cuando te vas (mira, te alcanza o llora)
- Sonríe o se ríe cuando juegas al escondite

Señales de lenguaje y comunicación

- Hace muchos sonidos diferentes como "mamamama" y "bababababa"
- Levanta los brazos para ser recogido

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Busca objetos cuando se le caen fuera de la vista (como su cuchara o juguete)
- Golpea dos cosas juntas

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Llega a una posición sentada por sí mismo
- Mueve cosas de una mano a la otra
- Usa los dedos para "rastrillar" la comida hacia sí mismo
- Se sienta sin apoyo

Cómo ayudar a los bebés de 9 meses aprende y crece:

- ▶ A los niños de 9 meses les gusta hacer sonidos verbales. Puede responder repitiendo esos sonidos y luego diciendo palabras simples usando el mismo sonido. Por ejemplo, si el bebé dice "bababa", repita "bababa" y luego diga "libro".
- ▶ Pasar un juguete de un lado a otro con un bebé de 9 meses puede convertirse en un juego de mi turno, tu turno.
- ▶ Hablar de imágenes es una buena manera de "leer" a un niño de 9 meses. Por ejemplo, mientras miran juntos libros o revistas, nombren las imágenes mientras las señalan.
- ▶ Coloque los juguetes en el suelo o en el tapete, un poco fuera de su alcance, y animelo a gatear, deslizarse o rodar para alcanzarlos. ¡Celebra cuando alcance el juguete!
- ▶ A esta edad puedes mostrarle gestos como decir "adiós" con la mano o decir "no" con la cabeza.
- ▶ Use sus palabras, expresiones faciales y voz para hacerle saber cómo cree que se siente. Por ejemplo, puedes decir "Pareces triste, veamos si podemos hacerte sentir mejor".
- ▶ A los 9 meses, los bebés comienzan a levantarse agarrando objetos seguros. Puede ayudar colocando al bebé cerca de cosas que pueda agarrar con seguridad. Manténgase cerca mientras se mueve para que sepa que usted está cerca.

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...9 Meses



Temas para discutir a los 9 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

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 tomándolo de las manos o ayudándolo 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

Creciendo y Aprendiendo a los...15 Meses



Lo que hacen la mayoría de los bebés a los 15 meses:

Señales socioemocionales

- Copia a otros niños mientras juega, como sacar juguetes de un recipiente cuando otro niño lo hace
- Te muestra un objeto que le gusta
- Aplauda cuando está emocionado
- Abrazos muñeco de peluche u otro juguete
- Te abraza, te abraza o te besa

Señales de lenguaje y comunicación

- Intenta decir una o dos palabras además de “mamá” o “papá”
- Mira un objeto familiar cuando lo nombras.
- Sigue las instrucciones dadas con gestos y palabras. Si le tiendes la mano y le dices “Dame el juguete”, te lo da
- Puntos para pedir algo o para obtener ayuda

Señales cognitivos (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Intenta usar las cosas de la manera correcta, como un teléfono, una taza o un libro
- Apila al menos dos objetos pequeños, como bloques

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Da unos pasos por su cuenta
- Usa los dedos para alimentarse ella misma

Cómo ayudar a los bebés de 15 meses aprende y crece:

- ▶ A esta edad, sus palabras no siempre son completas. Si dice “ba” por pelota, responda con “¡Pelota, sí, eso es una pelota!”.
- ▶ A los 15 meses, a los niños les gusta ayudar con las actividades cotidianas. Puede dejar que busque sus zapatos para salir o que vuelva a poner los juguetes en su canasta. Invente una “canción de limpieza” simple y cántela mientras “limpian” juntos.
- ▶ Canten o pongan canciones infantiles y bailen juntos al ritmo de la música. Intente cantar canciones con gestos e invítelo a hacer los gestos con tú.
- ▶ Espere rabietas. Son normales a esta edad y son más probables cuando está cansada o hambrienta. Las rabietas deberían acortarse y ocurrir menos a medida que crezca. Puedes probar una distracción o darle tiempo para que se calme y siga adelante.
- ▶ Sopla burbujas y deja que él las explote, mientras dices “¡Pop! ¡Estallido!”.
- ▶ Hide-and-seek es un divertido juego de aprendizaje para niños de 15 meses. Deja que te mire esconderte detrás de una silla y luego espera a que venga a “buscarte”.

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...15 Meses



Temas para discutir a los 15 meses de edad visitas al médico de niño sano:

- ▶ ¿Qué hitos 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

Creciendo y Aprendiendo a los...18 Meses



Lo que la mayoría de los niños pequeños a los 18 meses:

Señales socioemocionales

- Se aleja de ti, pero mira para asegurarse de que estás cerca
- Te pone las manos para que te las laves
- Mira las páginas de un libro contigo
- Le ayuda a vestirlo empujando el brazo a través de la manga o levantando el pie

Señales de lenguaje y comunicación

- Intenta decir tres o más palabras además de “mamá” o “papá”
- Sigue instrucciones habladas de un paso, como “Dame el juguete”

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Te copia haciendo tareas, como barrer
- Juega con juguetes de forma sencilla, como empujar un coche de juguete

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Camina sin agarrarse a nada
- Garabatos
- Bebe de una taza sin tapa (y a veces se derrama)
- Se alimenta solo con los dedos
- Se sube y baja de una silla sin ayuda

Ayudando a un niño de 18 meses los niños pequeños aprenden y crecen:

- ▶ Ofrezca juguetes y artículos que alienten el juego de "simular", como una muñeca y una manta de bebé, o carros y bloques de juguete. Demuestre cómo fingir el juego y luego túrnense para fingir.
- ▶ Ayúdelo a reconocer y responder a los sentimientos de los demás. Si ve a un niño que está triste, dígame “Parece triste. Vamos a traerle un osito de peluche.”
- ▶ A los niños de 18 meses les gusta que les den opciones. Las elecciones simples entre dos cosas son las mejores, como preguntar si quiere beber el agua primero o comer la compota de manzana primero.
- ▶ Las rabietas son normales a los 18 meses y serán más cortas y menos frecuentes a medida que crezca. Intenta distraerlo o darle tiempo para que se calme y siga adelante.
- ▶ Hable con niños de 18 meses colocándose al nivel de sus ojos para que “vean” lo que está diciendo a través de sus ojos y cara, no solo sus palabras.
- ▶ Enséñele palabras nuevas ampliando sus palabras. Si dice “Perro”, diga “Sí, es un perro. Los perros dicen 'guau, guau'”.
- ▶ Juegue a "atrapar" con un niño de 18 meses, haciendo rodar una pelota de un lado a otro.

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...18 Meses



Temas para discutir a los 18 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?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las cosas que le gusta hacer a su hijo?
- ▶ ¿Hay algo que su bebé haga o deje de hacer que te preocupa?
- ▶ ¿Cuándo estará mi hijo listo para aprender a usar el baño?
- ▶ ¿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 ofrece exámenes de desarrollo regulares?



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...24 Meses/ 2 Años



Lo que la mayoría de los niños pequeños a los 24 meses:

Señales socioemocionales

- Se da cuenta cuando los demás están molestos, como hacer una pausa o verse triste cuando alguien llora
- Te mira a la cara para ver cómo reaccionas en una nueva situación

Señales de lenguaje y comunicación

- Señala cosas en un libro cuando le preguntas, como "¿Dónde está el oso?"
- Dice dos palabras juntas, como "Más leche"
- Señala y nombra al menos dos partes del cuerpo cuando le pides que te las muestre
- Usa gestos más allá de saludar y señalar, como lanzar un beso o asentir con la cabeza

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Sostiene algo en una mano mientras usa la otra mano; por ejemplo, sostener un recipiente y quitarle la tapa
- Intenta usar los interruptores, perillas o botones de un juguete
- Juega con más de un juguete al mismo tiempo, como poner comida de juguete en un plato de juguete

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Patea una pelota
- Carreras
- Camina (no sube) algunas escaleras con o sin ayuda
- Come con una cuchara

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.

Cómo ayudar a los niños de 2 años aprende y crece:

- ▶ A los 24 meses, los niños saben palabras, pero no siempre pueden decirlas con claridad. Para ayudar con la pronunciación, responda con una oración que incluya la palabra. Por ejemplo, si dice "o nana", di "Quieres más plátano".
- ▶ Los niños de esta edad juegan uno al lado del otro, pero no saben cómo compartir y resolver problemas. Ayúdela a probar habilidades como compartir, tomar turnos y usar palabras.
- ▶ Los niños de 2 años pueden ayudar con tareas como llevar servilletas o vasos de plástico a la mesa o ayudar a guardar los juguetes. ¡Agradéceles por ayudar!
- ▶ Muéstrole cómo patear, rodar y lanzar pelotas.
- ▶ Los niños de 2 años sienten curiosidad por saber cómo funcionan las cosas. Los juguetes con botones que se pueden presionar para hacer que suceda algo son excelentes para esta edad.
- ▶ Fomente el juego de simulación proporcionando ropa para adultos como zapatos, sombreros y camisas para disfrazarse.
- ▶ Ayúdela con herramientas de arte simples como pinturas para dedos o crayones. Hable con ella sobre lo que está creando y los colores que está eligiendo.
- ▶ Los juguetes para la arena, los recipientes de plástico, los embudos y las cucharas fomentan la exploración con arena y agua.
- ▶ Ayúdala a armar rompecabezas simples. Hable sobre las formas y los colores del rompecabezas.
- ▶ Cante canciones como "Cabeza, hombros, rodillas y dedos de los pies" para enseñar los nombres de las partes del cuerpo. Después de cantar la canción varias veces, vea si puede cantar algunas de las palabras.

Creciendo y Aprendiendo a los...24 Meses/2 Años



Temas para discutir a los 24 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?
- ▶ ¿Cómo sabré si mi hijo está listo para aprender a usar el baño?
- ▶ ¿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

Creciendo y Aprendiendo a los...30 Meses



Lo que la mayoría de los bebés hacen a los 30 meses:

Señales socioemocionales

- Juega junto a otros niños y a veces juega con ellos
- Dice "¡Mírame!" para mostrar lo que ella puede hacer
- Sigue rutinas simples cuando se le indica, como ayudar a recoger los juguetes cuando dice: "Es hora de limpiar"

Señales de lenguaje y comunicación

- Dice alrededor de 50 palabras
- Dice dos o más palabras juntas, con una palabra de acción, como "Doggie run"
- Nombra cosas en un libro cuando señala y pregunta: "¿Qué es esto?"
- Dice palabras como "yo", "mí" o "nosotros"

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Usa objetos en juegos de simulación, como darle de comer un bloque a una muñeca como si fuera comida
- Resuelve problemas simples, como pararse en un taburete pequeño para alcanzar algo
- Sigue instrucciones de dos pasos como "Deja el juguete y cierra la puerta".
- Demuestra que conoce al menos un color

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Intenta girar las perillas de las puertas o desenroscar las tapas
- Se quita algo de ropa por sí mismo, como pantalones sueltos o una chaqueta abierta.
- Salta del suelo con ambos pies
- Pasa las páginas del libro, una a la vez, mientras le lees

Cómo ayudar a los niños pequeños de 30 meses aprende y crece:

- ▶ Cuando lean libros juntos, muéstrole cómo pasar las páginas. Señale imágenes y haga preguntas conversacionales de "quién, qué y dónde" sobre lo que ve.
- ▶ A los 30 meses, los niños pequeños están ansiosos por explorar y probar cosas nuevas. Fomente el "juego libre" como un momento para que siga sus intereses y experimente.
- ▶ Describe cosas usando palabras como grande/pequeño, rápido/ lento, encendido/apagado y adentro/afuera.
- ▶ Las cajas grandes son ideales para juegos de simulación. Pueden convertirse en coche, autobús, tren o casa.
- ▶ Un divertido juego al aire libre para niños pequeños es "¡Listos, listos, ya!" Por ejemplo, cuando la jale hacia atrás en un columpio, diga "Listos, listos...", y luego "¡Vamos!" cuando empujas el columpio. O diga "Ready, set..." y al oír la palabra "go" corran juntos por el jardín o el parque.
- ▶ Patea una pelota de un lado a otro. Una vez que sea bueno pateando, muéstrole cómo correr y patear la pelota.
- ▶ Prueba un juego de "Sigue al líder". Camine en línea recta, gire, camine hacia atrás y camine de puntillas. Después de algunas veces, pregúntele si le gustaría ser el líder.
- ▶ Use palabras positivas para prestar atención a los comportamientos que desea ver ("comportamientos deseados"). Por ejemplo, diga "Me gusta forma en que le diste el juguete a Jordan".

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...30 Meses



Temas para discutir a los 30 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

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

Creciendo y Aprendiendo a los...48 Meses/4 Años



Lo que la mayoría de los niños hacen a los 48 meses:

Señales socioemocionales

- Pretende ser otra cosa durante el juego (maestro, superhéroe, perro)
- Pide ir a jugar con los niños si no hay ninguno cerca, como "¿Puedo jugar con Alex?"
- Consuela a otros que están heridos o tristes, como abrazar a un amigo que llora
- Evita el peligro, como no saltar desde grandes alturas en el patio de recreo
- Cambia el comportamiento según el lugar donde se encuentre (lugar de culto, biblioteca, patio de recreo)

Señales de lenguaje y comunicación

- Dice oraciones que contienen cuatro o más palabras
- Recita algunas palabras de una canción o rima
- Habla sobre al menos una cosa que sucedió durante su día, como "Jugué fútbol"
- Responde preguntas simples como "¿Para qué sirve un abrigo?" o "¿Para qué sirve un crayón?"

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Es capaz de nombrar algunos colores.
- Cuenta lo que sigue en una historia conocida.
- Dibuja una persona con tres o más partes del cuerpo

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Atrapa una pelota grande la mayor parte del tiempo
- Se sirve ella misma la comida o se sirve agua, con la supervisión de un adulto
- Desabrocha algunos botones
- Sostiene crayón o lápiz entre los dedos y el pulgar (no en el puño)

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

Como ayudar a niños de 4 años aprende y crece:

- ▶ Cuando lea con un niño de 4 años, pregúntele qué está pasando en la historia y qué cree que podría pasar después.
- ▶ A lo largo del día, pregúntele sobre el color, la forma y el tamaño de las cosas que ve.
- ▶ Anímelo a "usar sus palabras" para pedir cosas. Por ejemplo, ayúdelo a decir: "¿Puedo tener un turno?" en lugar de tomar algo de alguien.
- ▶ Cuando un niño de 4 años tenga comportamientos no deseados, ofrézcale otra cosa que hacer. Por ejemplo, "No puedes saltar sobre la cama. ¿Quieres salir y jugar o poner algo de música y bailar?"
- ▶ Tómese el tiempo para responder a las preguntas de "por qué". Si no sabe la respuesta, diga "No sé" o ayúdelo a encontrar la respuesta en un libro, en Internet o con otro adulto.
- ▶ Cuenten en voz alta cosas como dedos, juguetes o frutas.
- ▶ Reforzar las habilidades sociales como compartir juguetes y tomar turnos.
- ▶ Muéstreles juegos al aire libre que puedan jugar entre ellos, como atrapar, seguir al líder y al escondite.
- ▶ Dedique tiempo a hablarle con oraciones completas, usando palabras de "adulto". Esto mejorará sus habilidades para hablar y apoyará sus futuras habilidades de lectura y escritura.
- ▶ Los juegos como la luz roja/luz verde o el baile congelado (reproducir música y luego apagarla, lo que indica que es hora de congelarse) les ayudan a aprender a hacer una pausa, incluso cuando están emocionados.
- ▶ Presente juegos de combinación y Tic-tac-toe.

Creciendo y Aprendiendo a los...48 Meses/4 Años



Temas para discutir a los 48 meses/4 años de edad visitas al médico de niño sano:

- ▶ ¿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

Creciendo y Aprendiendo a los...60 Meses/5 Años



Lo que la mayoría de los niños hacen a los 5 años:

Señales socioemocionales

- Sigue las reglas o se turna cuando juega con otros niños
- Canta, baila o actúa para ti
- Hace tareas sencillas en casa, como combinar calcetines o limpiar la mesa después de comer

Señales de lenguaje y comunicación

- Cuenta una historia que incluye al menos dos eventos. Por ejemplo, un gato se quedó atrapado en un árbol y un bombero lo salvó
- Responde preguntas simples sobre un libro o una historia después de que usted se los lea o se los cuente
- Mantiene una conversación con más de tres intercambios de ida y vuelta
- Usa o reconoce rimas simples (murciélago gato, bola-alto)

Señales cognitivas (aprendizaje, pensamiento, resolución de problemas)

- Cuenta hasta 10
- Nombra números entre 1 y 5 cuando se los señala
- Presta atención durante 5 a 10 minutos durante las actividades, como durante la hora del cuento o al hacer manualidades
- Escribe algunas letras en su nombre
- Nombra algunas letras cuando las señalas

Movimiento Físico y Señales de desarrollo

- Botones algunos botones
- Salta en un pie

Como ayudar a niños de 5 años aprende y crece:

- ▶ Háglele preguntas sobre lo que está jugando y ayúdela a ampliar sus respuestas preguntando "¿Por qué?" ¿y cómo?" Por ejemplo, "Es un buen puente el que estás construyendo. ¿Por qué lo pusiste allí?"
- ▶ Ofrezca juguetes que se puedan armar como rompecabezas y bloques de construcción.
- ▶ Manténgase cerca para ayudar y brindar aliento. Ayúdelos a comenzar a comprender el concepto del tiempo cantando canciones sobre los días de la semana y haciéndoles saber qué día es. Usa palabras como hoy, mañana que hace.
- ▶ Hable y etiquete sus propios sentimientos y los de él. Lea libros y hable sobre los sentimientos que tienen los personajes y por qué los tienen.
- ▶ Juega juegos de rimas. Por ejemplo, diga "¿Qué rima con gato?"
- ▶ Presente juegos que impliquen seguir reglas, como juegos de mesa simples, juegos de cartas o Simon Says.
- ▶ Anímela a "leer" con usted mirando las imágenes y contando la historia.
- ▶ Juegue juegos que ayuden con la memoria y la atención, como juegos de cartas, I Spy, o Hot-and-Cold.
- ▶ Elogie los comportamientos positivos, como pedir cosas amablemente y aceptar tranquilamente un "no" por respuesta.

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...60 Meses/5 Años



Temas para discutir a los 60 meses/5 años de edad visitas al médico de niño sano:

- ▶ ¿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