

# tu hijo @<sup>TM</sup>

## 12 a 18 meses

qué sucede durante esta etapa de su desarrollo ...

Cuando comience a caminar y correr tu hijo necesitará libertad para explorar, pero deben fijarse límites claros para su seguridad.

### La salud de tu hijo

#### Revisión de niños sanos

Deberás llevarlo al médico cuando cumpla 1 año de edad. El pediatra lo vacunará y te hará preguntas sobre su desarrollo. Programa la próxima visita para cuando tenga entre 15 y 18 meses.

Avisa al pediatra si el niño:

- No gatea.
- Arrastra un lado del cuerpo cuando gatea durante más de un mes.
- No logra estar de pie aunque le ayudes.
- No dice palabras sencillas.
- No señala objetos o dibujos cuando se le pide.
- No hace gestos con las manos o la cabeza.



#### El sueño

A esta edad, algunos niños dejan de dormir a mitad de la mañana y sólo duermen una siesta por la tarde.

#### La nutrición

Cuando tenga 12 meses ya podrá dejar la leche especial para niños. Es aconsejable que beba 24 onzas de leche entera al día y que tome el agua o la leche en un vaso, no en biberón.

A los 12 meses, posiblemente no coma mucho en cada comida. Dale 5 ó 6 mini-comidas en vez de 3 grandes. Corta todo en trocitos para que no se atragante.

#### No le des:

- Verduras crudas
- Salchichas
- Palomitas de maíz
- Caramelos duros
- Nueces
- Uvas enteras

### Cómo educar y criar a tu hijo

- El habla** Léele, cántale, y háblale constantemente.
- Hazle preguntas mientras miran dibujos y leen cuentos.
  - Dale libros de cartón con láminas de animales o niños.
  - Enséñale canciones nuevas y haz gestos con las manos.

#### Advertencia

Por muy enojada que estés, nunca le pegues al niño.

- Comportamiento** Es hora de establecer límites por su seguridad: sienta reglas claras, sencillas, y constantes.
- Distrae al niño para alejarlo de las actividades y objetos peligrosos.
  - Reserva el “no” para cuestiones de seguridad. Si escucha “no” demasiadas veces, no te hará caso.
  - Míralo con severidad si es algo de poca importancia y pasa a otra actividad menos peligrosa.

- El juego** Con el juego, aprende a imaginar, inventar, y resolver problemas.
- Organiza sus juegos solo o con otros niños. Recuerda que aún es pequeño para compartir.
  - Juega en casa con objetos y juguetes, como bloques de construcción, y juega al aire libre si es posible.

### La seguridad de tu hijo

- En la casa**
- Usa dispositivos de seguridad para las gavetas, armarios, e inodoros.
  - Mantén los líquidos calientes fuera de su alcance.
  - Si crees que tu hijo ha ingerido algo venenoso, llama de inmediato al Centro de Control de Envenenamiento: 1-800-222-1222.

- En el auto** A los 12 meses es mejor que viaje en un asiento para niños de cara hacia adelante y en el asiento trasero todo el tiempo que sea posible.

#### Nota

Cubre las esquinas puntiagudas y los enchufes, y coloca rejas en las escaleras.

*Born Learning*<sup>SM</sup> es una campaña de participación pública que ayuda a los padres, a los que cuidan a los niños, y a las comunidades a crear oportunidades de aprendizaje temprano para niños pequeños. Diseñada para apoyarte en el importante papel como el primer maestro del niño, los materiales educativos de *Born Learning* están disponibles gracias a los esfuerzos de United Way, United Way Success By 6, y Civitas. Para más información, visítanos en línea en [www.bornlearning.org](http://www.bornlearning.org).

