

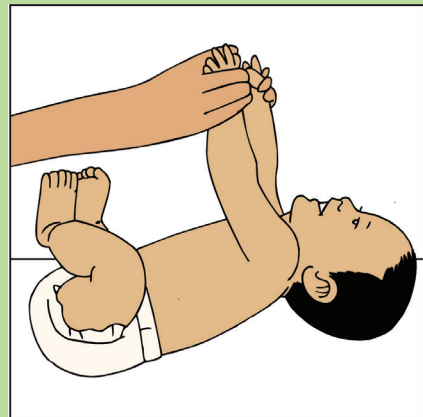
Cómo cuidar y estimular al niño y niña de 0 a 12 meses

a moverse

De 0 a 3 meses

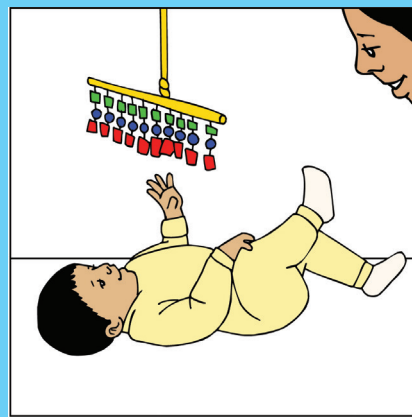


- Masajee en forma circular su cabecita y frente
- Masajee su cuerpo de arriba hacia abajo, brazos y piernas
- Cámbiele de posición



- Ponga su dedo en una mano para que lo apriete; hágalo con la otra mano
- Jálelo suavemente de las manos para que sostenga el cuello

comunicarse



- Aprenda a distinguir su llanto
- Llámelo por su nombre
- Háblele con palabras cortas
- Copie sus sonidos

aprender



- Cuelgue objetos de colores y muévalos para que los siga con la vista
- Acérquese, cárguelo y hágalo sonreír

! ALERTA

Consúltenos si:

- Llora mucho
- Le es difícil mamar y/o tragar
- Pierde peso
- No fija su mirada en caras y cosas cercanas
- No responde a ruidos fuertes
- No sostiene la cabeza

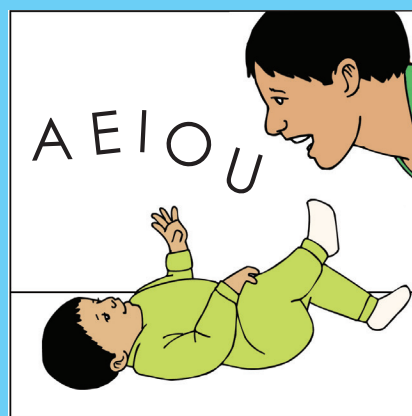
De 3 a 6 meses



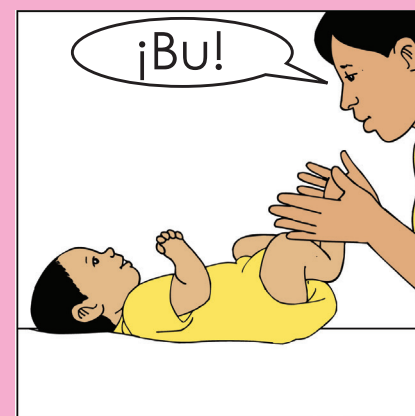
- Hágale ejercicios de brazos y piernas
- Acuéstelo boca abajo para que levante su cabeza
- Trate que se siente con apoyo



- Enséñele a aplaudir
- Dele objetos para que los toque y se los lleve a la boca



- Platíquele
- Copie sus sonidos o vocalizaciones



- Juegue al escondite
- Haga ruido fuera de su campo visual para que localice el sonido

Consúltenos si:

- No responde a ruidos fuertes
- No sigue con la vista las cosas que se mueven
- No le sonríe a las personas que lo cuidan
- No hace sonidos con la boca
- No se lleva las manos a la boca
- No mueve la cabeza hacia los lados

De 6 a 9 meses



- Trate que se siente con y sin apoyo
- Estimúlelo a gatear sobre una superficie limpia



- Dele objetos para tocar, jugar, explorar, hacer ruido
- Estimule a que se los pase de una mano a la otra



- Platíquele y dígame todo lo que hace
- Pregúntele dónde está un objeto para que lo señale o toque
- Cántele canciones

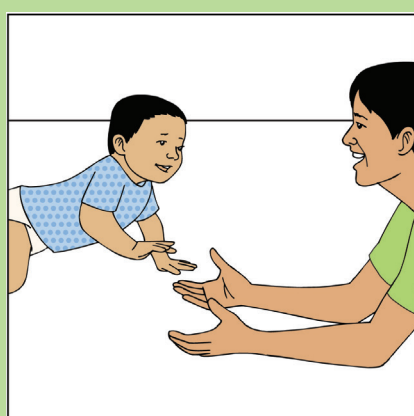


- Ayúdelo a darse vuelta
- Señale animales, diga el nombre y haga sus sonidos; luego pregúntele dónde está para que señale

Consúltenos si:

- No conoce a las personas que lo cuidan
- No muestra interés por jugar e interactuar con ellas
- No balbucea
- No responde cuando le llaman por su nombre
- No se sienta sin apoyo

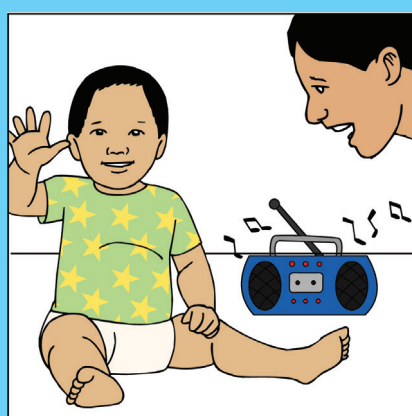
De 9 a 12 meses



- Póngalo a gatear, arrastrarse y pararse con apoyo



- Dele pedacitos de pan o tortilla para que lo tome con sus dedos
- Haga gestos de aplaudir, decir adiós y pídale que lo haga



- Platíquele de todo lo que hace y pregúntele
- Cuénteles cuentos cortos
- Ponga música
- Cántele



- Enséñele a tomar de una taza, usar una cuchara, usar un peine u otro objeto común

Consúltenos si:

- No responde a sonidos
- No conoce a las personas que lo cuidan
- No aprende gestos
- No sigue órdenes sencillas
- No intenta agarrar objetos
- No rueda, gatea, ni se para con apoyo
- Pierde habilidades que ya tenía

Cómo cuidar y estimular al niño y niña de 12 a 24 meses

De 12 a 15 meses

a moverse



- Ayúdele a caminar con apoyo y luego déjelo(a) que dé unos pasos solo(a)



- Deje que se alimente con sus manos y luego enséñele con cuchara

comunicarse



- Repita palabras y nombres de las personas, animales y cosas
- Platíquele de todo lo que hace

aprender



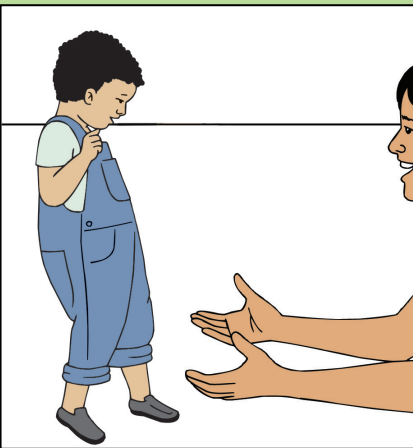
- Enséñele a jugar, a soplar, a hacer torres con cubos o trastes de cocina
- Enséñele las partes de su cuerpo

! ALERTA

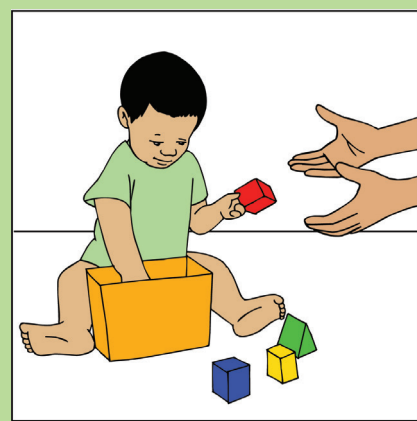
Consúltenos si:

- No puede permanecer de pie o dar unos pasos con ayuda
- No reconoce a los miembros de su familia
- No dice palabras sencillas
- No busca objetos que le esconden
- No señala cosas para mostrarlas
- Pierde habilidades que ya tenía

De 15 a 18 meses



- Déjelo(a) que camine solo, para adelante y para atrás con ayuda

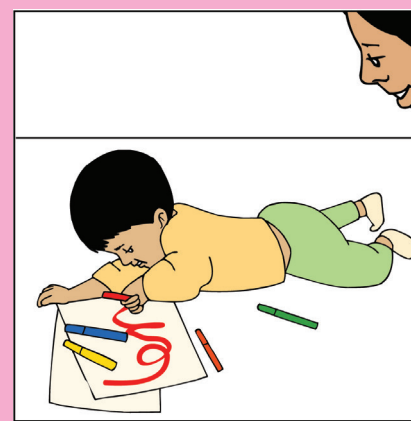


- Dele objetos de diferentes tamaños para que encaje un objeto dentro de otro y coloque objetos dentro de un recipiente

agua



- Pídale objetos diversos llamándolos por su nombre
- Dígale verbos como dar, traer, soltar, soplar y demuéstrelle cómo hacerlo para que lo repita



- Dele crayón y papel para que pinte
- Enséñele a jugar con cubos o trastes de cocina, pelota, rompecabezas y libros

Consúltenos si:

- No camina
- No copia lo que hacen las personas
- No sabe por lo menos 6 palabras
- No sabe para qué sirven las cosas familiares
- No sigue órdenes sencillas
- No aprende nuevas palabras
- Pierde habilidades que ya tenía

De 18 a 24 meses



- Ayúdele a subir gradas, trepar y bajar las gradas gateando
- Ayúdele a dar unos pasos para atrás

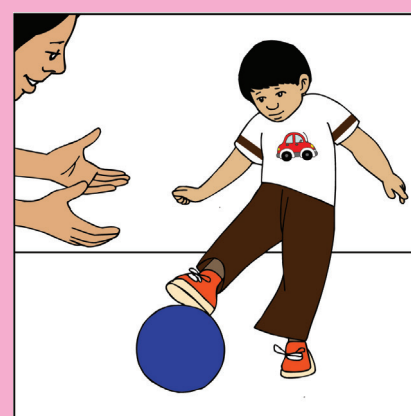


- Dele masa para que juegue con sus manos: a hacer bolas, tortillas, gusanos

nene toma agua



- Platíquele y dígale que lo quiere mucho
- Pregúntele de lo que hace y de lo que está pasando
- Enséñele canciones sencillas
- Canten y bailen juntos



- Juegue pelota: tirarla, atraparla, patearla, correr detrás de ella
- Dele crayón y papel para que pinte

Consúltenos si:

- No usa frases de dos palabras
- No conoce las partes de su cuerpo
- No sabe qué hacer con cosas comunes
- No copia acciones o palabras
- No sigue órdenes sencillas
- Pierde el equilibrio con frecuencia
- Pierde habilidades que ya tenía

“Para que una niña y un niño pequeños se desarrollen sanos se les debe proveer con un cuidado cariñoso y sensible, que vele por su salud y su nutrición, que responda y sea sensible a sus necesidades, su seguridad y protección y promueva el aprendizaje desde muy temprana edad.”