

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

veamos lo que está ocurriendo con tu hijo durante esta etapa de su desarrollo...

## 18 a 24 meses

Entre los 18 y los 24 meses tu hijo se está convirtiendo en una persona única. Su sentido de independencia irá aumentando a medida aprenda a caminar, correr y trepar con más facilidad. Es un momento estupendo para contribuir a la rápida expansión del vocabulario de tu hijo. Háblale de todo y léele todos los días.

### la salud de tu hijo

Las inmunizaciones que normalmente tocan a esta edad incluirán:

- DTaP
- Hepatitis B
- IPV (vacuna de polio)
- Varicela

#### Revisión de niños sanos

Durante la visita médica de los 18 meses, probablemente el médico le ponga algunas vacunas a tu hijo. Adicionalmente, aprovecha la visita para que el médico le administre las vacunas que le falten. Por lo general, ya para los 18 meses se completa el régimen de las vacunas y no tendrán que ponerle más a los 24 meses. La mayoría de los médicos querrán hacerle otra revisión de rutina a tu niño a los 24 meses. Comunícate con tu médico si tu hijo se enferma o en caso de que surjan dudas o problemas en cuanto a la salud y el desarrollo de tu hijo entre las visitas de rutina.

#### Nutrición

A los 18 meses, los niños deberían comer prácticamente todo lo que se sirva en la mesa, con tal de que se les corte en pedacitos pequeños. Deberían usar los vasitos con tapa para beber en vez del biberón. Ya que los niños a esta edad posiblemente no quieran sentarse tranquilos a comer, asegúrate de que tu niño coma lo suficiente, así:

- Dándole pequeñas raciones entre 5 y 6 veces al día.
- Ofreciéndole cosas fáciles de comer con las manos para que pueda comer sin ayuda.

- Sirviendo comidas divertidas de muchos colores, texturas y sabores.

#### toma nota...

Según la Academia Americana de Pediatría, informa a tu médico si a los 18 meses tu bebé:

- No camina.
- No logra caminar apoyando primero el talón y luego los dedos después de varios meses de haber comenzado a caminar, o camina únicamente de puntillas.
- No dice por lo menos 15 palabras.
- No parece comprender el uso de artículos cotidianos tales como los cepillos, teléfonos, tenedores y cucharas.

#### El sueño

La mayoría de los niños de 18 a 24 meses toman una siesta al día, normalmente entre la una y las tres de la tarde y se acuestan entre las seis de la tarde y las ocho de la noche.

### el crecimiento y desarrollo de tu hijo

Entre los 18 y 24 meses, notarás grandes cambios en todos los ámbitos de desarrollo de tu niño. A los 24 meses, probablemente tu hijo ya:

#### Intelectualmente

- Utilice su nombre para referirse a sí mismo y diga las palabras "yo" y "mío."
- Repita alguna palabra utilizada por otra persona y utilice las palabras "por favor" y "gracias" cuando se lo indiquen.
- Escoja entre dos objetos.
- Canturree o intente cantar canciones familiares.
- Utilice frases de 2 a 3 palabras.

#### Físicamente

- Camine bien y corra.
- Tire o ponga las pelotas a rodar.
- Coma con cuchara.
- Comience a controlar la vejiga y sus evacuaciones.

#### Social y emocionalmente

- Imite las acciones de otros.
- Se enfada y posiblemente le den rabietas.
- Se vuelva tímido en presencia de desconocidos.
- Se le haga difícil compartir.
- Muestre indicios de independencia, tales como el decir que "no" e intentar hacer muchas cosas por su cuenta.

American Academy of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN<sup>®</sup>

Revisado y aprobado por la American Academy of Pediatrics.

Fuentes de información: *Your Baby's First Year* y *Caring for Your Baby and Young Child*, Academia Americana de Pediatría, Steven P. Shelov, MD, FAAP, jefe de redacción; *Understanding Children*, Civitas y Richard Saul Wurman; *El abc de los niños*, Civitas; *Healthy Sleep, Happy Child*, Marc Weissbluth, MD.

Civitas agradece a **Parents as Teachers**, un programa de educación para los padres de niños pequeños y de apoyo a la familia, por su apoyo continuo.

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

## 18 a 24 meses

### cómo educar y criar a tu hijo

#### un consejo...

Para fomentar el buen comportamiento de tu hijo, debes ser siempre paciente, claro y constante en cuanto a las reglas y consecuencias.



#### Disciplina

Dado que tu niño ya empieza a comprender lo que son las expectativas y las consecuencias, puedes comenzar a enseñarle a comportarse bien. Intenta:

- Elogiar la buena conducta — utiliza el refuerzo positivo.
- Hacer caso omiso de los pequeños incidentes y accidentes, tales como una leche derramada.
- Darle la oportunidad de corregir su conducta.
- Nunca darle manotazos ni utilizar otros castigos corporales y limita el uso de la palabra “no.”
- Poner buen ejemplo.

#### Alfabetización

Esta es una etapa de enorme desarrollo en cuanto a las destrezas lingüísticas de tu niño y puedes ayudarlo hablándole y leyéndole lo más posible.

- Enséñale nuevas palabras continuamente. Mientras más le hables a tu niño sobre lo que estás haciendo y tu entorno, más contribuirás a ampliar su vocabulario.
- Añádele palabras a lo que haya dicho para mejorar las destrezas lingüísticas de tu niño. Si tu hijo dice, “gatito,” puedes decir, “Sí, el gatito es pequeño y suave.”
- Escoge libros que traten de temas que le interesen a tu niño, tales como los animales y trenes.
- Aunque tu niño aún no hable, pregúntale “dónde” y “qué” siempre que puedas, al enseñarle imágenes y leerle cuentos.
- Incorpora canciones y rimas en tus rutinas. Canta canciones de cuna a la hora de dormir y canciones sobre el agua a la hora del baño.
- Facilita a tu niño las herramientas necesarias para aprender. Ponlo a hacer garabatos, dibujar o simular que está escribiendo.

#### Apego

Tu niño de 18 a 24 meses se siente emocionado por esa nueva independencia, pero a su vez indeciso de apartarse demasiado de tu lado. Probablemente se le haga difícil despedirse y regrese a tu lado frecuentemente. Para ayudar a tu hijo a sentirse cómodo apartado de ti:

- Despidete cuando te marches. Inicialmente, es posible que llore, pero pronto comprenderá que siempre volverás.
- Cuando te marches, dale a tu niño un objeto que lo tranquilice y le haga sentirse cerca de ti.
- Asegúrate que tu niño esté participando en alguna actividad cuando estés a punto de marcharte.

#### Juego

Al acercarse a los dos años de edad, posiblemente notes que los juegos de tu hijo tienen menos que ver con la imitación y más con la imaginación y la fantasía. También notarás que pasa más tiempo con los juguetes y se divierte haciendo cosas por su propio placer. Utiliza estas estrategias:

- Ponlo a participar en juegos sencillos de identificación. Coloca tres objetos familiares frente a tu niño y dile: “Pásame el/la...”
- Alienta al niño a que juegue solo, pero ofrece tu ayuda si la actividad se le hace muy difícil.
- Programa horas de juego con otros niños. Pueden ser un poco difíciles pero a los niños de esta edad les beneficia aprender a interactuar con otros niños. Recuerda, los niños entre los 18 y 24 meses están apenas aprendiendo a jugar con otros y no siempre hay que obligarlos a compartir.

### la seguridad de tu hijo

Como padre, tu preocupación primordial debe ser siempre la seguridad de tus hijos.

- Limita su acceso a ciertas partes del hogar, gavetas y objetos peligrosos: coloca barreras en las escaleras, cerrojos en los gabinetes, retretes y gavetas y cubre las esquinas puntiagudas.
- Asegura bien los objetos grandes y los muebles con escuadras para evitar accidentes en caso de que tu niño se trepe en ellos e instala rejillas en las ventanas para evitar que se caiga por ellas.

- Mantén los líquidos calientes fuera de su alcance.
- Asegúrate que no se pueda ahorcar con los cordones de las cortinas o persianas.
- Llama inmediatamente al Centro de Control de Envenenamientos si piensas que tu bebé haya ingerido algo venenoso: **1-800-222-1222**.

*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).

