

Desde el Nacimiento hasta los 6 Meses

De 6 a 12 Meses

Aunque buscamos brindar información actualizada y correcta, parte de la información puede haber cambiado desde la impresión de esta herramienta.

© 2005 Children's Home Society of California/Rev 2024



Estimados padres y cuidadores:

Cada niño se desarrolla a su propio ritmo; los rangos de edad son aproximaciones de cuándo se espera que un niño alcance sus hitos. Comuníquese con su pediatra local si le preocupa el desarrollo de un niño. Esta herramienta sugiere actividades que puede realizar con los niños para fomentar su desarrollo a través de interacciones intencionales. ¡Disfrute viendo y ayudando a su hijo a crecer!



PUEDO...

- Seguir movimientos y sonidos con los ojos y girar la cabeza
- Girar desde mi estómago hasta mi espalda
- Reaccionar ante ruidos fuertes
- Mirar o alejarme de usted o llorar cuando necesito un descanso de una actividad
- Sonreír y reírme
- Llorar para decirle que necesito algo. Puedo tener hambre, sentir dolor o estar mojado
- Fijarme en mis manos
- Poner objetos en mi boca
- Mover un objeto de una mano a la otra
- Levantar la cabeza mientras estoy acostado boca abajo
- Patear mis piernas y mover mis brazos
- Dormir mucho
- Hacer sonidos, como aahh y ooh
- Gorjear y arrullar
- Jugar con mis manos y pies
- Hacer contacto visual consigo

PUEDO...

- Hacer sonidos como bbbb, dada, gaga o mama
- Beber de una taza y comenzar a comer alimentos sólidos con su ayuda
- Repetir acciones una y otra vez para ayudarme a aprender
- Entender lo que significa "no"
- Repetir los sonidos y movimientos que hace
- Mantener la cabeza erguida y sentarme sin apoyo
- Responder a mi nombre
- Girar desde mi espalda hasta mi estómago
- Moverme boca abajo o gatear
- Alcanzar objetos frente a mí
- Reconocerle entre extraños
- Mover objetos dentro/fuera de un contenedor
- Sostener objetos con mis manos
- Subirme a las cosas
- Hacer "adiós" con la mano

PARA AYUDAR A MI DESARROLLO...

- Para calmarme, deme palmaditas suaves en la espalda, abráceme, mézame, camine o use una voz suave
- Manténgame alejado de ruidos fuertes
- Hábleme, léame y cánteme suavemente
- Haga contacto visual y sonría
- Hable con mi médico sobre cuándo comenzar con los alimentos sólidos y analizar qué alimentos presentan riesgo de asfixia. La fórmula o la leche materna siguen siendo la primera opción para mí
- Cambie mi pañal tan pronto como esté mojado o sucio
- Ofrézcame juguetes seguros, como anillos de goma, sonajeros u objetos blandos
- No me lance al aire ni me sacuda
- Apoye mi cabeza para evitar que se tambalee
- Mueva los objetos lentamente para que pueda seguirlos con la cabeza y los ojos

PARA AYUDAR A MI DESARROLLO...

- Adapte el hogar para bebés (cubrir los enchufes, los cables, guardar bajo llave los medicamentos, los productos químicos y los productos de limpieza). Guarde el **Número de La línea directa para casos de envenenamiento: 1-800-222-1222**
- Deme espacio para mover mis brazos y piernas de forma segura
- Aliénteme a practicar caminar por mi cuenta
- Juegue conmigo, como a "Pat-a-Cake" y a "Peek-a-Boo"
- Lea libros con imágenes grandes y coloridas
- Ofrézcame juguetes seguros con diferentes texturas que pueda morder, golpear, sacudir, tocar o tirar
- Por la noche, ayúdeme a calmarme con mi manta, música o peluche favorito
- Mientras aprendo a comunicarme y a mostrarle lo que me gusta y lo que no me gusta, responda a los sonidos y movimientos corporales que hago

www.chs-ca.org



De 12 a 18 Meses

PUEDO...

- Responder a una pregunta como “¿Dónde está la pelota?” señalando
- Recordar cosas que sucedieron hace horas o un día
- Ser exigente con mi comida
- Comer con mis dedos
- Caminar sin apoyo, pero a veces puedo gatear o caminar
- Hacer cosas que me dijo que no hiciera
- Beber de una taza yo solo, pero puedo derramar la bebida
- Imitarle
- Empezar a pensar en formas de resolver problemas
- Enfadarme cuando estoy lejos de usted
- Apilar un objeto encima de otro
- Tener poca capacidad de atención
- Llorar, pegar o hacer berrinches cuando estoy frustrado
- Seguir instrucciones simples
- Pasar la página de un libro
- Decir 10-15 palabras

PARA AYUDAR A MI DESARROLLO...

- Ofrézcame opciones
- Proporcioneme agua, leche materna o leche
- Salga a caminar conmigo y limite el tiempo frente a la pantalla
- Hábleme despacio cara a cara
- Deme trozos pequeños y blandos de comida para alimentarme
- Cuando esté frustrado, puede animarme a usar palabras. Haga demostraciones con expresiones faciales y lenguaje
- Repita mis libros, rimas, canciones y cuentos favoritos
- Hábleme de lo que siento, oigo, veo, huelo y pruebo
- Aliénteme a practicar cargar, trepar, tirar y empujar
- Juegue conmigo al escondite y a los juegos de dedos, como “Itsy Bitsy Spider”
- Felicítame con frases como “¡Estás trabajando muy duro!”



De 18 a 24 Meses

PUEDO...

- Usar una cuchara y un tenedor
- Usar palabras que se centren en mí mismo, como “yo”, “mí” y “mío”
- Decir entre 15 y 50 palabras y utilizar palabras nuevas cada mes
- Patear una pelota hacia adelante
- Decir palabras como “¡Abrázame!”
- Tomar turnos
- Ayudarle a vestirme y desvestirme
- Ser capaz de emitir sonidos que hacen los animales
- Nombrar imágenes simples en un libro
- Ser capaz de nombrar y señalar partes del cuerpo
- Subir y bajar escaleras con su ayuda
- Trepar, saltar, correr y caminar
- No disfrutar de compartir
- Mover mi cuerpo al son de la música

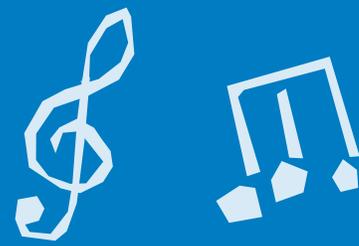
PARA AYUDAR A MI DESARROLLO...

- Deme crayones gruesos para garabatear mejor
- Ayúdeme a poner mis sentimientos en palabras
- Ofrézcame opciones simples. “¿Te gustaría usar pantalones o pantalones cortos?”
- Ayúdeme a comer con cuchara y beber con popote
- Mantenga sus ojos en mí porque puedo alejarme
- Deme juguetes que pueda verter, sacar, apretar y apilar
- Bríndeme áreas seguras en interiores y al aire libre para que pueda moverme
- Lea y aliénteme a encontrar objetos en las imágenes
- Amplíe mi lenguaje y hábleme de lo que estoy haciendo mientras lo hago. Por ejemplo: “Estás haciendo rodar la gran bola verde”
- Deme juguetes con los que pueda jugar a “simular”, como comida de plástico y teléfonos sin cables
- Permítame suficientes horas de sueño (entre 11 y 14 horas al día, incluidas las siestas)

De 2 a 3 Años

PUEDO...

- Subir y bajar escaleras usando un pie (en lugar de ambos pies) en cada escalón
- Disfrutar de usar una mano más que la otra
- Decir entre 50 y 300 palabras y tener una pronunciación más clara
- Preguntar “¿Por qué?” a menudo
- Utilizar oraciones de dos palabras, como “¡Mami, abrázame!”
- Tener muchas rabietas porque estoy frustrado
- Hablar conmigo mismo para practicar nuevas palabras
- Decir mi edad
- Mostrar interés en usar el baño
- Mostrar interés en otros niños
- Ser capaz de abrir puertas
- Unir objetos por forma y color
- Copiar sus palabras y acciones



PARA AYUDAR A MI DESARROLLO...

- Cánteme la canción del abecedario y léeme libros con colores y formas
- Patee y lance pelotas conmigo
- Ayúdeme a hacer cosas por mi cuenta, como abrocharme la camisa
- Deme oportunidades de jugar con otros niños
- Hábleme, léame y cánteme
- Hágame preguntas cuando juego, como “¿Qué estás haciendo?”
- Mantenga fuera de mi alcance los objetos que no quiere que toque
- Deme rompecabezas de cuatro piezas e instrumentos musicales para jugar
- Míreme para ver lo que me gusta y lo que no me gusta comer. Puedo rechazar muchos alimentos
- Pregúnteme sobre cosas que sucedieron en el pasado, como “¿Quién te dio ese juguete?”
- Deme cuentas (1-1/2" de ancho) para colocarlas en una cuerda. Asegúrese de supervisarme para que no me las trague

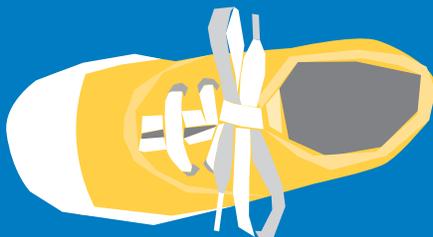
De 3 a 4 Años

PUEDO...

- Hacer muchas cosas por mi cuenta, como cepillarme los dientes, desvestirme y comer
- Cantar una canción sencilla
- Sentirme cómodo estando separado de usted
- Resolver rompecabezas sencillos
- Hacer muchos juegos de simulación, como tener un amigo imaginario
- Empezar a entender el concepto de igual/diferente
- Lavarme las manos
- Dibujar un círculo o un cuadrado si dibuja uno primero
- Esperar mi turno y compartir con los demás
- Apilar seis objetos uno encima del otro
- Saltar en un pie
- Confundir algunas palabras cuando hablo
- Pedalear un triciclo
- Utilizar oraciones de cinco a seis palabras
- Utilizar palabras de acción (verbos)

PARA AYUDAR A MI DESARROLLO...

- Aliénteme a dibujar
- Ofrézcame opciones para que pueda tomar algunas decisiones
- Hábleme de la manera que quiera que hable con los demás
- Prepáreme con nuevas experiencias diciéndome qué esperar
- Deme rompecabezas de cuatro o cinco piezas
- Déjeme resolver problemas, como resolver conflictos con amigos o vestirme hasta que necesite su ayuda
- Bote y atrape una pelota grande conmigo
- Míreme atentamente mientras corto papel con tijeras romas o de plástico
- Enséñeme nuevas palabras y léemelas
- Trate de mantener un horario regular para mis horas de juego, de comida y de acostarme
- Deme objetos que pueda unir y contar, como bloques, vasos y cucharas de plástico



PUEDO...

- Hablar en oraciones de cinco o más palabras y contar historias
- Conocer la mayoría de los colores
- Estar preparado para tareas sencillas, como ayudar a poner la mesa
- Dibujar un triángulo o un diamante después de que dibuje uno primero
- Decir palabras que no le gusten para que pueda ver su reacción
- Saltar
- Jugar con otros niños, en lugar de solo al lado de ellos
- Tener problemas para pronunciar los sonidos f, l, r, s, v o z
- Disfrutar de preguntar cómo, cuándo y dónde
- Dibujar una cara con ojos, boca y nariz
- Unir objetos por tamaño
- Aprender a escribir el alfabeto
- Columpiarme
- Usar tijeras

PARA AYUDAR A MI DESARROLLO...

- Déjeme cepillarme o peinarme
- Cánteme canciones que incluyan movimientos corporales, como “cabeza, hombros, rodillas y dedos de los pies”
- Ayúdeme a distinguir la fantasía de la realidad
- Programe momentos de juego tanto activos como tranquilos
- Aliénteme a realizar actividades por mi cuenta y a pedir ayuda cuando la necesite
- Enséñeme a lavarme y secarme las manos
- Desafíeme. ¿Puedo mantener el equilibrio sobre un pie durante cinco segundos o más?
- Déjeme disfrutar aprendiendo a mi ritmo, para no frustrarme demasiado
- Déjeme planear actividades con usted
- Enséñeme datos, como mi dirección, el mes de nacimiento, mi nombre/apellido, el nombre de mis padres y mi número de teléfono
- Fomente suficientes horas de sueño (de 10 a 13 horas al día, incluidas las siestas)

PUEDO...

- Confundirme cuando habla de eventos que sucederán o durarán más de una o dos semanas en el futuro
- Contar hasta 100
- Comprender que los libros se leen de izquierda a derecha y de arriba a abajo
- Tener muchos miedos a cosas como la oscuridad, los animales y las tormentas eléctricas
- Entender la diferencia entre izquierda y derecha
- Atrapar una pelota, saltar la cuerda, brincar y trepar bien
- Montar en bicicleta
- Practicar hacer volteretas hasta marearme
- Tener problemas para pronunciar los sonidos de la L o Th
- Ser más considerado a los sentimientos de los demás
- Escribir mi nombre con algunos errores

PARA AYUDAR A MI DESARROLLO...

- Déjeme vestirme a sí mismo
- Juegue juegos como “Sigue al Líder” y “Simón Dice”
- Use palabras que me ayuden a entender el tiempo, como ayer, mañana y hoy
- Enséñeme a atarme los cordones de los zapatos
- Deme objetos que pueda desarmar y volver a armar
- Aliente y elogie mis esfuerzos
- Deme rompecabezas con 10-15 piezas
- Límite mi tiempo frente a la pantalla
- Coma conmigo para hablar de nuestro día
- Aliénteme a leer y usar palabras sobre cómo me siento.
- Hágame preguntas que yo pueda responder
- Visite museos, acuarios o parques locales
- Hábleme sobre mis intereses e inquietudes
- Enséñeme acerca de los límites (por ejemplo, identificar la diferencia entre un contacto saludable y no saludable, y saber cómo y tener la confianza para decir “no” cuando me siento incómodo)

