Su hijo a los 30 meses

El nombre del niño **La edad del niño** **Fecha**

¡Los indicadores son clave! La manera en que su hijo juega, aprende, habla, actúa y se mueve ofrece información importante sobre su desarrollo. Marque los indicadores que su hijo ha alcanzado a los 30 meses. Lleve esta información y en cada visita médica de rutina del niño hable con el médico sobre los indicadores que su bebé ha alcanzado y qué esperar a continuación.

Lo que la mayoría de los niños hacen a esta edad:

En las áreas social y emocional

- ☐ Juega al lado de otros niños y a veces con ellos
- ☐ Le muestra lo que puede hacer diciendo "¡mírame!"
- ☐ Sigue rutinas simples cuando se le pide; por ejemplo, ayuda a recoger los juguetes cuando le dice "es hora de recoger los juguetes"

En las áreas del habla y la comunicación

- ☐ Dice aproximadamente 50 palabras
- ☐ Dice dos o más palabras, siendo una de ellas una acción, como "perrito corre"
- ☐ Nombra las cosas que ve en un libro cuando usted las señala y le pregunta "¿qué es esto?"
- ☐ Dice palabras como "yo", "mi" o "nosotros"

En el área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- ☐ Juega imaginariamente con las cosas; por ejemplo, alimenta una muñeca con un bloque de madera como si fuera comida
- ☐ Muestra habilidades sencillas para resolver problemas; por ejemplo, se para sobre un banquito para alcanzar algo
- ☐ Sigue instrucciones de dos pasos, como "deja el juguete ahí y cierra la puerta"
- ☐ Demuestra que sabe por lo menos un color; por ejemplo, señala un crayón rojo si usted le pregunta: "¿Cuál es rojo?"

En las áreas motora y de desarrollo físico

- ☐ Usa las manos para girar cosas; por ejemplo, gira la manija o perilla de las puertas o desenrosca tapas
- ☐ Se quita algunas prendas de vestir por sí solo como pantalones holgados o una chaqueta desabotonada
- ☐ Salta levantando los dos pies
- ☐ Pasa las páginas de un libro, de una página a la otra, cuando usted le lee

*** Es hora de hacer pruebas del desarrollo!**
A los 30 meses, a su hijo le deben hacer pruebas generales del desarrollo, según lo recomendado para todos los niños por la Academia Estadounidense de Pediatría. Pregúntele al médico sobre las pruebas del desarrollo de su hijo.

Otras cosas importantes para compartir con el médico...

- ¿Qué es lo que más disfruta hacer usted con su hijo?
- ¿Cuáles son algunas cosas que su hijo disfruta hacer o que hace bien?
- ¿Hay algo que su hijo hace o que no hace y que le preocupa?
- ¿Ha perdido su hijo alguna habilidad que antes tenía?
- ¿Nació su hijo prematuro o tiene alguna necesidad especial de atención médica?

Usted conoce a su hijo mejor que nadie. Si su hijo no está alcanzando los indicadores del desarrollo, si ha perdido destrezas que antes tenía, o si usted está preocupado por algo más, no espere. Reaccione pronto. Hable con el médico de su hijo, comparta sus preocupaciones y pregunte sobre las pruebas del desarrollo. Si usted o el médico siguen preocupados:

1. pida una remisión a un especialista y,
2. llame al programa de intervención temprana de su estado o territorio para saber si su hijo puede recibir servicios para ayudarlo. Obtenga más información y averigüe el número telefónico en **cdc.gov/IntervenciónTemprana**.

Para obtener más información sobre cómo ayudar a su hijo, visite **cdc.gov/Preocupado**.

No espere. ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!

CDC
U.S. CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

Descargue la aplicación gratuita de los CDC *Sigamos el desarrollo*
Consíguelo en el App Store · DISPONIBLE EN Google Play

American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

Ayude a su hijo a aprender y a desarro

Como primer maestro de su hijo, usted puede ayudarlo a aprender y a desarrollar su cerebro. Pruebe estos sencillos consejos y actividades de una manera segura. Hable con el médico y los maestros de su hijo si tiene preguntas o si desea obtener más ideas acerca de cómo ayudarlo en su desarrollo.

- Fomente el “juego libre”, en el que su hijo pueda seguir sus intereses, probar cosas nuevas y usar las cosas de maneras novedosas.
- Use palabras positivas y preste más atención a los comportamientos que desee ver (“comportamientos deseados”) que a los que no desee ver. Por ejemplo, diga “me gusta cómo le diste el juguete a Miguel”.
- Dele a su hijo opciones de alimentos que sean simples y saludables. Déjelo elegir qué comer para la merienda o qué ponerse. Limite las opciones a dos o tres.
- Hágale preguntas sencillas a su niño sobre los libros y las historias. Haga preguntas como “¿quién...?” “¿qué...?” y “¿dónde...?”.
- Ayude a su hijo a aprender a jugar con otros niños. Muéstrele cómo hacerlo ayudándolo a que comparta, se turne y use sus “palabras”.
- Deje que su hijo “dibuje” con crayones en papel, con crema de afeitar en una bandeja o con tiza en la acera. Si usted dibuja una línea recta, vea si él la copia. Cuando pueda dibujar bien las líneas, muéstrele cómo dibujar un círculo.
- Deje que su hijo juegue con otros niños, como en un parque o una biblioteca. Pregunte sobre los grupos de juego locales y los programas preescolares. Jugar con otros niños lo ayuda a aprender el valor de compartir y de la amistad.
- Coman juntos las comidas familiares lo más que puedan. Sirva la misma comida a todos. Disfruten de la compañía de los demás y eviten el tiempo frente a una pantalla (televisión, tabletas y teléfonos, etc.) durante las comidas.
- Limite el tiempo frente a una pantalla (televisión, tabletas, teléfonos, etc.) a no más de 1 hora al día para ver un programa para niños con un adulto presente. Los niños aprenden hablando, jugando e interactuando con otras personas.
- Use palabras para describirle cosas a su hijo, como grande/pequeño, rápido/lento, encendido/apagado y adentro/afuera.
- Ayude a su hijo a armar rompecabezas sencillos que tengan formas, colores o animales. Nombre cada pieza cuando su hijo la coloca en su lugar.
- Juegue con su niño al aire libre. Por ejemplo, llévelo a un parque para que se suba a los juegos y que corra en áreas seguras.
- Permita que su hijo coma la cantidad que quiera en cada comida. Usted debe encargarse de ofrecerle alimentos saludables y su hijo debe decidir si quiere comer y cuánto.

Para ver más consejos y actividades, descargue la aplicación de los CDC *Sigamos el Desarrollo*.

Esta lista de verificación de los indicadores del desarrollo no es un sustituto de las herramientas estandarizadas y validadas para la evaluación del desarrollo. Estos indicadores del desarrollo muestran lo que la mayoría de los niños (75% o más) pueden hacer a cada edad. Los expertos en la materia seleccionaron estos indicadores con base en los datos disponibles y por consenso.

www.cdc.gov/pronto | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

CDC
U.S. CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

Descargue la aplicación gratuita de los CDC *Sigamos el desarrollo*

Consíguela en el App Store | DISPONIBLE EN Google Play

Aprenda los signos. Reaccione pronto.