

Consejos positivos para la crianza Para un Desarrollo Infantil Saludable

Niños pequeños (2-3 años de edad)

Hitos del desarrollo

Habilidades como turnarse, jugar hacer creer y patear una pelota, se llaman hitos del desarrollo. Los hitos del desarrollo son cosas que la mayoría de los niños pueden hacer a cierta edad. Los niños alcanzan hitos en la forma en que juegan, aprenden, hablan, se comportan y se mueven (como saltar, correr o equilibrarse).

Debido al creciente deseo de los niños de ser independientes, esta etapa a menudo se llama los "terribles dos". Sin embargo, este puede ser un momento emocionante para los padres y los niños pequeños. Los niños pequeños experimentarán grandes cambios de pensamiento, aprendizaje, sociales y emocionales que les ayudarán a explorar su nuevo mundo y darle sentido. Durante esta etapa, los niños pequeños deben ser capaces de seguir instrucciones de dos o tres pasos, ordenar objetos por forma y color, imitar las acciones de adultos y compañeros de juego, y expresar una amplia gama de emociones.

Para obtener más detalles sobre los hitos del desarrollo, las señales de advertencia de posibles retrasos en el desarrollo e información sobre cómo ayudar al desarrollo de su hijo, visite "Aprender los signos. Actuar temprano." sitio web de la campaña.

<http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/index.html>

Consejos para padres positivos

Las siguientes son algunas cosas que usted, como padre, puede hacer para ayudar a su hijo pequeño durante este tiempo:

- Establecer un momento especial para leer libros con su niño pequeño.
- Animar a su hijo a participar en juegos simulado.
- Play desfile o siga al líder con su niño pequeño.
- Ayude a su hijo a explorar las cosas a su alrededor llevándola a dar un paseo o en carreta.
- Anime a su hijo le diga su nombre y edad.
- Enseñe a su hijo canciones simples como Itsy Bitsy Spider, u otras rimas culturales de la infancia.
- Dar la atención y elogios a su hijo cuando siga las instrucciones y muestre un comportamiento positivo y limite la atención por comportamientos desafiantes como berrinches. Enseñe a su hijo maneras aceptables de demostrar que está molesto.



La seguridad infantil primero

Debido a que su hijo se está moviendo más, también se encontrará con más peligros. Las situaciones peligrosas pueden ocurrir rápidamente, así que vigile de cerca a su hijo. Estos son algunos consejos para ayudar a mantener a su niño en crecimiento seguro:

- ¡NO deje a su niño cerca o alrededor del agua (por ejemplo, bañeras, piscinas, estanques, lagos, bañeras de hidromasaje o el océano) sin que alguien la mire. Cerca de las piscinas del patio trasero. El ahogamiento es la principal causa de lesiones y muerte entre este grupo de edad.
- Anime a su niño pequeño a sentarse al comer y a masticar bien sus alimentos para evitar que se atragante.
- Compruebe los juguetes a menudo en busca de piezas sueltas o rotas.
- Anime a su niño pequeño a no poner lápices o lápices de colores en su boca al colorear o dibujar.
- Nosostenga bebidas calientes mientras su hijo está sentado en su regazo. Los movimientos repentinos pueden causar un derrame y pueden provocar que su hijo se quemé.
- Asegúrese de que su hijo se siente en el asiento trasero y esté bien abrochado en un asiento de coche con un arnés.

Cuerpos sanos

- Hable con el personal de su proveedor de cuidado infantil para ver si sirven alimentos y bebidas más saludables, y si limitan el tiempo de televisión y otros programas de pantalla.
- Su hijo pequeño podría cambiar la comida que le gusta de un día para otro. Es un comportamiento normal, y es mejor no hacer un problema de él. Anímelo a probar nuevos alimentos ofreciéndole pequeños bocados al gusto.
- Mantenga los televisores fuera del dormitorio de su hijo. Limite el tiempo de pantalla, incluidos los videojuegos y los juegos electrónicos, a no más de 1 a 2 horas al día.
- Fomentar el juego libre tanto como sea posible. Ayuda a su niño a mantenerse activo y fuerte y le ayuda a desarrollar habilidades motoras.

Información Adicional:

<http://www.cdc.gov/childdevelopment>

1-800-CDC-INFO (800-232-4636) <http://www.cdc.gov/info>