



GOBIERNO DE
MÉXICO

Educación Inicial

PRIMEROS PASOS PARA UNA VIDA FELIZ

Tarea de todos y de todas

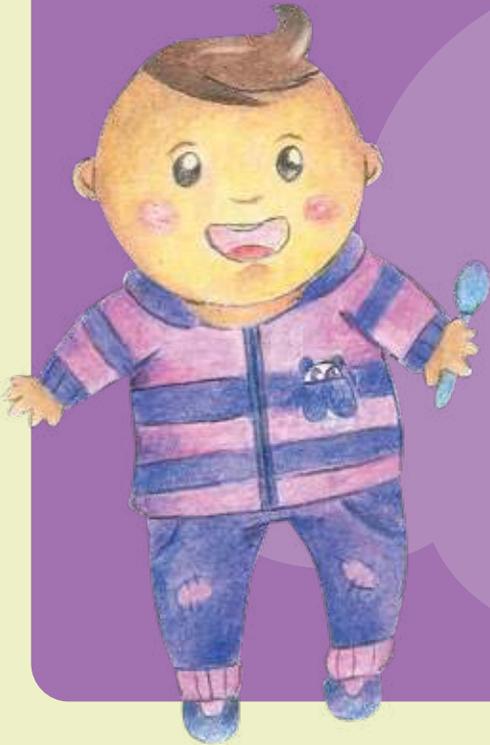


EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF CIUDAD **MÉXICO**
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

gob.mx/aefcm

Etapas



ETAPA 1:

Recién Nacido
1 mes



ETAPA 2:

Primera Infancia
2 a 5 meses



ETAPA 3:

Primera Infancia
6 a 11 meses



ETAPA 4:

Primera Infancia
1 año a
1 año y 5 meses



ETAPA 5:

Primera Infancia
1 año y 6 meses a
1 año y 11 meses



ETAPA 6:

Primera Infancia
2 años a
2 años y 5 meses



ETAPA 7:

Primera Infancia
2 años y 6 meses a
2 años y 11 meses



ETAPA 8:

Primera Infancia
3 años

PRIMEROS PASOS PARA UNA VIDA FELIZ



Primera Infancia

1 año 6 meses a
1 año 11 meses

¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 6 meses, tu bebé empieza a tener aptitudes de descubrimiento y no distinguen lo que es bueno o lo que es malo.
- Ya anda por toda la casa y le encanta jugar con la arena, subir al tobogán y sentirse libre en los columpios, en el patio, estas actividades le ayudan a mejorar su movimiento.
- Aprenden mejor interactuando con la gente y explorando su entorno. Resérvate un tiempo para hablar, leer y jugar con tu hijo/a cada día.

¿Qué es lo más importante?

- Reconoce a sus padres, hermanos/as, amigos/as y otros familiares más cercanos, si los ve en alguna fotografía sabe quiénes son, incluso es capaz de decir sus nombres.
- Limpia los dientes con un cepillo blando y una pequeña cantidad de pasta de dientes dos veces al día. Si todavía no llevas al dentista a tu bebé, trata de programar su primera visita.

¿Qué debes de hacer?

- Sienta a tu bebé a comer con el resto de la familia para que se sienta integrado/a en las comidas familiares. Esto también es una forma de aprender.
- Haz que beba en su propio vaso para ir retirando progresivamente el uso del biberón. También puede comer utilizando la cuchara.
- Limita el tiempo durante el cual tu bebé se expone a pantallas como la televisión. Lo mejor es que tu hijo/a se exponga menos de una hora al día y elige programas de calidad para verlos con él o ella.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 6 meses, tu bebé ya sostiene una taza él o ella solo/a.
- Coordina el movimiento manual entre los dedos y la muñeca. Esto le permite a tu bebé a comer con una cuchara (aunque a esta edad, seguramente habrá derrames).
- Se divierten apretando botones, moviendo manijas y girando perillas.
- Puede juntar bloques.

¿Qué es lo más importante?

- Ha desarrollado un sentido de su persona, la capacidad de verse a sí mismo separado de otros.
- A menudo abraza a sus padres cuando le teme a los extraños.
- Comienza a tener acto de simulación a la vez, como darle de "beber" con una taza de juguete a un animal de peluche.
- Generalmente puede encontrar un objeto, después de ver que tú lo escondes detrás de algo. Por ejemplo, puede ocultar un muñeco debajo de una manta y hacer que lo encuentre.
- Puede señalar una parte del cuerpo. Por ejemplo, cuando tú le preguntas: "¿Dónde tienes la cabeza?", tu bebé la señala.

¿Qué debes de hacer?

- Ten precaución con los objetos porque les gusta tomar y mover casi todo lo que tienen a su alcance.
- Pon atención de todo lo que realiza tu bebé debido a que ya está gateando y suele agarrar todo lo que encuentre a su alcance.
- Ten precaución con los programas de televisión que ve tu bebé o con las personas que convive dado a que aprende todo lo que los demás hacen.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 6 meses, tu bebé ya tiene dientes y molares.
- Su desarrollo en estos meses ha sido espectacular. Al año y medio ya es capaz de caminar, utiliza sus manos para recoger objetos y jugar con ellos.
- Intenta comer solo/a ya es capaz de apreciar los alimentos que le gustan y los que no. Por lo que puede sacarse de la boca algún alimento que no sea de su agrado como protesta.
- El menú es más amplio, ya puede ingerir más alimentos.

¿Qué es lo más importante?

- Antes de que tu bebé aprenda a ir al baño solo/a, debe desarrollar un sentido de la percepción de sí mismo/a que le permita controlar su orina o sus deposiciones.
- Le gusta mezclar alimentos conocidos con otros nuevos.
- Su dieta es similar a la de los adultos, se aconseja consultar con el médico a la hora de introducir un nuevo alimento a la dieta de tu bebé.

¿Qué debes de hacer?

- Lleva a tu bebé al médico cuando se sienta enfermo/a antes de darle cualquier cosa.
- Revisa la cartilla de vacunación para que le apliquen a tu bebé la vacuna correspondiente.
- Introduce los alimentos poco a poco y de forma variada, para que tu bebé no los rechace; ingéníatelas para que parezca un plato atractivo, hacer figuras, alternar los colores de la comida, que comer verduras sea algo agradable, no un castigo.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 6 meses, tu bebé juega, aprende, habla y actúa ofrece pistas importantes sobre cómo se está desarrollando
- Es posible que le gusten los juguetes, que le guste ver los dibujos de los libros.
- Empieza a entender para qué sirven algunos objetos cotidianos, como un cepillo o una cuchara.

¿Qué es lo más importante?

- Señala para llamar la atención de otras personas.
- Indica partes del cuerpo.
- Hace garabatos por sí solo/a.
- Demuestra interés en una muñeca o peluche y finge darle de comer.
- Es capaz de quitarse algunas prendas de vestir como sombreros y calcetines.
- Muestra afecto.
- Tiene ansiedad por la separación.

¿Qué debes de hacer?

- Invita a tu bebé a que juegue con una pelota lanzándola cerca o lejos, la ruede, la tire desde distintas alturas, la empuje, para que aprenda como las cosas aparecen y desaparecen.
- Dale un objeto envuelto para que lo destape: tirando el papel, apretándolo y rasgándolo.
- Haz que escuche música y mueva sus manos o cuerpo. Pídele que repita la actividad frente a un espejo.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 7 meses, tu hijo/a ya puede seguir la misma dieta que el resto de la familia, tiene un vocabulario más amplio.
- Tiene estabilidad a la hora de caminar, es capaz de correr e intentar subir y bajar escaleras.

¿Qué es lo más importante?

- Le encanta explorar, abre cajones y armarios.
- Puede imitar las palabras que escucha de sus padres.
- Agarra el vaso entre sus manos y bebe agua sin problemas.
- Intenta comer él o ella solo/a.

¿Qué debes de hacer?

- Cuida que el calzado de tu hijo/a sea el más adecuado.
- Protege su piel y evita enrojecimientos sobre todo en la zona del pañal.
- Enséñale a tu hijo/a a compartir sus juguetes.
- Evita agredir a tu hijo/a física y verbalmente.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 7 meses, tu hijo/a ya puede caminar perfectamente.
- Corre y traslada objetos de un lugar a otro con seguridad, tal vez ya ha comenzado a saltar.
- Puede tomar un lápiz o un crayón e intentar hacer un dibujo que luego te mostrará.
- Querrá ayudar con las tareas de la casa como limpiar, barrer u ordenar.

¿Qué es lo más importante?

- Hasta ahora, cuando se reúne con varios/as niños/as, juega de manera independiente de los otros (explora, juega y desarma los juguetes). Es el juego independiente.
- A partir de ahora, cada niño/a jugará de forma aislada de los/as otros/as, pero realizarán las mismas actividades (el niño/a obtendrá para sus juegos ideas de los/as otros/as. Es el juego paralelo.
- Si no quiere devolver un juguete que otro niño/a le prestó, ten preparado otro objeto que sabes que le llama la atención.

¿Qué debes de hacer?

- Prepara y adapta una bacinica, teniendo en cuenta que a esta edad tu hijo/a se empezará a dar cuenta cuando desea hacer del baño y explica simplemente que para eso sirve distraerlo para que no se desespere cuando lo esté haciendo ya que se está dando cuenta del lugar correcto donde debe de hacer del baño.
- Juega, corre, brinca, canta, baila, entre otras actividades, con tu hijo/a.
- Trata de ponerle ropa cómoda.



¿Hoy qué pasa?

¿Qué es lo más importante?

¿Qué debes de hacer?

- 1 año y 7 meses, tu hijo/a ya puede llevar la misma dieta que el resto de la familia, siempre que sea rica, equilibrada y contenga todos los aportes necesarios.
- Puede mostrar cierta preferencia por algunos alimentos o platos, aunque no se debe abusar de ellos para evitar que la dieta sea repetitiva.
- En su desayuno, lo ideal es dar leche con cereales a tu hijo/a. Pero en las comidas, para favorecer el proceso de masticación y que pueda aprender tanto a comer como a probar alimentos de todo tipo, es conveniente no ofrecer sólo purés o papillas, sino alimentos ligeros los que ya pueda masticar.

- El niño/a puede seguir la misma dieta que el resto de la familia, siempre y cuando sea variada o equilibrada.
- No te olvides que, a partir del primer año de vida, la velocidad de crecimiento del niño/a es menor. Por lo tanto, no es necesaria una alimentación abundante.
- No le ofrezcas comida (galletas, pan) entre horas. Asimismo, no le des golosinas o bebidas azucaradas, ya que quitan el apetito y pueden causar caries.

- Cepilla sus dientes 2 veces por día, sobre todo después de cenar, para que no vaya a la cama con los dientes sucios.
- Muéstrole que tú también te lavas los dientes como él o ella, así te imitará. Mantén esta rutina diariamente, logra que finalmente sea un hábito.
- Léele y cuéntale cuentos, de forma constante.
- Pon música para que bailen juntos.
- Enséñale pequeñas canciones o fragmentos de canciones, para que se desarrolle su lenguaje.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 7 meses, tu hijo/a va madurando y consolidando todo lo aprendido hasta ahora.
- Ya es capaz de correr y sentarse solo/a en una silla, aunque con dificultad.
- Puede agacharse y recoger un juguete sin caerse.
- Ya entiende distintos conceptos, por ejemplo: arriba o abajo, dentro o fuera, vacío o lleno.

¿Qué es lo más importante?

- Querrá ayudar con las tareas de la casa como limpiar, barrer u ordenar.
- Une varias palabras para hacer frases y comprende muchas frases.
- Conoce las principales partes del cuerpo.

¿Qué debes de hacer?

- Juega con actividades adecuadas para esta edad como bloques y pelotas.
- Dale lápices o crayones de colores para que haga dibujos.
- Muéstrale alguna foto familiar donde pueda identificar a sus familiares cercanos (padres, hermanos, abuelos, etc.)
- Deja que se lave y se seque las manos de forma autónoma pero bajo vigilancia.
- Ayúdale a que aprenda a darse cuenta cuando necesita orinar, trate de estar pendiente de sus movimientos y pregúntele si necesita ir al inodoro.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 8 meses, tu hijo/a tiene más autonomía, es normal que quiera hacer cosas como subir y bajar escaleras sin ayuda, recoger los cubiertos para comer o participar en las tareas caseras.
- Su equilibrio mejora.
- La curiosidad es una de las características más destacadas de esta etapa.

¿Qué es lo más importante?

- Su vocabulario todavía es pequeño, domina algunas palabras, pero puede hacerse entender señalando objetos o llorando.
- Imita las palabras que oye de los adultos y en esta etapa aparece el “no”.
- El niño/a puede comer alimentos repartidos en cinco comidas: desayuno, media mañana, comida, merienda y cena.

¿Qué debes de hacer?

- Brinda una dieta variada y equilibrada, que incluya leche, verduras, frutas y huevo sólo dos veces a la semana.
- Ayuda a mejorar su equilibrio, con juegos donde suba, salte, etc.
- En cuanto al lenguaje, es recomendable que le pongas canciones y le leas cuentos, eso le ayudará a que tenga un mayor vocabulario.
- Invita a tu hijo/a que colabore en algunas tareas sencillas del hogar. Evidentemente habrá cosas que no podrá realizar, pero él o ella estará feliz a tu lado ayudándote en tareas simples como limpiar algo que se haya derramado o regar las plantas.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 8 meses, tu hijo/a es curioso/a por naturaleza y como parte del conocimiento propio es normal que conozcan sus genitales y se toquen.
- Puede que no hable mucho o sí, entiende mucho más lo que dice y es capaz de imitar en su idioma, su tono de voz al hablar por teléfono, sus expresiones de alegría, enojo, etc. Por eso es tan importante prestar atención en la manera que te expresas frente a tu hijo/a.

¿Qué es lo más importante?

- Ofrécele agua diariamente y evita las bebidas industriales como jugos, refrescos, etc., porque suelen afectar en un determinado tiempo e incluso le pueden salir caries.
- Comienza a tener berrinches, debido a que comienzan a sentir miedo, tristeza, etc.
- Demuestra afecto a las personas conocidas.
- Inventa juegos simples con su imaginación (por ejemplo, repite sonidos de animales u objetos).

¿Qué debes de hacer?

- Se cariñosa con tu hijo/a, trata de motivarlo/la, dale amor, para que se sienta protegido/a.
- Hazle saber cuando esté enojado/a y cómo puede expresar sin lastimar, ni transmitir su enojo.
- Celebra el buen comportamiento, dile a tu hijo/a cuando se ha comportado bien en público o mientras juega con un amigo.
- Evita darle golosinas o juguetes nuevos como premio, es mejor un abrazo o palabras amorosas.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 8 meses, tu hijo/a en su comportamiento puede resultar más agresivo: muerde, empuja, pega, etc.
- Tu hijo/a a esta edad ya puede llegar a pegar, empujar, morder, jalar el pelo o hacer cualquier otra acción reprochable de este tipo.

¿Qué es lo más importante?

- Si tu hijo/a pega o muerde y ya se ha ido de una reunión por esta razón, continúa haciéndolo tantas veces como sea necesario, hasta que aprenda que no está bien.
- Enséñale a besar, abrazar o acariciar para demostrar su cariño.
- Cuando tú o cualquier otra persona importante en su vida se va, tu hijo/a se puede alterar porque él o ella necesita de la presencia tuya o de otro adulto. Dale un beso rápido y márchate, nunca le mientas, si vas a tardar mucho en volver, no le digas que regresas en un momento, así perderá su confianza en ti.

¿Qué debes de hacer?

- La curiosidad sobre sus genitales es una constante a esta edad. Cuando se tocan suelen tener sensaciones agradables que los/as invitan a continuar haciéndolo. Cuando lo notes, déjalo/a continuar un tiempo prudente y luego invítalo/a a compartir alguna actividad que le resulte interesante, un juego, la lectura, bailar o cantar. Jamás lo/a corrijas o le digas que no se hace. Si lo hace en público, es porque esa actividad le resulta más estimulante que lo que está ocurriendo a su alrededor. No te preocupes, distráelo/a con otra cosa.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 8 meses, tu hijo/a “alimenta” a sus muñecos.
- Se quita su propia ropa.
- Aprende nuevas palabras.
- Aumenta el nivel de comprensión y aprende nuevas palabras.



¿Qué es lo más importante?

- Tira todo al suelo, incluso cuando está comiendo llega a tirar su propia comida.
- Es huraño/a con las muestras de cariño, rechaza besos y caricias.
- Algunas veces come mal, pero debes tener cuidado debido a que puede ser causa de que esté enfermo/a.
- No habla bien y no se le entiende al hablar.
- Se despierta por la noche.
- Cuando juega con otros niños/as les quita los juguetes e incluso pueden discutir.
- Llámale la atención constantemente si tiene distintas actitudes inadecuadas, para que las vaya corrigiendo.

¿Qué debes de hacer?

- Habla con tu hijo/a acerca de lo que hacen las personas, por ejemplo, en el mercado muéstrale lo que realiza el vendedor; en la calle, la función que tiene el policía o el bombero, etc.
- Aprovecha todo el tiempo posible para decirle los nombres de todos los objetos que ve cotidianamente, la flor, la camisa, el carro, etc.
- Enséñale la manera de como las personas expresan sus emociones, exagéralas para que tu hijo/a pueda apreciar la diferencia entre una y otra, por ejemplo, ante una situación burlona ría fuertemente, si algo le molesta muéstrale con un gesto muy marcado cómo se enoja.

¿Hoy qué pasa?

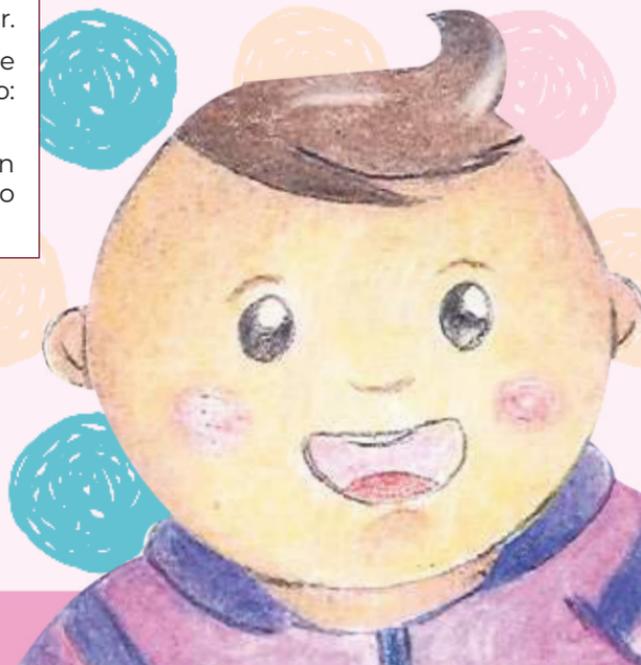
- 1 año y 9 meses, tu hijo/a ya puede realizar tareas solo/a: comer, ordenar sus juguetes o jugar con una pelota son acciones que puede realizar sin problema.
- Es posible que también pueda ponerse su ropa solo/a, lavarse y secarse las manos o cepillarse los dientes con un poco de ayuda.

¿Qué es lo más importante?

- Para fomentar el desarrollo del lenguaje de su hijo/a, háblale mucho, presta atención a lo que te dice y aunque él o ella pronuncie mal una palabra (por ejemplo “papa” por “papilla” o “tete” por “biberón”), no le siga la corriente. Utilice la palabra correcta para que aprenda a hablar.
- Empieza a obedecer dos órdenes de una misma frase como, por ejemplo: siéntate y recoge la cuchara.
- Mantiene la atención más tiempo en una actividad, por ejemplo, cuando le lees algún cuento o le cantes.

¿Qué debes de hacer?

- Bríndale una alimentación lo más variada posible.
- Acompaña a tu hijo/a que se duerma y muéstrale tu cariño mientras descansa.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 9 meses, permite a tu hijo/a comenzar a vestirse, lavarse las manos o cepillarse los dientes sin ayuda, aunque siempre bajo su observación.
- Como quiere imitar en todo aquello que haga, se sentirá interesado/a por las tareas de la casa y querrá ayudarle a cocinar o a barrer. Aprovecha este interés para enseñarle y darle pequeñas labores, en donde no implique riesgos, puedes comprarle una escoba pequeña y que barra con ella. A la vez que se divierte, le inculca el hábito de participar en las labores del hogar.

¿Qué es lo más importante?

- Su memoria es cada vez mejor, de hecho, ya es capaz de memorizar una serie de órdenes cortas e incluso puedes ponerle música, para que vaya desarrollando su vocabulario.
- El niño o la niña ya anda por toda la casa, le encanta salir, jugar con la arena, subir al tobogán y sentirse libre en los columpios, en el patio, etc. Estas actividades le ayudarán a desarrollar sus movimientos.
- En los libros, también reconoce a los animales y los relaciona con los sonidos que repiten. Y gracias a su creciente habilidad con los dedos y las manos, él o ella consigue pasar dos o tres páginas de una revista.

¿Qué debes de hacer?

- Ayúdale a que conozca el mundo que lo rodea, enseñándole el nombre de los objetos, las plantas, los animales, etc.
- Háblale correctamente, sin deformar las palabras ni utilizar diminutivos.
- Estimula su fantasía e imaginación contándole cuentos y enseñándole canciones.
- Ofrécele juguetes para apilar.
- Propicia que realice actividades físicas como jugar a la pelota, bailar o jugar al escondite.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 9 meses, tu hijo/a hace las cosas "porque sí".
- Junto con los berrinches, la exploración y la testarudez es otro de los comportamientos típicos de esta edad. Respeta sus preferencias e intereses, intenta ceder en las pequeñas cosas, como que mermelada quiere untar en su tostada o que camisa ponerse. Pero deje en claro algunas cosas, como por ejemplo, soltarse de su mano mientras cruza una calle, no es aceptable.

¿Qué es lo más importante?

- Ten presente que en esta etapa puede ser que no le guste integrarse con los demás o bien no le gusta compartir sus juguetes. No te inquietes porque todavía tiene tiempo para aprender. Déjalo/a y obsérvalo/a como se desenvuelve ante las respuestas de los/as demás niños/as. Entre ellos/as sabrán resolver sus propios problemas.
- Es posible que también se pueda poner su ropa solo/a, lavarse y secarse las manos o cepillarse los dientes con un poco de ayuda.

¿Qué debes de hacer?

- Establece horarios regulares para las comidas y la hora de acostarse, así se sentirá más seguro/a, estas rutinas también pueden hacer que su vida sea más fácil, siempre y cuando no sea demasiado rígida. Si tu hijo/a sabe lo que le espera en cada momento, probablemente encontrará menos resistencia.
- Pon atención en todo lo que habla tu hijo/a, a pesar de que haya palabras que tú no le entiendas.
- Responde a tu hijo/a cada que quiera platicar contigo.
- Canta, invéntale canciones él o ella, tratará de imitarte.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 9 meses, tu hijo/a ya camina y corre con más seguridad, no hay quién lo/a pare. Aunque esto no significa que no pueda caerse de vez en cuando, los reflejos le pueden fallar y terminar en el suelo.
- Su vocabulario cada vez es más amplio, puede apreciar día a día este progreso. Ahora puede componer frases sencillas de dos palabras y pronto podrá hacer frases más largas.

¿Qué es lo más importante?

- Cada día que pasa va ejerciendo mayor control sobre su cuerpo.
- Ha adquirido equilibrio al caminar, lo hace más rápido y puede subir cuatro a cinco escalones sin tu ayuda, solamente sosteniéndose con la baranda.
- Tu niño/a realiza gran parte de sus desplazamientos corriendo de un lado para otro.
- Tanto en la mesa como en otros lados, tu niño/a debe aprender a portarse bien. Mientras más temprano lo haga, se acostumbrará a adoptar buenos hábitos y no adoptar los malos que después serán difíciles de modificar.

¿Qué debes de hacer?

- Ayuda a que conozca el mundo que le rodea enseñándole el nombre de los objetos, las plantas, los animales, etc.
- Habla correctamente, sin deformar las palabras ni utilizar diminutivos.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 10 meses, tu hijo/a está poniendo a prueba su autonomía, quiere saber hasta dónde llegan los límites. Por eso se opone a lo que le ordenen o intenta hacer lo contrario. Permite que tu hijo/a descubra por sí mismo esa autonomía, pero dejándole siempre claro que la última palabra la tienes tú.



¿Qué es lo más importante?

- Tómate en serio los miedos de tu hijo/a, no los minimices o te rías de ellos, ayúdale a superarlos, averigua qué es lo que le asusta y habla con tu hijo/a para que sepa que lo comprendes. Explícale que tú también sentías miedo de pequeña, que lo superaste y que él o ella también lo conseguirá. Lee cuentos que le ayuden a guiar sus miedos infantiles y no lo obligues a acercarse a lo que le atemoriza.
- Enséñalo/a a tomar decisiones sobre el juego que desea jugar o lo que quiere comer en el almuerzo o la merienda. Sólo ponle límites cuando sus decisiones impliquen peligro.
- Tu hijo/a continuará con el descubrimiento de sus genitales y el placer que le produce tocarlos. Nunca lo prohíbas, pero intenta comentarle que no debe hacerlo en público.

¿Qué debes de hacer?

- Cultiva su independencia, con acciones como cerrar la llave del agua después de lavarse los dientes, que elija la ropa que va a ponerse, que encienda la luz al entrar a su cuarto, etc. Si bien los límites siempre deben estar y su seguridad es lo primero, que le permita hacer cosas solo/a le dará más confianza en sí mismo/a.
- Programa actividades divertidas en las cuáles pueda participar, como salir de paseo al parque y señalarle los animales, subir a los columpios, tener un rato de lectura, colorear, en fin, todas aquellas actividades que al niño/a le ayudarán a desarrollar sus capacidades.

¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 10 meses, tu hijo/a ya es capaz de caminar y correr con seguridad. Esta capacidad para controlar su cuerpo le lleva a realizar acciones que antes le resultaban imposibles, saltar de la cuna puede ser una de ellas, por ello, es conveniente que realices el cambio a la cama.
- Si insiste en hacer algo que no debe, para evitar el berrinche tan común en esta etapa, lo mejor es distraerlo/a. Pregúntale si quiere escuchar música, invítalo/a a jugar el juego que más le gusta o hacer algún baile para despertar su risa y ayúdalo/a a olvidar eso que quería hacer.

¿Qué es lo más importante?

- Utilizan frases cortas de dos o tres palabras como: yo también quiero o yo quiero agua. Puede mantener una conversación sencilla con personas de su entorno y responder si se le pregunta.
- Todos los días aprende nuevas palabras para incluirlas en su vocabulario.
- Su lenguaje se entiende cada vez más, ya puede decir por favor o dar las gracias.
- Es posible que te avise cuando quiere hacer sus necesidades y logre sentarse en el baño antes de que ocurra, en el proceso de control de la orina, algunas veces puede avisarte, pero probablemente no llegue a tiempo. Si esto ocurre, simplemente anímalo/a.

¿Qué debes de hacer?

- Tu hijo/a continuará con el descubrimiento de sus genitales y el placer que le produce tocarlos. Nunca le impida que lo haga, pero en público coméntale que no debe de hacerlo.



¿Hoy qué pasa?

¿Qué es lo más importante?

¿Qué debes de hacer?

- 1 año y 10 meses, notarás que tu hijo/a desea tomar decisiones, este es un signo de maduración y seguridad de sí mismo/a. Estimúlalo/a para tomar decisiones.

- Él o ella también podrá ser capaz de dibujar círculos (pero no espere que sean redondos aún), además de líneas verticales y horizontales.
- Observar que tu hijo/a ya puede construir una torre de seis o más bloques y notarás que ya tiene bastante coordinación para unir cuentas de tamaño pequeño.
- Probablemente ya tiene la habilidad física de dar patadas a una pelota grande sin caerse. Pero si aún no tiene el equilibrio sobre un solo pie y no consigue todavía patear la pelota, ayúdalo/a, muéstrale cómo rodar la pelota, él o ella probablemente tratará de imitarte.

- Cuando tu hijo/a quiera realizar algo peligroso, trata de distraerlo/a, inconvenientemente en ese momento es demasiado difícil que tú lo/a corrijas, ya que tratará de enojarse.
- Si tu hijo/a quiere ver el televisor o celular y hace berrinches porque se lo quitas, trata de explicarle el motivo por el cual se lo quitaste, él o ella poco a poco irá aprendiendo que existen reglas y normas las cuáles se deben de respetar.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 10 meses, tu hijo/a tendrá ideas concretas acerca de lo que quiere hacer y si interrumpe sus planes, lo más probable es que se enoje.
- Cuando algo le salga bien se pondrá contento/a y lo contrario cuando algo no le salga como planeó.
- Corre y se desplaza con mayor equilibrio, es capaz de andar de un lado a otro manteniendo su estabilidad, pues ya controla su cuerpo y esto le permite realizar cosas que hace unas semanas atrás se le dificultaban un poco.

¿Qué es lo más importante?

- Si presenta algún berrinche, lo primero es tratar de entender qué le pasa, el porqué de ese escándalo.
- Lo segundo es tener claro que cuando es muy pequeño/a (dos a tres años) “está en un momento de su desarrollo en el que ya tiene ciertas habilidades, puede explorar y decir que no. Está en la etapa de autoafirmación”.
- Puede ser capaz de lavarse y secarse las manos, subirse los pantalones o quitarse los zapatos.
- En este momento ya comienzan a controlar los esfínteres, de tal manera que pueden pasar largo rato sin hacer del baño. Es posible que encuentres en ocasiones su pañal seco. Algunos niños/as ya están preparados para la retirada del pañal, sin embargo, es conveniente no precipitarse y si crees que es el momento, nunca volver atrás.

¿Qué debes de hacer?

- Alienta a tu hijo/a cuando haga y cumpla retos.
- No corras a ayudar a tu hijo/a cuando esté en algo complicado, si siempre lo haces va a depender de ti y su confianza en sí mismo/a disminuye.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 10 meses, tu hijo/a cada día que pasa muestra más independencia. Tiene ideas propias acerca de lo que quiere, por ejemplo, qué prefiere jugar, qué camisa quiere ponerse o de qué colores pintar su dibujo.
- También le importa los resultados, verá que está contento/a cuando tiene éxito y frustrado/a cuando no obtiene lo que desea.
- A medida que su mundo se amplía, tu hijo/a tendrá más interés en jugar con otros/as niños/as. Puede imitar cómo un chico mayor juega al fútbol o seguir a otros/as niños/as que juegan a perseguirse.

¿Qué es lo más importante?

- Se sabe mover y situar en el espacio con mayor exactitud.
- Es importante enseñar a tu hijo/a a comer bien desde sus primeros meses de vida para que adquiera el hábito y tenga un buen desarrollo. Para conseguirlo, debe tener un horario regular en sus comidas y evitar el picoteo entre horas.
- Puede comer de todo, a no ser que tenga alguna intolerancia alimentaria, por lo que puede y debe tomar todos los grupos de alimentos repartidos en cinco comidas.
- Trata de mantener la calma, si grita o se enoja es posible que empeore las cosas. Mientras más atención le des a su conducta, es más probable que suceda de nuevo.
- Los cambios de horario son difíciles y se pone rebelde al momento de aceptarlos.

¿Qué debes de hacer?

- Ordena las comidas de tu hijo/a evitando que "picotee" entre horas, así, permitirá que llegue con más hambre al momento de comer. Es importante que el agua sea su bebida principal y deje las gaseosas, los jugos artificiales o las golosinas, que quitan el apetito, trata de dárselas solo para ocasiones especiales.
- Lleva un plan alimenticio adecuado evitando alimentos fritos, empanizados, refrescos, embutidos como jamón, salchicha o quesos altos en grasas, éstos dañan el paladar del hijo/a y crea en él malos hábitos alimenticios que después se reflejan en una enfermedad.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 11 meses, tu hijo/a se ha convertido en un torbellino: salta, corre, abre puertas, se sube a los muebles, abre y cierra cajones. Su gran energía y su enorme curiosidad hacen que tenga que extremar la vigilancia tanto en casa, como fuera de casa para evitar accidentes innecesarios.
- Tu hijo/a tendrá que hacer frente a varios retos importantes en su desarrollo: dejará de usar pañales y tendrá que cambiar su cuna por una cama en una habitación separada de la de sus papás. Ambas novedades son difíciles para él o ella, así que no debe empezarlas al mismo tiempo.

¿Qué es lo más importante?

- Tu hijo/a podría estar aprendiendo muchas palabras nuevas cada día.
- Cada vez muestra más interés en jugar con otros/as niños/as. Ya es capaz de interactuar con ellos/as y de crear sus propios juegos, como pasarse un balón o perseguirse corriendo por el parque. Sin embargo, todavía prefiere que algún adulto lo supervise y comparta su juego.
- Tendrá la necesidad de estar cerca de tí y al mismo tiempo de reafirmarse. Un minuto quiere un abrazo y al siguiente quiere que te vayas. No te lo tomes como algo personal, no tiene que ver contigo, tiene que ver con el hecho de que está creciendo.

¿Qué debes de hacer?

- Bríndale una dieta, integrando todos los grupos de alimentos variados.
- Dale cinco comidas al día: desayuno, media mañana, almuerzo, merienda y cena.
- La leche sigue siendo muy importante en el día a día del niño/a, pero además debe de comer verduras, frutas, pan, pastas, leguminosas, pollo, carne o huevo. Es importante que tome agua.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 11 meses, tu hijo/a aparte de correr y subir escaleras, ya puede sostenerse sobre un único pie sin desequilibrarse, se entretiene subiendo y bajando, lanza la pelota con ambas manos.
- También enriquece su movilidad con nuevas posturas, se trepa sobre una silla, se levanta sobre ella, se gira y se sienta.
- Probablemente podrá cantar y formar frases de tres palabras como “perro corre fuera”. También es capaz de entender todo lo que le dice.

¿Qué es lo más importante?

- Puede correr, saltar, caminar con un pie delante de otro como haciendo equilibrio. Enséñale a jugar rayuela, saltando sobre un pie o los dos.
- Preguntará “¿qué es?” o “¿por qué?” Cuando no entienda. Su explicación debe ser simple y concreta.
- Ahora ya podrás conversar con tu hijo/a y tener una conversación de tres oraciones. Él o ella ha aprendido nuevas palabras consiguiendo mejorar mucho su gramática y también podrá describir mejor lo que quiere, así como sus necesidades e ideas.

¿Qué debes de hacer?

- Enséña a tu hijo/a a manejar el triciclo, muéstrale cómo subirse y ayúdale dándole la oportunidad necesaria para que practique esta actividad.
- Juega con él o ella a esconder cosas y luego buscarlas, es uno de sus juegos favoritos a esta edad.
- Inventa con él o ella historias y si se puede recréelas en su habitación. Las sillas pueden ser montañas, la cama una isla, las cortinas una cueva, etc.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 11 meses, tu hijo/a tiene un ritmo de crecimiento propio, debes fijarte en que su peso y estatura sean normales.
- Salta, abre puertas, se sube a las sillas y otros muebles.
- Puede hacer torres de cinco a siete cubos.

¿Qué es lo más importante?

- Recoge objetos del suelo sin caerse.
- Su vocabulario incluye diez palabras aproximadamente claras y entendibles.
- Señala hasta cuatro partes de su cuerpo y nombra al menos una.
- Tendrá que hacer frente a varios retos muy importantes en su desarrollo: dejar de usar pañales y cambiar su cuna por una cama en una habitación separada de la de sus papás. Ambas novedades son difíciles para él o ella, así que se debe tener precaución.
- Logra estructurar frases de dos palabras, por ejemplo: "mamá sopa".

¿Qué debes de hacer?

- Se te recomienda que bañes diario a tu hijo/a o lavarle el cabello dos o tres veces a la semana.
- Los genitales deben de lavarse detalladamente. En el caso de las niñas, de delante hacia atrás para evitar infecciones urinarias. En los niños, retrayendo el prepucio.
- Seca las orejas de tu hijo/a con una toalla. No utilices cotonetes, porque pueden provocar lesiones.
- Enséñale a lavarse las manos con frecuencia, antes de las comidas y después de ir al baño.
- Presta atención a la limpieza y la longitud de las uñas, tanto de las manos como de los pies.
- Enséñale a tu hijo/a que la higiene dental después de las tres comidas principales es fundamental para prevenir la caries.



¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 11 meses, tu hijo/a a esta edad ya puede ir aprendiendo hasta diez palabras nuevas cada día.
- Le encantan los libros que tienen dibujos y él o ella va creando su propia imaginación.



¿Qué es lo más importante?

- Es importante recordar que su capacidad exploratoria no ha disminuido, por eso no se confíe dejando dentro de los cajones objetos con los cuales pueda hacer daño o escalones altos que tu niño/a no haya subido antes sin su ayuda, soltarlo/a de la mano en una avenida congestionada, en fin, deberá tener presente que, aunque ya camina, corre, sube y baja, etc., aún no sabe diferenciar del todo bien qué situaciones son de peligro.
- Mantén fuera del alcance cualquier objeto peligroso, como cuchillos, medicamentos y recipientes con contenidos tóxicos.

¿Qué debes de hacer?

- Utiliza las circunstancias para entablar conversaciones con tu hijo/a, hazle preguntas, por ejemplo, "¿Dónde está papá?" "¿Qué hace mamá?" pídele algunas explicaciones y descripciones sobre lo que ve, siente o piensa.
- Toma un tiempo, para explicarle a tu hijo/a las cosas y que él o ella vaya aprendiendo.
- Enséñale a masticar muchas veces la comida para evitar que se atragante.
- Ten una buena comunicación con el niño/a, anticipando qué reglas, normas o castigos utilizarán con sus hijos/as.

¿Hoy qué pasa?

- 1 año y 11 meses, tu hijo/a reconoce sus juguetes y los de sus hermanos/as.
- Hace garabatos cuando se lo piden y va desarrollando habilidades.

¿Qué es lo más importante?

- A esta edad ya avisan cuando ya ha defecado u orinado.
- Dice varias palabras (unas 20 o más). A esta edad puede haber grandes diferencias: algunos/as niños/as tienen un vocabulario mucho más amplio, de más de 200 palabras. En general las niñas hablan más pronto, pero no es una regla fija. De todas formas, aunque el niño/a no las digan, conocen y entienden muchas palabras más.

¿Qué debes de hacer?

- Fomenta la práctica del ejercicio físico, permítele jugar al aire libre y en espacios abiertos. Es conveniente la presencia de otros/as niños/as (hermanos/as, primos/as o amigos/as).
- Amplia y enriquece su vocabulario, leyéndole cuentos regularmente, muéstrale libros infantiles con ilustraciones, nómbrale los objetos y enséñale canciones.
- Felicita y alaba a tu hijo/a cuando realice algo correctamente. Por lo contrario, cuando actúe incorrectamente, es aconsejable hacérselo saber y explicar de manera sencilla qué se espera de él o ella.

