

## Visita a los 12 meses

Este es un momento divertido para los padres porque los niños de un año pueden explorar el mundo de nuevas maneras.

### 12–15 MESES: ¿Qué está pasando?

#### Lo que su bebé puede hacer

##### ¡Me puedo mover!

- Puedo caminar por mí mismo o tomando tu mano.
- Estoy aprendiendo a gatear escaleras arriba pero todavía no puedo bajar.
- Puedo arrojar una pelota y pasar las hojas de los libros.



##### Quiero hacer más cosas por mí mismo.

- Digo “no” o te muestro de otra manera que quiero hacer cosas por mí mismo.

#### Lo que usted puede hacer

##### Dele a su hijo la ayuda necesaria para que alcance su meta.

Si quiere ponerse de pie, déjele que se tome de sus dedos para mantener el equilibrio.



**Apoye a su hijo mientras practica nuevas habilidades, como subir escaleras.** Los niños necesitan tiempo para practicar en forma segura estas nuevas habilidades.

**Estimule a su hijo a que pase las hojas** cuando leen juntos.

**Haga participar a su hijo en tareas personales,** como lavarse las manos.

**Siga lo que su hijo hace.** Déjele elegir los juguetes o los juegos.

*A medida que usted use las hojas informativas de HealthySteps, recuerde que su hijo puede desarrollar habilidades más rápido o más lento que lo que se indica y con todo estar creciendo bien. Cada niño se desarrolla a su propio ritmo. Su especialista de HealthySteps estará disponible para responder a cualquier pregunta. Las creencias y los valores culturales de su familia también son factores importantes que determinan el desarrollo de su hijo.*



## ¿Qué está pasando?

### Lo que su bebé puede hacer

**Estoy comenzando a hablar y a entender mucho más.**

- Puedo usar algunas palabras, como *guagau* para perro.
- Puedo mostrarte lo que quiero con mis acciones. Puedo golpear mi silla alta cuando quiero más comida.
- Si me lo pides, puedo señalar una parte del cuerpo o un dibujo en un libro.

**Me encanta imitar.**

- Copio las acciones que he visto que hacen otras personas, como revolver una olla o hablar por teléfono.

### Lo que usted puede hacer

**Elija libros sobre temas que le interesen a su hijo**, como animales u otros niños.

**Aumente el vocabulario de su hijo.**

Si señala un autobús o dice “autobús”, usted puede decir: “Ese es un autobús escolar amarillo”.

**Nombre a las personas, los lugares y las cosas que su hijo ve todos los días:**

“Aquí está el mercado, donde compramos nuestra comida”.

**Jueguen juegos que tienen que ver con seguir instrucciones:** “Tírame la pelota”.

**Juegue lo que su hijo está jugando.**

Si usted ve que su hijo pone una manta sobre un osito de juguete, pregunte: “¿El osito necesita un biberón antes de dormir?”

**Dele objetos que ve en “la vida real”,** como platos de plástico, un teléfono de juguete, una pequeña escoba.

## Lo que usted puede hacer

Para apoyar las habilidades socioemocionales crecientes de su bebé, usted puede:

Animarle a su bebé a que pruebe cosas nuevas, juegue con juguetes nuevos y trate un poco de independencia mientras observa y escucha las emociones que pueden venir con esto. Es posible que usted vea y oiga miedo, frustración y enojo. Pero también es posible que usted vea y oiga orgullo, entusiasmo y alegría. ¡Es probable que usted tenga sus propios sentimientos también! Las crecientes habilidades de su bebé pueden hacer sentir temor o liberación, o ambas cosas. Concéntrese en usted primero, de modo que pueda sentirse firme y apoyar a su pequeño.



*En esta visita, el equipo pediátrico medirá el largo, el peso y la cabeza de su bebé. Escuchará el corazón del bebé, y mirará los ojos, los oídos, la nariz y la boca. Su bebé recibirá las vacunas necesarias. Hablaremos sobre el desarrollo de su bebé y rutinas como dormir y comer. También repasaremos los consejos sobre seguridad. Y, naturalmente, ¡nos haremos de tiempo para tratar cualquier pregunta o inquietud que usted tenga!*