

# ¿Qué pasa? El desarrollo de su bebé



PEDIATRIC CARE • SUPPORTING • PARENTING  
A Program of ZERO TO THREE

## Visita a los 30 meses



Los niños pequeños de más edad están llenos de personalidad y energía.

### 30–36 MESES: ¿Qué está pasando?

#### Lo que su bebé puede hacer

**¡Ahora mi cuerpo me ayuda a hacer cosas de “niño grande”!**



- Puedo pedalear un triciclo.
- Puedo vestirme sin tu ayuda.
- Puedo dibujar una línea.
- Puedo dar vuelta una perilla o destornillar una tapa.

#### Lo que usted puede hacer

**Deje que su hijo haga garabatos con marcadores y crayones.** Esto desarrolla habilidades tempranas de escritura.



**Dele a su hijo oportunidades de practicar habilidades físicas más avanzadas,** como pedalear y trepar.

**Otra vez haga que el ambiente sea seguro para el niño,** para que la nueva habilidad de su hijo de abrir tapas y manijas de puertas no lleve a peligros.

**Use nuevas palabras para aumentar el vocabulario de su hijo.** Pregunte: “¿Es deliciosa tu merienda?”

*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

#### Uso lenguaje para expresar mis ideas y mis sentimientos.

- Puedo dar vuelta una perilla o destornillar una tapa.
- Para los tres años, ya podría usar hasta 1.000 palabras.
- Entiendo oraciones con dos o más ideas ("Tú puedes tomar una merienda cuando lleguemos a casa.")
- Hago preguntas.
- Sé mi nombre y mi apellido.

#### Estoy usando mis nuevas habilidades de pensar para resolver problemas.

- Puedo recordar lo que sucedió ayer.
- Hago representaciones de mis propias historias.
- Me estoy volviendo un "pensador lógico". Cuando juego que es la hora de ir a dormir de mi osito, le pongo una manta encima y le canto una canción de cuna.

#### Mis amigos son muy importantes para mí.

- Me gusta jugar con otros niños. Es probable que tenga uno o dos amigos íntimos.
- Observo cómo mis amigos (y todas las personas) son iguales y diferentes. Puedo señalar el color de su piel y su tamaño.

### Lo que usted puede hacer

**Haga preguntas que necesiten más que sí o no como respuesta.** Pregunte: "¿Adónde crees que la ardilla está llevando esa nuez?"

**Sea paciente con los ¿Por qué? de su hijo.** Antes de responderle, pregúntele lo que piensa.

**A la hora de la cena o antes de ir a la cama, hable con su hijo sobre su día.** Esto mejora su memoria y sus habilidades de lenguaje.

**Estimule a su hijo a usar la lógica en las situaciones de cada día.** Diga: "Está lloviendo. ¿Qué tenemos que hacer para permanecer secos?"

**Ayude a los niños a manejar conflictos cuando estos se presentan y tienen que esperar turnos.** Diga: "Hay un solo tren. Voy a poner el reloj marcador y cada uno de ustedes puede jugar cinco minutos con el tren. Mientras esperas tu turno, puedes elegir otra cosa con que jugar."

**Ayude a su hijo a ser sensible a las diferencias entre personas.** Diga: "Sí, las personas vienen en todos los tamaños."

## Lo que usted puede hacer

- ❑ Limite el tiempo que su hijo mire una pantalla, mírela con él cuando usted pueda y trate de evitar programas que tengan avisos publicitarios.
- ❑ Asegúrese de que lo que mire sea apropiado para su edad porque lo que los niños pequeños ven en la televisión o en línea influye en ellos.
- ❑ Mantenga a toda la familia activa haciéndose de tiempo para juegos activos todos los días. Anime a los hermanos, las hermanas y los primos a que jueguen juntos.
- ❑ Organice encuentros para jugar con amigos. Júntese a un grupo de padres o asista a eventos de la comunidad, como las horas en que se cuenta cuentos en una biblioteca.



*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!*