

Su Hijo de 1 Año

En cada visita médica de su hijo, hable con el pediatra sobre los indicadores que su hijo alcanzó y cuáles son los que debería alcanzar a continuación.

¿Qué hacen los niños a esta edad?



Áreas social y emocional

- Actúa con timidez o se pone nervioso en presencia de desconocidos
- Lloro cuando la mamá o el papá se aleja
- Tiene cosas y personas preferidas
- Demuestra miedo en algunas situaciones
- Le alcanza un libro cuando quiere escuchar un cuento
- Repite sonidos o acciones para llamar la atención
- Levanta un brazo o una pierna para ayudar a vestirse
- Juega a esconder la carita y a las palmaditas con las manos

Áreas del habla y la comunicación

- Actúa cuando se le pide que haga algo sencillo
- Usa gestos simples, como mover la cabeza de lado a lado para decir “no” o despedirse con la mano
- Dice “mamá” y “papá” y exclamaciones como “oh-oh”
- Hace sonidos con cambios de entonación (se parece más al lenguaje normal)
- Trata de repetir las palabras que usted dice

Cómo puede ayudar al desarrollo de su hijo

- Dele tiempo a su hijo para que se acostumbre a la nueva persona que lo va a cuidar. Para que su hijo se sienta cómodo, tráigale el juguete, muñeco de peluche o mantita preferida.
- Cuando haga algo que no debe, diga “no” con firmeza. No le grite o le pegue, ni tampoco le dé largas explicaciones. Castigar al niño sin dejar que realice ninguna actividad por 30 segundos a 1 minuto puede ayudarle a que se distraiga y haga otras cosas.
- Dele a su hijo muchos abrazos, besos y felicitaciones cuando se porta bien.
- Dedique más tiempo a alentar los comportamientos que usted desea ver que a castigar los que no desea (anime los comportamientos deseados 4 veces más de lo que reorienta la atención ante comportamientos no deseados).
- Converse con su hijo sobre lo que usted está haciendo. Por ejemplo, “Mamá está lavándose las manos con una toallita”.
- Léale a su hijo todos los días. Deje que su hijo sea quien pase las páginas. Tome turnos con su hijo para identificar las ilustraciones.
- Agregue más detalles acerca de lo que su hijo dice, trata de decir, o señala. Si señala a un camión y dice “c” o “camiión” diga, “Sí, es un camión grande y es azul”.

Área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- Explora los objetos de diferentes maneras (los sacude, los golpea o los tira)
- Cuando se nombra algo mira en dirección a la ilustración o cosa que se nombró
- Imita gestos
- Comienza a usar las cosas correctamente, por ejemplo, bebe de una taza, se cepilla el pelo
- Golpea un objeto contra otro
- Mete cosas dentro de un recipiente, las saca del recipiente
- Suelta las cosas sin ayuda
- Pincha con el dedo índice
- Sigue instrucciones sencillas como “recoge el juguete”
- Encuentra fácilmente objetos escondidos

Áreas motora y de desarrollo físico

- Se sienta sin ayuda
- Se para sosteniéndose de algo, camina apoyándose en los muebles, la pared, etc.
- Puede ser que hasta dé unos pasos sin apoyarse
- Puede ser que se pare solo

Reaccione pronto y hable con el doctor de su hijo si el niño:

- No gatea
- No puede permanecer de pie con ayuda
- No busca las cosas que la ve esconder
- Pierde habilidades que había adquirido
- No aprende a usar gestos como saludar con la mano o mover la cabeza
- No señala cosas
- No dice palabras sencillas como “mamá” o “papá”

Cómo puede ayudar al desarrollo de su hijo

- Dele a su hijo papel y crayones y déjelo dibujar libremente. Muéstrole a su hijo cómo dibujar líneas de arriba a abajo y de lado a lado de la página. Felicite a su hijo cuando trata de copiarlas.
- Juegue con bloques, juguetes para clasificar según su forma y otro tipo de juguetes que animen a su hijo a usar las manos.
- Esconda juguetes pequeños y otras cosas y pídale a su hijo que las encuentre.
- Pídale a su hijo que nombre partes del cuerpo o cosas que ven cuando van en el auto.
- Entone canciones que describan acciones, como “La araña pequeñita” y “Las ruedas de los autobuses”. Ayúdelo a mover las manos a la par de la canción.
- Dele a su hijo ollas y sartenes o un instrumento musical pequeño como un tambor o platillos. Anime a su hijo a hacer ruido.
- Provea muchos lugares seguros para que su niño pequeño pueda explorar. (Tome precauciones en su hogar para proteger a su niño pequeño. Guarde bajo llave los productos de limpieza, lavandería, jardinería y cuidados del auto. Utilice cerrojos de seguridad y cierre las puertas de la calle y el sótano con llave).
- Dele a su hijo juguetes para empujar como un vagón o un “carrito para niños”.

Dígale al pediatra o la enfermera si nota cualquiera de estos signos de posible retraso del desarrollo para la edad de su hijo, y converse con alguien de su comunidad que conozca los servicios para niños de su área, como por ejemplo el programa público de intervención temprana patrocinado por el estado. Para obtener más información, consulte www.cdc.gov/preocupado.