

Su Hijo de 3 Años

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

- Copia a los adultos y los amigos
- Demuestra afecto por sus amigos espontáneamente
- Espera su turno en los juegos
- Se preocupa si ve un amigo llorando
- Entiende la idea de lo que “es mío”, “de él” o “de ella”
- Expresa una gran variedad de emociones
- Se separa de su mamá y su papá con facilidad
- Se molesta con los cambios de rutina grandes
- Se viste y desviste

Áreas del habla y la comunicación

- Sigue instrucciones de 2 o 3 pasos
- Sabe el nombre de la mayoría de las cosas conocidas
- Entiende palabras como “adentro”, “arriba” o “debajo”
- Puede decir su nombre, edad y sexo
- Sabe el nombre de un amigo
- Dice palabras como “yo”, “mi”, “nosotros”, “tú” y algunos plurales (autos, perros, gatos)
- Habla bien de manera que los desconocidos pueden entender la mayor parte de lo que dice
- Puede conversar usando 2 o 3 oraciones

Cómo puede ayudar al desarrollo de su hijo

- Reúnase a jugar en grupos con su hijo o vaya a otros lugares donde hay más niños, para enseñarle a que se lleve bien con los demás.
- Ayude a su hijo a tratar de resolver los problemas cuando está molesto.
- Hable sobre las emociones de su hijo. Por ejemplo, dígame “me doy cuenta de que estás enojado porque tiraste la pieza del rompecabezas”. Anime a su hijo a identificar sentimientos en los libros.
- Fije reglas y límites para su hijo y respételas. Si su hijo no respeta una regla, déjelo de 30 segundos a 1 minuto sentado en una silla o dentro de su habitación como castigo. Felicite a su hijo cuando sigue las reglas.
- Dele a su hijo instrucciones de 2 o 3 pasos. Por ejemplo, “ve a tu habitación y trae tus zapatos y tu abrigo”.
- Léale a su hijo todos los días. Pídale a su hijo que señale cosas en las ilustraciones y que repita las palabras después de usted.
- Dele a su hijo una “caja con útiles” con papel, crayones y libros para colorear. Coloree y dibuje líneas y formas con su hijo.

Área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- Puede operar juguetes con botones, palancas y piezas móviles
- Copia un círculo con lápiz o crayón
- Juega imaginativamente con muñecas, animales y personas
- Pasa las hojas de los libros una a la vez
- Arma rompecabezas de 3 y 4 piezas
- Arma torres de más de 6 bloquitos
- Entiende lo que significa “dos”
- Enrosca y desenrosca las tapas de jarras o abre la manija de la puerta

Áreas motora y de desarrollo físico

- Trepa bien
- Corre fácilmente
- Puede pedalear un triciclo (bicicleta de 3 ruedas)
- Sube y baja escaleras, un pie por escalón

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

- Se cae mucho o tiene problemas para subir y bajar escaleras
- No usa oraciones para hablar
- No mira a las personas a los ojos
- No entiende instrucciones sencillas
- No puede operar juguetes sencillos (tableros de piezas para encajar, rompecabezas sencillos, girar una manija)
- No imita ni usa la imaginación en sus juegos
- Pierde habilidades que había adquirido
- Se babea o no se le entiende cuando habla
- No quiere jugar con otros niños ni con juguetes

Cómo puede ayudar al desarrollo de su hijo

- Juegue a encontrar figuras iguales. Pídale a su hijo que encuentre objetos iguales en libros o en la casa.
- Juegue a contar. Cuente las partes del cuerpo, los escalones y otras cosas que usa o ve todos los días.
- Dele la mano a su hijo para subir o bajar las escaleras. Cuando pueda subir y bajar con facilidad, animelo a tomarse del pasamanos.
- Juegue con su hijo afuera de la casa. Vaya al parque o a caminar por un sendero. Deje que su hijo juegue con libertad y sin actividades estructuradas.

Dígale al médico o a la enfermera de su hijo si nota cualquiera de estos signos de posible retraso del desarrollo para su edad, y converse con alguien de su comunidad que conozca los servicios para niños de su área, como por ejemplo la escuela pública más cercana. Para obtener más información, consulte www.cdc.gov/preocupado.