

# Mentes saludables:

## Fomentando el desarrollo de su hijo de los **18 a los 24 meses**

¿Qué sabemos realmente acerca de la forma como se desarrolla un niño pequeño? ¿Qué pueden hacer los padres para apoyar el desarrollo saludable y el crecimiento del cerebro de su hijo? Algunas de las respuestas se encuentran en esta serie de folletos titulados **Mentes saludables**. Cada folleto se basa en los resultados de un informe\* de la Academia Nacional de Ciencias que revisó la investigación acerca del desarrollo del niño y del cerebro para establecer lo que se conoce acerca de los primeros años. La información que ofrecemos es específica para cada edad, resume resultados clave del informe y sugiere de qué manera podría hacerse uso de estos para así fomentar el desarrollo saludable de su hijo.

Estos folletos son producidos por ZERO TO THREE, recurso líder en el país con información acerca de los primeros 3 años de vida del niño y la American Academy of Pediatrics, dedicada a la salud de todos los niños.



### ▶ **Resultados** clave del informe incluyen:

- Su relación con su hijo es la base de su desarrollo saludable.
- El desarrollo de su hijo depende de las características con las que nació (naturaleza) y de lo que experimenta en su ambiente (crianza).
- Todas las áreas de desarrollo (social/emocional/intelectual/lenguaje/motor) están vinculadas. Cada una depende de, e influye a, las otras.
- Lo que los niños experimentan, incluso la manera como sus padres responden a ellos, da forma a su desarrollo a medida que se adaptan al mundo.

### **La vida familiar cotidiana:**

Daniel está ansioso por llevar a su hija Alicia de 21 meses a la hora del cuento en la biblioteca local. Ahí, se encontrará con un amigo que también llevará a su hija. Cuando ingresan al salón, Alicia escucha la ruidosa multitud, esconde su cabeza entre las piernas de su papá y lo jala hacia la puerta diciendo "¡Ir a casa!". Daniel se siente desilusionado e intenta que Alicia se siente en el círculo de niños que comienza a formarse. Sin embargo, mientras más presiona, ella más se incomoda. El papá está listo para darse por vencido y regresar a casa. Cuando van saliendo, se da cuenta de que Alicia mira un libro. Se detiene y le pregunta si desea leerlo y ella asiente con su cabeza. Se sientan en la parte posterior del salón y leen juntos silenciosamente. El grupo comienza y Alicia observa y escucha cada vez con más atención al narrador. La semana siguiente, cuando Daniel le pregunta si quiere ir a la hora del cuento, Alicia sonríe y dice "¡Sí!".

Esto demuestra que todas las áreas de desarrollo de Alicia están vinculadas y cómo la respuesta de su padre estimula su desarrollo saludable. Debido a la **conexión social y emocional** de Alicia con su padre, ella acude a él para sentirse segura y a gusto cuando se siente ansiosa. Ella sabe que puede contar con el apoyo de su padre. Su **capacidad intelectual** le permite comunicar sus sentimientos a través del uso de sus **habilidades de lenguaje**, así como sus gestos, expresiones faciales y palabras. Utiliza su **habilidad motora** para jalar a su padre para lograr que la lleve a casa. La respuesta de Daniel ayuda a Alicia a dominar una situación desafiante. Él es capaz de dejar de lado sus propios intereses de permanecer en el grupo y "escuchar" lo que Alicia intenta decirle. Esto le permite ayudarla a sentirse más cómoda al enfrentar una nueva situación, ahora y en el futuro.

Las relaciones constituyen la base del desarrollo saludable de un niño.



American Academy  
of Pediatrics



DEDICADA A LA SALUD DE TODOS LOS NIÑOS

# Representación del desarrollo saludable de su hijo: 18 a 24 meses

La siguiente tabla describe muchas de las cosas que su niño aprende entre los 18 meses y los 24 meses y lo que usted puede hacer para apoyarlo en todas las áreas de su desarrollo. A medida que lea, recuerde que los niños tienen su propio ritmo y manera de desarrollarse. Trate de entender como es su hijo, cuáles son sus fortalezas y dónde requiere mayor apoyo, para así estimular su desarrollo saludable. Si tiene preguntas acerca del desarrollo de su hijo, consulte a su pediatra.

Qué está sucediendo:	Qué puede hacer:	Preguntas que debe formularse:
<p>El vocabulario de los niños pequeños crece a pasos agigantados. Están aprendiendo y diciendo muchas palabras nuevas y uniendo palabras, como "La muñeca cae". Los niños pequeños son muy independientes y están ansiosos de tener el control. Entre sus palabras favoritas, se encuentran "yo" y "mío".</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Amplíe lo que su hijo dice. Cuando diga "La muñeca cae", usted puede decir "Sí, la muñeca se cayó al suelo". Esto le ayuda a ampliar las habilidades de lenguaje de su hijo.</li> <li>● Ofrezca a su hijo formas para sentirse que tiene el control al darle a elegir entre opciones que sean aceptables. Evite preguntar su opinión cuando hay sólo una opción. Por ejemplo, no le pregunte a su hijo "¿Estás listo para irnos?", si no tienen tiempo para quedarse un rato más. Utilice lenguaje para ayudarlo a predecir lo que sucederá. "En cinco minutos nos vamos".</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ¿Cuáles son las fortalezas de comunicación de su hijo? ¿Dónde necesita ayuda?</li> <li>● ¿De qué forma su hijo expresa sus pensamientos y sentimientos? ¿Es más probable que utilice sus palabras o acciones? ¿Cómo responde usted?</li> </ul>
<p>Los niños pequeños están desarrollando el autocontrol, pero aún no pueden dejar de hacer algo inaceptable, aún después de los recordatorios. Tampoco entienden aún las consecuencias de sus acciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ayude a evitar rabietas o pérdidas de control al distraerlo. Si ve que su hijo se siente frustrado, intente calmarlo y sugiera otra actividad antes de que pierda el control.</li> <li>● Use consecuencias que están directamente conectadas a la conducta de su hijo. Si está echando agua sobre la mesa después de que se le ha dicho que no lo haga, sáquelo de la mesa. Luego, ofrézcale otras opciones aceptables como un juego de agua en la bañera o en el jardín.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ¿Qué conductas encuentra más difíciles de manejar? ¿Por qué?</li> <li>● ¿Cómo le educaron a usted cuando niño? ¿De qué forma cree que esto influye sobre la forma como usted educa a su hijo?</li> </ul>
<p>Los niños pequeños son capaces de jugar y explorar de formas más complejas. Les gustan los juguetes con los que pueden jugar de distintas formas, como los bloques y juguetes que les permiten crear juegos imaginativos.</p> <p>A los niños pequeños les encanta moverse. En tan solo unos meses pasan de gatear a caminar a prácticamente correr. La práctica de sus nuevos movimientos fortalece las conexiones del cerebro que ayudan a la coordinación. Los niños aprenden mucho con el juego activo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● De a sus hijos objetos y juguetes con los que puedan crear juegos imaginativos y juegue con ellos. Aprenderá mucho acerca de sus pensamientos y sentimientos. La arena, el agua, o los materiales para dibujar constituyen buenas opciones para los niños de esta edad, ya que ayudan a desarrollar la creatividad de su hijo y a fortalecer los músculos que su hijo utilizará posteriormente para escribir.</li> <li>● Convierta un paseo en una oportunidad para aprender. Señale los perros grandes y pequeños en el parque. Este tipo de aprendizaje hace que las ideas y conceptos nuevos se queden en la mente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ¿De qué forma su hijo utiliza el juego de simulación? ¿Qué significa esto?</li> <li>● ¿Qué le gusta más/menos al jugar con su hijo?</li> </ul>
<p><i>*El informe llamado From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development constituyó un esfuerzo de dos años y medio de un grupo de 17 profesionales con experiencia en neurociencia, psicología, desarrollo de los niños, economía, educación, pediatría, psiquiatría y política pública. Ellos revisaron lo que se conoce como la naturaleza del desarrollo de la primera infancia y la influencia de experiencias tempranas sobre la salud y bienestar del niño. El estudio fue patrocinado por diversos organismos federales y fundaciones privadas.</i></p>		

Nuestros agradecimientos a

*The Gerber Foundation*  
Mejorando la calidad de vida de los bebés y niños pequeños



© 2005 ZERO TO THREE. Estos folletos se puede reproducir libremente sin permiso para fines educativos sin fines de lucro. Su reproducción para otros usos requiere la autorización expresa de ZERO TO THREE.

Para obtener mayor información visite:  
[www.zerotothree.org](http://www.zerotothree.org)  
[www.aap.org](http://www.aap.org)