

Mentes saludables:

Fomentando el desarrollo de su hijo de los **24 a los 36 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 y de 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:

Antonio, de treinta meses, quiere construir un castillo con su mamá, Liana. Ya casi terminan cuando Antonio comienza a desarmarlo, bloque por bloque y a colocar los bloques en línea recta. Molesta, Liana comienza a recoger los bloques y a colocarlos nuevamente en el castillo. Antonio comienza a llorar y le dice a su mamá que no lo está haciendo bien. Liana se detiene y le pregunta a Antonio que está haciendo y él, sorprendido porque su mamá no lo "entiende", le explica que está construyendo el camino para que los dragones puedan llegar al castillo. Liana sonríe y observa como termina su "camino para dragones".

Esto demuestra que todas las áreas de desarrollo de Antonio están vinculadas y de qué forma la respuesta de su madre estimula su desarrollo saludable.

La capacidad de Antonio para trabajar en colaboración con su mamá, y no sólo en forma paralela,

demuestra su **desarrollo social y emocional**.

Ahora, su **capacidad intelectual** le permite simular a medida que utiliza su imaginación para jugar al "castillo". El uso de los bloques de distintas maneras, como la construcción de un camino para sus dragones, refleja la creatividad y las buenas habilidades para resolver problemas. Utiliza sus **habilidades de lenguaje** para comunicarle claramente a su mamá lo que está pensando y planificando. Utiliza sus **habilidades motoras finas** (sus dedos y manos) para construir la estructura que tiene en su mente. Cuando Liana se une feliz al juego imaginativo de Antonio, lo hace sentirse importante y amado. Ella es flexible, ya que puede dejar de lado su enojo e intentar entender lo que Antonio quiere hacer. Esto le hace saber a Antonio que su mamá lo quiere y respeta. También hace que Liana deje que Antonio dirija el juego, lo cual estimula su creatividad e imaginación, dos aspectos muy importantes del desarrollo saludable general.

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: **24 a 36 meses**

La siguiente tabla describe muchas de las cosas que su niño aprende entre los 24 meses y los 36 meses y lo que usted puede hacer para apoyar a su hijo 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>Por lo general, los niños de dos años pueden decir entre 200 y 250 palabras. A los 3 años, su vocabulario es mucho mayor y son capaces de unir frases de 3 y 4 palabras. A pesar de este poder de palabra, los niños de 2 años carecen de la habilidad verbal para describir sus emociones. Esto puede hacerlos sentir impotentes y frustrados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Tenga muchas conversaciones con su hijo, léale o cuénteles historias. Esto potenciará sus habilidades de lenguaje, lo introducirá al placer de la conversación y lo hará sentir importante. ● Hágale saber a su hijo de 2 años que usted entiende lo que él está sintiendo al decirle, "Sé que te sientes mal por no encontrar tu capa mágica". El reconocer sus sentimientos le ayudará a calmarse y será más fácil para él enfrentar el desafío. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ¿De qué le gusta hablar a su hijo? ¿Disfrutan usted y su hijo sus conversaciones juntos? ● ¿Cómo maneja su hijo sentimientos y situaciones difíciles? ¿Qué le ayuda a superarlos?
<p>El juego es esencial para el niño de 2 años. Construye todas las áreas de su desarrollo. A través del juego, interactúa más con sus amigos, utiliza el juego de simulación para entender cosas de formas más complejas y aprende conceptos importantes como grande y pequeño y arriba y abajo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Estimule el juego de simulación y participe. Esto creará una conexión estrecha entre usted y su hijo y promoverá su creatividad. Puede hacerlo de muchas formas. Por ejemplo, pregunte qué sucederá en la siguiente historia si está actuando. Si está "cocinando", puede decir "¿Qué estás cocinando? Huele bien. ¿Puedo comer?" ● Programe que su hijo pase tiempo con otros niños. Aprenderá el placer de hacer amigos y acerca de cómo relacionarse con otras personas. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué tipo de juego le gusta más a su hijo? ¿Cómo sabe? ¿Qué le indica esto acerca de él? ● ¿De qué forma usa su hijo su imaginación? ¿Qué piensa que está aprendiendo cuando juega con su imaginación?
<p>Los niños de dos años son muy activos. Su desarrollo motor les permite la libertad de explorar de nuevas formas a medida que corren, saltan y escalan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Pase tiempo afuera, donde hay bastante espacio para correr, saltar y escalar de forma segura. Visite un parque del barrio donde haya otros niños con quienes poder jugar. Incluya a su hijo en deportes familiares, como nadar o jugar con la pelota. ● Cree un espacio seguro en su casa donde el niño pueda explorar de forma activa. Pasee con su hijo y aproveche los paseos para enseñarle conceptos importantes. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo de activo es su hijo? ¿Parece estar en constante movimiento o es feliz sentado y jugando tranquilamente por largos periodos, o combinación de ambos? ● ¿Qué cree que su hijo está aprendiendo cuando juega activamente? ¿Cómo sabe?

*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.

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
www.aap.org