

Consejos positivos de crianza para el desarrollo

Niños pequeños 1 a 2 años

Indicadores del desarrollo

Las habilidades como dar el primer paso, sonreír por primera vez y mover la mano para saludar se denominan indicadores del desarrollo. Los indicadores del desarrollo son las acciones que la mayoría de los niños pueden hacer a una edad determinada. Los niños alcanzan estos indicadores en la forma de jugar, aprender, hablar, comportarse y moverse (por ejemplo, gatear, caminar o saltar).

Durante el segundo año de vida, los niños pequeños se mueven por todas partes, y están más conscientes de sí mismos y de su alrededor. También aumenta su deseo de explorar nuevos objetos y su curiosidad por otras personas. En esta etapa, los niños pequeños mostrarán mayor independencia; comenzarán a tener conductas desafiantes; se reconocerán en las fotos o en el espejo e imitarán los comportamientos de los demás, especialmente de los adultos y niños mayores. Los niños pequeños que comienzan a caminar deben ser capaces de identificar los nombres de personas y objetos conocidos, formar frases y oraciones simples, y seguir instrucciones y órdenes sencillas.

Consejos de crianza positiva de los hijos

Estas son algunas cosas que usted, como padre, puede hacer para ayudar a su hijo pequeño en esta etapa:

- Léale a diario.
- Pídale que le busque objetos, o que le nombre objetos o las partes del cuerpo.
- Participe con él en juegos de asociación, como en los que debe clasificar figuras por su forma y hacer rompecabezas sencillos.
- Anímelo a explorar y a probar cosas nuevas.
- Contribuya a su desarrollo del lenguaje hablando con él y completando palabras que comience a decir. Por ejemplo, si su pequeño dice “bib-e”, usted puede contestar: “Sí, eso es un biberón”.
- Fomente la independencia que está adquiriendo dejándolo que se vista y coma por sí solo.
- Reaccione más a los comportamientos positivos del niño que cuando tenga que castigarlo por comportamientos negativos (los castigos, como no dejarlo hacer nada, deben ser muy breves). En lugar de eso, dígame o muéstrelle lo que debería haber hecho.
- Vayan juntos al parque o den un paseo en autobús para fomentar en el niño la curiosidad y su capacidad para reconocer objetos comunes.



La seguridad de los hijos es lo primero

Dado que su hijo está más activo y va a explorar varios sitios, es posible que se enfrente a más peligros. Las situaciones peligrosas se pueden dar rápidamente, así que vigile a su hijo constantemente. Estos son algunos consejos para la seguridad de su hijo en crecimiento:

- NUNCA deje a un niño pequeño solo cerca del agua (por ejemplo, la bañera, piscina, estanque, lago, bañera de hidromasaje o el mar) sin supervisión. Coloque cercas alrededor de la piscina. El ahogamiento es la principal causa de muerte o de lesiones en este grupo de edad.
- Bloquee las escaleras con puertas o cercas pequeñas. Cierre con llave las puertas que conduzcan a sitios peligrosos, como el garaje y el sótano.
- Asegúrese de que su casa sea segura para niños pequeños colocando tapas de seguridad en todas las tomas de corriente.
- Mantenga los electrodomésticos de la cocina, las planchas y los calentadores lejos del alcance del niño. Coloque las asas de las ollas apuntando hacia atrás.
- Guarde los objetos punzantes, como tijeras, cuchillos y bolígrafos, en un lugar seguro.
- Guarde bajo llave los medicamentos, los productos de limpieza y los venenos.
- NO deje a su hijo pequeño solo en ningún vehículo (ya sea automóvil, camión o camioneta), ni siquiera por un instante.
- Guarde las armas en un lugar seguro, lejos del alcance del niño.
- Mantenga la sillita de seguridad en el automóvil viendo hacia atrás todo el tiempo que pueda. De acuerdo con la Administración Nacional de Seguridad Vial, es la manera más segura de transportarlo. Su niño deberá viajar en la sillita de seguridad del automóvil viendo hacia atrás hasta que alcance la altura o el peso máximo permitido por el fabricante de dicho asiento. Una vez que su hijo supere el límite para utilizar esa sillita de seguridad, ya podrá viajar en otra que mire hacia adelante y que cuente con un arnés.

Cuerpos saludables

- Dele a su hijo agua y leche sola en lugar de bebidas azucaradas. Después del primer año, cuando su bebé lactante comience a comer una variedad y una cantidad mayor de alimentos sólidos, la leche materna seguirá siendo un complemento ideal de su alimentación.
- Es posible que su hijo se ponga muy caprichoso e inconstante para comer. Los niños pequeños necesitan menos comida porque no crecen tan rápido. Es mejor no pelear mucho sobre lo que comen. Ofrezcale una selección de alimentos saludables y déjelo escoger lo que quiera. Siga intentando con nuevos alimentos; puede tomar tiempo para que comiencen a gustarle.
- Limite el tiempo que su hijo pasa frente a pantallas electrónicas. La Academia Estadounidense de Pediatría (AAP, por sus siglas en inglés) recomienda que los niños menores de 2 años no sean expuestos a pantallas electrónicas.
- Le parecerá que su hijo está en constante movimiento, caminando, pateando, trepando o saltando. Deje que sea activo, así mejorará su coordinación y se volverá más fuerte.