



# UNO



## **Un folleto con una Lista de Control y Consejos sobre el Desarrollo Infantil**

Este folleto fue un proyecto de Pinellas Early Childhood Collaborative y fue redactado por profesionales de primera infancia de la comunidad. El proyecto fue financiado mediante una beca del Consejo de Bienestar Juvenil.

Este folleto forma parte de una serie de folletos de referencia sobre el desarrollo infantil. Esta serie contiene:

### **Bebés**

**Niños de 1 año**

**Niños de 2 años**

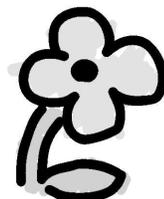
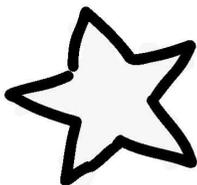
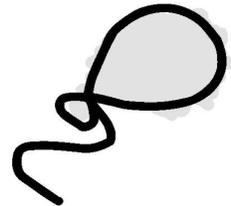
**Niños de 3 años**

**Niños de 4 años**

Para obtener folletos de esta serie, por favor llame al 547-5800.



**Early Learning Coalition  
of Pinellas County, Inc.**





## Comenzando

Usted es el primer y el más importante maestro de su niño/a. Su niño/a aprende cada día, mientras usted habla, juega y trabaja junto con él/ella.

El desarrollo de su niño/a es una combinación de edad, crecimiento individual y experiencia. Su niño/a crecerá a su propio ritmo. Sin embargo, su participación es muy importante para el desarrollo de su niño/a.

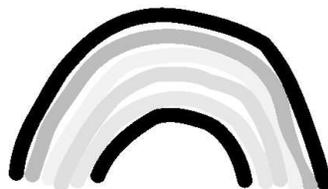
Los niños/as aprenden mientras hacen actividades. El juego es una parte esencial de su aprendizaje. Su niño/a aprenderá mejor cuando esté involucrado/a en actividades que sean interesantes y divertidas.

Este folleto está diseñado para ayudarlo a que observe el desarrollo físico, social, emocional y cognitivo (concepto y lenguaje) de su niño/a de un año de edad. El mismo es una guía que contiene una lista de control y consejos para ayudarlo a trabajar y jugar con su hijo.

Las listas de control contienen consejos que pueden ser utilizadas con su niño/a entre 12 y 24 meses de edad y que no deben ser aplicadas a niños menores de un año de edad.

Este folleto forma parte de una serie de folletos con recursos sobre el desarrollo de los niños. Esta serie también contiene folletos para bebés, niños de dos años, niños de tres años y niños de cuatro años de edad.

Para obtener cualquiera de los otros folletos de esta serie, por favor llame al 727-547-5800.



# Desarrollo del Cerebro

Su bebé nació con 100,000 millones de células cerebrales. Estas células necesitan ser estimuladas para que el cerebro de su niño/a desarrolle de forma apropiada las pautas de aprendizaje que utilizará durante su vida.

Las actividades que se realizan una y otra vez mediante experiencias tempranas repetidas forman pautas de aprendizaje en el cerebro. Sin estas actividades o experiencias, no se desarrollan las pautas de aprendizaje. Cuando no es utilizada una pauta de aprendizaje, generalmente tiende a desaparecer.

El desarrollo del cerebro se produce cuando los niños están expuestos a experiencias apropiadas de desarrollo. Estas experiencias incluyen la interacción cariñosa con los adultos que lo cuidan, juegos sensoriales, nutrición adecuada, un ambiente sano y visitas médicas de rutina. Los efectos de estas experiencias tempranas de vida durarán toda la vida.

La exposición prolongada a momentos de tensión puede impactar en la habilidad del niño para aprender a tomar ventaja de las oportunidades. Los niños que reciben un cuidado con calidez y sensibilidad tienen más probabilidades de sentirse sanos y seguros, y pueden aprender con más facilidad. Estas muestras de afecto son las bases para el desarrollo de la imagen, las emociones, la conducta y el aprendizaje. La importancia de su papel como padre no debe ser subestimada.

## ***Que pueden hacer los padres:***

- Para la función y la alerta cerebrales: ofrezca una variedad de alimentos saludables y agua a lo largo del día.
- Para desarrollar las habilidades matemáticas: déle a su niño/a oportunidades de escuchar una gran variedad de música y jugar con juegos de ingenio y rompecabezas. Limite el tiempo que pasa frente a la TV.
- Para el desarrollo de la visión: exponga a su niño/a a una variedad de colores y de paisajes.
- Para el desarrollo auditivo: lea, cante y mencione los sonidos del ambiente a su niño/a.
- Para el desarrollo motriz: déle oportunidades de tocar y agarrar gran cantidad de juguetes, texturas y colores.
- Para el desarrollo del lenguaje: hálblele a su niño/a sobre lo que está haciendo y viendo.
- Para el desarrollo emocional y cognitivo: limite la exposición de su niño/a a situaciones estresantes o traumáticas.



*Para obtener información e ideas adicionales para trabajar con su bebé, por favor siga leyendo!*

## Su Niño/a ...

	Si	No Aún
...usa "una palabra" para expresar sus necesidades y deseos (por ej., "arriba", "abajo", "vaso")	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...reconoce los nombres personas y objetos familiares y hasta cinco partes del cuerpo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...responde a las palabras con acciones y sigue instrucciones simples?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...señala los objetos o imágenes cuando usted los nombra?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...repite palabras y aprende nuevas palabras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...se refiere a si mismo por su nombre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...intenta cantar canciones con palabras simples?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...usa palabras juntas (por ej., "se fueron", "tomar leche")	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos sobre el Lenguaje

"El uso del lenguaje como vía de comunicación, es una de las cosas que distingue a los seres humano e otros seres vivientes del planeta. Los niños se vuelven más "humanos" cada día a medida que adquieren las habilidades del lenguaje a un ritmo vertiginoso." - Karen Millar

### **Los padres pueden ayudar en este proceso:**

- Hablando con su niño/a, evitando "el habla de bebé y el lenguaje monótono."
- Expandiendo las palabras que utiliza su niño/a y utilizando oraciones enteras.
- Cantando canciones con su niño/a.
- Jugando juegos con los dedos y jugando hacer rimas juntos.
- Nombrando los objetos con los que interactúa su niño/a mientras realiza actividades de rutina (por ej., alimentos, juguetes, personas, lugares, animales y actividades).
- Utilizando gestos para ayudar a su niño/a a que aprenda el significado de las palabras (por ej., saludar con las manos, arrojarle un beso o levantar los brazos cuando dice "arriba").
- Hablando sobre las imágenes cuando le lee libros
- Colocándose al mismo nivel que su niño/a cuando le habla, para mirarlo/a a los ojos.
- Dándole tiempo suficiente a su niño/a para que responda a sus preguntas y haga comentarios.



## Su Niño/a ...

	Si	No Aún
...utiliza una cuchara y una tasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...camina sin ayuda?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...arroja una pelota, o juguetes de hule?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...baila, corre, y da vueltas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...dibuja con pinturas y hace figuras con masilla?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...muestra interés de subirse a los muebles?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...ayuda cuando usted lo/a está vistiéndolo, estirando un brazo o pierna?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...empuja y/o tira de los juguetes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...apila al menos 3 objetos pequeños (por ej., bloques, cajas, latas)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos sobre Desarrollo Físico

El movimiento es uno de los principales medios a través de los cuales los niños pequeños aprenden sobre sí mismos y sobre el mundo que los rodea.

### **Los padres pueden ayudar en este proceso:**

- Dándole tiempo a su niño/a diariamente para que juegue al aire libre y haga ejercicio.
- Dándole a su niño/a espacio para que baile, corra, gire, se balancee y se mueva con la música.
- Jugando a la pelota con su niño/a (por ej., hacerla rodar, arrojarla, sostenerla, pegarle).
- Dándole oportunidades a su niño/a de moverse con juguetes de montar sin pedales (andadores).
- Dándole oportunidades de jugar y ensuciarse con masilla, pintura de agua, y/o arena.
- Permitiendo a su niño/a que cargue y descargue en envases de diferentes tamaños.
- Dándole a su niño/a cajas con tapa para que practique tapándolas y destapándolas.
- Dándole rompecabezas, bloques, armas de juguetes/ juegos para martillar, y juegos de arrastre/ apilado.
- Dándole comida que pueda comer con las manos y alentando a su niño/a a que se alimente por su cuenta. No se preocupe por el orden o si se ensucian, pues a esta edad, no forman parte de lo que es importante para su niño/a



## Su Niño/a ...

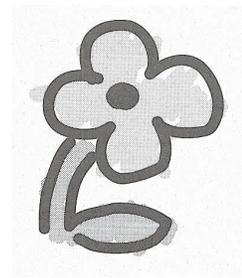
	Si	No Aún
... tiene una rutina establecida para comer, dormir y bañarse (con ayuda de un adulto)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... responde a mensajes simples cuando se le habla en un tono de voz normal?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... come una variedad de alimentos nutritivos diariamente y en cantidades apropiadas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... demuestra curiosidad?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... parece estar interesado observar cosas nuevas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... cuando lo mira a los ojos, lo hace fijamente y con ambos ojos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... pasa más tiempo jugando que mirando TV?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos sobre Salud y Seguridad

“La capacidad de exploración de su bebé seguramente lo llevará mas allá de los límites de la seguridad.” - Baby Talk

### Los padres pueden ayudar en este proceso:

- Asegurándose que su niño/a se realice controles médicos, tenga las inmunizaciones actualizadas y atención médica de urgencia cuando la necesite.
- Estableciendo una rutina diaria con la siesta y la hora de dormir. Incluya lavarse los dientes a la hora de dormir.
- Retirando el biberón a los 18 meses de edad. Los biberones durante la siesta y/o durante la noche pueden provocar caries, infecciones en el oído o en la garganta, e introduciendo el cepillarse los dientes antes de ir a la cama.
- Manteniendo todos los productos de limpieza y medicamentos completamente fuera del alcance y de la vista de su niño/a. Use tapones de seguridad en todos los medicamentos.
- Colocando los números de teléfono del 911, del centro de control de intoxicaciones y otros números de emergencia en o cerca de todos sus teléfonos.
- Manteniendo un extinguidor de incendios cargado y en un área accesible.
- Vistiendo a su bebé con ropa de dormir no inflamable y vestimenta cómoda. Colocando un detector de humo en la habitación de su bebé.
- Utilizando verjas de seguridad en las escaleras y cerrando las puertas que den a piscinas u otras áreas peligrosas.
- Cubriendo los toma corrientes, eliminando los peligros y haciendo de su casa un lugar seguro para su bebé, tanto por dentro como por fuera.
- Aprendiendo procedimientos de emergencia y primeros auxilios, como resucitación cardio pulmonar.



- Manteniendo a su niño/a en un lugar seguro mientras cocina y las manijas de los sartenes en el lado interno de la estufa.
- Manteniendo todas las armas fuera de su casa o dejándolas bajo llave, descargadas y sin municiones, en un armario cerrado fuera del alcance de su niño/a. Guarde las municiones por separado.
- Asegurándose que el aire de su casa sea sano para respirar (por ej., sin humo de cigarrillo ni monóxido de carbono).
- Cuidando a su bebé en todo momento, y nunca dejarlo solo y sin cuidado.
- Supervisando a su bebé de cerca cuando esté cerca del agua, incluyendo baldes, baños y piscinas para niños. Los bebés pueden ahogarse en menos de 8 cm. de agua.
- Limitando el tiempo que su bebé pasa frente a la TV. Esto puede reducir el riesgo de que su niño desarrolle ADHD (Síndrome Hiperactivo y de Déficit de Atención).



## Su Niño/a ...

	Si	No Aún
... se reconoce a sí mismo/a cuando se mira al espejo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... señala o nombra al menos cinco partes de su cuerpo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... busca los objetos que están escondidos o fuera del alcance de la vista?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... usa una variedad de objetos cuando juega?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... intenta entender cómo funcionan las cosas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... usa correctamente los objetos corrientes (por ej., vaso, llave, teléfono, zapato)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... imita lo que usted y/u otros hacen (por ej., cocinar, barrer)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... realiza juegos de simulación o imitación?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... reconoce fotografías de objetos o personas familiares?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... señala o nombra sus juguetes favoritos y objetos familiares?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos sobre Desarrollo de Conceptos

“El juego es la actividad que la mayoría de los adultos relacionan con los niños pequeños. En realidad, su niño/a de un año de edad está ocupado buscando oportunidades para aprender de y con los objetos que lo/la rodean.” - Totline

### **Los padres pueden ayudar en este proceso:**

- Alentando la exploración a la vez que mantiene a su niño/a seguro/a.
- Dándole una variedad de juguetes seguros y apropiados para la edad que requieran pensar (por ej., bloques, juguetes de arrastre, cajas, ollas y sartenes, tasas).
- Jugando a juegos interactivos con su niño/a, como hacer rodar la pelota hacia el otro o jugar al Pan Caliente.
- Jugando juegos imaginarios (por ej., pretender ser padre/madre, cuidar de las muñecas, jugar a la hora del té).
- Ofreciéndole opciones a lo largo del día (por ej., “quieres ponerte los pantalones rojos o los azules?”, “quieres comer banana o manzana?”, “necesitas una sábana o un biberón para tu muñeca?”).
- Ofreciéndole oportunidades para usar materiales artísticos, tales como papel y crayones lavables grandes.
- Dándole cuentos, canciones infantiles, títeres, juegos de mano y canciones.
- Manteniendo ordenada el área de juego de su niño/a.
- Hablando sobre los animales y los sonidos que emiten, con canciones, cuentos y juegos de manos.



## Su Niño/a ...

	Si	No Aún
... tiene libros favoritos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... disfruta de que usted le lea libros?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... da vueltas a las páginas de un libro o cuento?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... demuestra interés cuando observa imágenes o cuadros?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... señala los objetos que desea nombrar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... encuentra las cosas que usted le pregunta en la página de un libro?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... demuestra placer por lo que ve y aprende al leer un libro?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... intenta repetir lo que usted lee?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... reconoce a las personas en las fotografías familiares?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... hace marcas (garabatos) con un crayón o marcador?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos sobre Lectura y Escritura

"El amor y el respeto por los libros es una actitud, que con su ayuda, su niño/a puede empezar a adquirir." – Totline

### Los padres pueden ayudar en este proceso:

- Dando el ejemplo de que leer y escribir son actividades cotidianas.
- Ayudando a su niño/a a conectar el lenguaje oral con el lenguaje escrito (por ej., Escribe y luego nombre los artículos que necesita cuando haga la lista de las compras).
- Permitiendo que su niño/a participe cuando usted escribe cartas o tarjetas, haciendo garabatos o notas en las tarjetas o cartas.
- Hablando con su niño/a sobre lo que está viendo en un libro y relacionando el cuento con su vida diaria (por ej., "Nosotros nos lavamos como el niño del cuento").
- Señalando las imágenes en los libros y hablando sobre los objetos familiares.
- Leyendo libros, poesías, rimas, etc. con su niño/a en un ambiente tranquilo.
- Leyendo con expresión.
- Teniendo una variedad de libros y revistas para que su niño/a pueda mirarlas en forma independiente.
- Colocando los libros en lugares en los que su niño pueda acceder a ellos en forma fácil y segura (por ej., en la casa, auto, cochecito).
- Regalándole libros a su niño/a a lo largo del año, seleccionando libros que sean sólidos.
- Permitiendo que su niño/a elija el cuento que quiere escuchar. Generalmente, los niños suelen elegir el mismo cuento una y otra vez. Aprenden por repetición.
- Teniendo libros disponibles a lo largo del día (por ej., en el restaurante, lavadero automático, consultorio del médico, a la hora de la siesta/ de dormir)
- Leyéndole cuentos que contengan rimas y repeticiones y alentando a su niño/a a que se una y repita los estribillos.
- Visitando la biblioteca local con su niño/a.
- Dándole actividades para fortalecer los dedos para la escritura, permitiendo que su niño/a doble la ropa que usted lava, que comprima y moldee arena húmeda, y que estruje esponjas mientras se baña.

## Su Niño/a ...

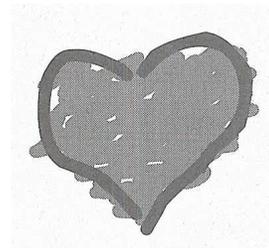
	Si	No Aún
...juega juegos interactivos como: "Pan Caliente", "El Pequeño Meñique", etc.?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...juega solo por períodos de tiempo cortos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...juega cerca y demuestra interés por otros niños/ adultos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...lo busca para jugar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...demanda su atención?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...muestra una creciente independencia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...muestra una variedad amplia de emociones (por ej., emoción, miedo, timidez, enojo, orgullo)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...expresa interés por los demás con sonrisas o abrazos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...trata de consolarlo a usted y a otros?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...prueba los límites y hace lo contrario a lo que usted le dice?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...usa las palabras "no" o "mío"?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...tiene rabietas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... se acerca a usted cuando necesita ayuda?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... abraza a sus muñecas o muñecos de peluche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... imita sus acciones o conductas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos sobre Desarrollo Social y Emocional

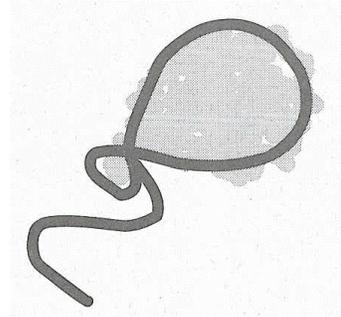
"Necesitamos 4 abrazos diarios para sobrevivir. Necesitamos 8 abrazos diarios para mantenernos. Necesitamos 12 abrazos diarios para crecer." - Virginia Satir

### Los padres pueden ayudar en este proceso:

- Brindándole abrazos y sonrisas y pasando momentos felices junto con su niño/a.
- Manteniéndose cerca y estando disponible cuando su niño/a comience a explorar.
- Manteniendo la calma, sirviendo de apoyo y prestándose al juego a lo largo de cada día.
- Ofreciendo opciones cuando sea posible (por ej., "Quieres jugar con los bloques o con el rompecabezas ?").
- Comiendo las comidas en familia.
- Modelando el comportamiento de su niño/a, por ejemplo ensañarle a decir "gracias" y "por favor."
- Dándoles a su niño/a oportunidades para que pase tiempo con otros niños/as.
- Tomando conciencia de que su niño/a es muy pequeño/a para compartir, por lo tanto no espere que lo haga.



- Entendiendo el ritmo y el temperamento individual de su niño/a, por ej., que sea activo, prudente, sensible, tranquilo.
- Estableciendo límites previsibles y consistentes.
- Esperando a ver lo que su niño/a puede hacer antes de ofrecerle ayuda.
- Demostrándole a su niño/a cómo debe comportarse en vez de castigarlo/a por su conducta.
- Desarrollando rutinas familiares y rituales para la hora de la comida, del baño, las siestas y a la hora de dormir.
- Entendiendo que el hecho de morder y pegar puede ser una expresión de frustración o enojo. No devuelva nunca una mordida o golpe a su niño/a. Enséñele palabras como "Manos suaves", "Las manos son para ayudar". "Se muerde la comida, pero no a las personas."
- Permitiendo que su niño/a exprese tanto los sentimientos positivos como los negativos en forma segura.



# Desarrollo del Niño

## ***A quien Llamar para obtener información sobre:***

- Preocupaciones sobre el desarrollo de mi niño/a?  
Exámenes para Bebés/ Niños - Programa de Intervención Temprana.....727-767-4403  
Exámenes Preescolares.....FDLRS (Child Find) 727-462-1588
  - Preocupaciones sobre la conducta de mi niño/a?.....Proyecto Desafío 727-547-4212
  - Guía para padres e hijos?  
Recursos comunitarios.....(Helpline) 211
- Bibliotecas Públicas.....(Busque las listas en su guía telefónica)  
Mary Faust: Biblioteca de Recursos para el Cuidado Infanti .....727-725-9778  
Biblioteca del Consejo de Bienestar Juvenil.....727-547-5670

*También puede encontrar información adicional en sitios web, tales como:*

familyplay.com  
parentsoup.com  
kidsgrowth.com

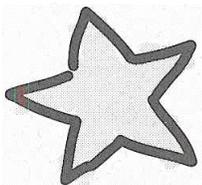
startingpoints.com  
zerotothree.com  
iamyourchild.com

# Salud y Seguridad



## ***A quien llame para obtener información sobre:***

- Una emergencia medica.....911
- Control de intoxicaciones.....1-800-222-1222
- Educación sobre asientos para niños y seguridad en automóviles?  
.....727- 892-KIDS (892-5437)
- Como asegurar la casa, agua saludable, prevención de accidentes?  
.....727-898-SAFE (898-7233)
- Servicios médicos (exámenes de bajo costo e inmunizaciones)?  
Departamento de Salud del Condado de Pinellas.....727-824-6900  
Centros Comunitarios de Salud de Pinellas.....727-821-6701
- Seguro de salud de bajo costo?..... Florida Kid Care -1-888-352-5437
- Primeros auxilios para bebés/ niños y clases de resucitación  
Cruz Roja Americana (American Red Cross).....727-446-2358  
Asociación Americana del Corazón (American Heart Association)..727-570-8701
- Productos no seguros o artículos retirados del mercado?.....1-800-638-2772
- Recursos comunitarios (vestimenta, refugio de emergencia, estrés, consejería familiar)..... (Helpline) 211
- Nutrición?  
Servicio de Extensión Cooperativa.....727- 582-2100  
WIC (Mujeres, Bebés, Niños)..... 727-824-6900
- Denuncia de sospechas de abuso de niños/ negligencia?.....1-800-96-A-BUSE



*(Las llamadas se mantienen anónimas)*

# Cuidado Infantil

## ***A Quien llamar para obtener información sobre:***

- Como encontrar centros y hogares de cuidado para niños?  
.....Child Care Resource and Referral - 727-547-5750
- Ayuda para pagar las cuotas de cuidado para niños?  
.....Coordinated Child Care - 727-547-5700
- Antecedentes y licencias de los proveedores?  
.....Pinellas County License Board - 727-547-5800

*(Niveles de cumplimiento, quejas)*