

# tu hijo @<sup>TM</sup>

## 9 a 12 meses

qué sucede durante esta etapa de su desarrollo ...

Cuando tu niño tenga casi un año, ya estará gateando o dando sus primeros pasos.

### La salud de tu hijo



#### Revisión de niños sanos

El pediatra deberá examinarlo a los 9 meses y le aplicará vacunas para que crezca fuerte y saludable. Deberás programar la próxima visita para los 12 meses.

Avisa al pediatra si el niño:

- Arrastra un lado del cuerpo cuando gatea (por más de un mes).
- No señala objetos ni fotos.
- No busca objetos que te haya visto esconder.

**El sueño** Durante esta etapa todavía necesita 2 ó 3 siestas diarias. Acuéstalo entre las 6 y las 8 de la noche.

#### Atención

Nunca le des uvas enteras, palomitas de maíz, zanahoria cruda, salchichas, nueces ni caramelos.

#### La nutrición

Tomará diariamente unas 24 onzas de leche materna o fórmula infantil y comerá tres comidas diarias. Es importante dejarlo tomar la comida con las manos y que trate de comer solo. Se aconseja:

- Servirle alimentos blandos para comer con la mano, como trocitos de queso, verduras cocidas, frutas blandas, o cereal Cheerios<sup>®</sup>.
- Cortarle la comida en pedacitos.
- Para su primer cumpleaños, pregunta al doctor si ya puede dejar el biberón y tomar en vaso.

Vigila al niño mientras come. ¿No quiere o no puede masticar los trozos de comida? Deja de dárselos y prueba de nuevo en unas semanas.

### Cómo educar y criar a tu hijo

**Comportamiento** A esta edad, necesitarás establecer límites.

- Distrae al niño de los objetos peligrosos con una actividad interesante.

Esto ha sido posible gracias al generoso apoyo de la **A.L. Mailman Family Foundation**.

Fuentes de información: *Your Baby's First Year* y *Caring for Your Baby and Young Child*, American Academy of Pediatrics, Steven P. Shelov, MD, FAAP, jefe de redacción; *Understanding Children*, Civitas y Richard Saul Wurman; *El abc de los niños*, Civitas; *Healthy Sleep, Happy Child*, Marc Weissbluth, MD.

Civitas agradece a **Parents as Teachers**, un programa de educación para los padres de niños pequeños y de apoyo a la familia, por su continuo apoyo.

### Cómo educar y criar a tu hijo, continuación

- Comportamiento**
- Reserva la palabra “no” para cuestiones de seguridad — si el niño la oye a menudo, perderá su significado. Es mejor que le enseñes lo que puede y no puede hacer.
  - Usa señales e indicios para que el niño sepa cómo comportarse. Aplaudes o haz un gesto de aprobación cuando haga algo bien.

#### Atención

Nunca uses castigos corporales.

**Separación** Los niños generalmente se angustian cuando los padres o quienes los cuidan se van.

- Dile adiós y explícale que te vas pero volverás. No te vayas a escondidas.
- Dale una manta o peluche favorito para que sienta que estás cerca.

**Aprendizaje temprano** Estimula la curiosidad natural del niño hablándole, leyéndole, cantándole, y jugando con él.

- Juega al cucú. Le gustará ver aparecer y desaparecer los objetos.
- Míralo cuando le leas o hables.
- Señala y nombra constantemente los objetos o personas que veas.
- Cántale canciones repetitivas haciendo ademanes con las manos.

#### Atención

La ley ordena que el niño viaje siempre en un asiento seguro, de cara hacia atrás en la parte trasera del auto.

### La seguridad de tu hijo

- En la casa**
- Instala vallas de seguridad en las escaleras, cubre las esquinas de los muebles y pon dispositivos de seguridad en los muebles, gavetas, e inodoros.
  - Cubre los enchufes eléctricos. Ata los cordones sueltos de las persianas.
  - Mantén los detergentes, medicamentos, y objetos puntiagudos fuera de su alcance.
  - Si crees que tu hijo ha ingerido algo venenoso, llama de inmediato al Servicio de Toxicología al: 1-800-222-1222.

*Born Learning*<sup>SM</sup> es una campaña de participación pública que ayuda a los padres, a los que cuidan a los niños y a las comunidades a crear oportunidades de aprendizaje temprano para niños pequeños. Diseñada para apoyarte en el importante papel como el primer maestro del niño, los materiales educativos de *Born Learning* están disponibles gracias a los esfuerzos de United Way, United Way Success By 6 y Civitas. Para más información, visítanos en línea en [www.bornlearning.org](http://www.bornlearning.org).

CIVITAS

United Way  
SUCCESS BY 6

United Way

THE  
Blueprint  
for EDUCATIONAL CHANGE™

[www.TheBlueprintforEducationalChange.org](http://www.TheBlueprintforEducationalChange.org)