

# Consejos de Bright Futures para los padres Visita de los 18 meses

Estas son algunas sugerencias de los expertos de Bright Futures que pueden ser de utilidad para su familia.

FOMENTO DEL LENGUAJE/AUDICIÓN

## Lenguaje y audición

- Léale y cántele a su niño(a) a menudo.
- Comente y describa las ilustraciones de los libros.
- Use palabras sencillas al hablarle.
- Enséñele palabras que expresen sus sentimientos.
- Hágale preguntas sencillas, confirme sus respuestas y déle explicaciones sencillas.
- Use palabras sencillas y claras para decirle qué quiere que haga.

APOYO FAMILIAR

## Su niño(a) y la familia

- Cree momentos para estar en familia.
- Mantenga breves las salidas con el niño: una hora o menos.
- No pretenda que un niño de esta edad comparta sus cosas.
- Designe un lugar seguro para que los niños mayores guarden los juguetes que no quieren compartir.
- Enséñele al niño a no pegar, morder o lastimar a las personas o a las mascotas.
- Es normal que su niño trate de ser independiente y al poco rato se aferre a usted.
- Piense en vincularse a un grupo de juegos para padres y niños pequeños.
- Consúltenos para hallar programas que ayuden a su familia.
- Prepare al niño para un nuevo bebé leyéndole libros sobre cómo ser un buen hermano o hermana mayor.
- Dedique tiempo a cada niño.
- Trate también de reservar tiempo para usted.
- Elogie al niño cuando esté haciendo algo bien.
- Déle varias oportunidades de probar un nuevo alimento. Permitale que lo toque con la boca o la lengua para saber cómo es el alimento.
- Avisenos si necesita ayuda para obtener suficiente comida para su familia.

SEGURIDAD

## Seguridad

- Use un asiento de seguridad para el auto en el asiento trasero de todos los vehículos.
- Mantenga el asiento de seguridad para el auto orientado hacia atrás hasta que su bebé cumpla dos años de edad o hasta que alcance el máximo peso o estatura permitido por el fabricante del asiento.
- Todos los que van en un auto deben usar el cinturón de seguridad.
- Guarde bajo llave los productos tóxicos, medicinas, detergentes y productos para el césped.
- Llame a Poison Help (1-800-222-1222) si cree que el niño se ha comido algo nocivo.
- Instale rejas en los extremos de las escaleras y seguros en las ventanas del segundo piso en adelante.
- Aleje los muebles de las ventanas.
- Observe a su niño de cerca cuando esté en las escaleras.
- Cuando saque el auto en reversa del garaje, pida a otro adulto que sostenga al niño a una distancia prudente para evitar atropellarlo.
- No tenga armas en su casa. Si debe tener un arma, guárdela bajo llave sin las municiones y guarde las municiones en otro lugar bajo llave.
- Para evitar quemaduras, mantenga al niño alejado de líquidos calientes, fósforos, encendedores y la estufa.
- Tenga en cada piso un detector de humo que funcione.

DISPOSICIÓN PARA IR AL BAÑO

## Entrenamiento para ir al baño

- Los signos de que un niño está listo para aprender a ir al baño son:
  - Permanece seco por dos horas
  - Sabe si está mojado o seco
  - Puede bajarse y subirse los pantalones
  - Quiere aprender
  - Le puede avisar que va a tener una deposición

DISPOSICIÓN PARA IR AL BAÑO

- Lea con su niño libros sobre el entrenamiento para ir al baño.
- Pídale al padre del mismo sexo del niño o a un hermano o hermana mayor que lleve al niño al baño.
- Elogie al niño cuando se siente en la bacinilla o el inodoro incluso con la ropa puesta.
- Llévelo a escoger su ropa interior cuando el pequeño esté listo.

DESARROLLO Y CONDUCTA INFANTIL

## La conducta de su niño(a)

- Establezca límites que sean importantes para usted y pida a los demás que los usen con su niño.
- Sea consistente con el niño.
- Elógielo cuando se porte bien.
- Juegue todos los días con su niño a cosas que le gusten.
- Imponga pausas obligadas cortas. Explíquelo en palabras sencillas qué hizo mal.
- Dígale que hacer de manera amable.
- Dirija la atención del niño hacia otro juguete o actividad si se pone inquieto.
- Las clases de orientación para padres pueden ayudarle a entender la conducta de su hijo y enseñarle qué hacer.
- Es muy probable que su niño se aferre a usted en situaciones nuevas.

## Qué esperar en la visita de los 2 años

### Hablaremos de:

- El lenguaje del niño
- Su niño y la televisión
- Seguridad en el auto y fuera de casa
- Entrenamiento para ir al baño
- Comportamiento del niño

Poison Help (Intoxicaciones): 1-800-222-1222

Inspección de asiento de seguridad para el auto: 1-866-SEATCHECK; seatcheck.org