

Las cosas que hay que tener en mente, continuado:

- Aliente juegos interactivos y tomar turnos con niños de la misma edad.
- Continúe a mantener el entorno de su niño libre de humo.
- Durante esta fase en que el niño se comporta a veces como un "mandón", puede poner a prueba su paciencia. Sólo recuerde mantener la calma y hablarle en un tono firme cuando se trate de la conducta de su hijo; déjele saber que lo que no le gusta a usted es la acción no, no la persona.
- Los niños pueden volverse irritables cuando están cansados (en particular cuando no han hecho su siesta) y pueden necesitar ayuda para calmarse.
- Pasar de actividades muy activas a otras más tranquilas puede ser útil antes de acostarse a dormir.
- Los padres no deben nunca amenazar de dejar o abandonar a su niño; los niños no pueden siempre saber si sus padres están bromeando o no.

A LOS 3 AÑOS DE EDAD, SU NIÑO YA PUEDE:

- Correr y trepar, subir y bajar escaleras.
- Le encanta que le lean libros, aunque no se pueda quedar quieto por mucho tiempo. Puede que le guste escuchar la misma historia varias veces.
- Usar muchas palabras y hacer frases.
- Indicar del dedo las diferentes partes de su cuerpo.
- Brincar y lanzar una pelota.
- Copiar una línea con un crayón.



A LOS 3 AÑOS DE EDAD



PARA CONTACTAR CON SU HOGAR MÉDICO:

VISITA DE LOS 3 AÑOS

Peso _____ Estatura _____

La visita de hoy

- Hablarán del crecimiento y desarrollo de su bebé. Su proveedor le pedirá que le hable de la salud actual de su niño.
- A su niño se le hará un examen físico y se le hará una prueba de detección para posible exposición al plomo.
- Usted tendrá oportunidad de hacer preguntas.

Temas de los que podría hablar:

- Preguntas o preocupaciones acerca del entrenamiento para ir al baño.
- Las habilidades de su niño para comer y vestirse solo.
- Nuevas palabras y expresiones que su niño ha aprendido recientemente.
- Cuidado infantil, guardería preescolar o programas de intervención temprana.
- Las habilidades de su niño para entender reglas específicas y seguirlas.

La próxima visita

Cómo prepararse:

- Mantenga una lista de enfermedades y daños sucedidos, inclusive visitas a otros proveedores o sala de emergencias.
- Pregunte a las demás personas que cuidan a su hijo si hay cualquier asunto relativo al niño del cual quisieran que le hable al doctor.
- Hable con su niño acerca de la próxima visita al doctor, incluyendo el reconocimiento médico, las vacunas y otros procedimientos.
- No olvide llevar la tarjeta de seguro médico o Medicaid del niño.
- Comparta lo que ha aprendido usted en la visita de hoy con otros miembros de la familia y cuidadores del niño.

Sepa que esperar:

- Al niño le harán un reconocimiento físico.
- Usted llenará un cuestionario acerca del desarrollo de su niño.
- Se revisará la vista, oído y presión arterial del niño.

Las cosas que hay que tener en mente:

- Asegúrese de que los parques y patios de juego sean seguros.
- Hay que hablarles a los niños de los peligros de correr detrás de un perro o una pelota que van rodando por la calle, pero puede que no lo recuerden así que es preferible vigilarlos de cerca cuando están cerca de una calle.
- Hable con su niño acerca de personas desconocidas. Nunca tiene que dejar que alguien lo toque de una manera que no le guste.
- Sepa dónde está su niño en todo momento. Es demasiado pequeño para andar solo por la vecindad.
- Enséñele a cepillarse los dientes.
- Dele comidas y botanas sanas; a los niños no hay que darles nueces, caramelos o chicle.
- Espérese a que su niño tenga una curiosidad normal acerca de ciertas partes del cuerpo y use los términos correctos.
- Alabe a su niño y aliéntele a que hable con usted.
- Lean juntos; anime a su niño a que cuente la historia.
- Limite el tiempo viendo televisión a una hora por día de programas apropiados para su edad. No ponga televisor en el cuarto de dormir.
- Ayude a los hermanos y hermanas a aprender cómo resolver problemas y a controlar su enojo.