

## Las cosas que hay que tener en mente, *continuado:*

- Supervise a su niño cuando estén cerca de carros o maquinaria.
- Use un casco de bicicleta.
- Escuche a su niño hablar, repítale palabras y use gramática correcta.
- Aliente el juego con otro niños, pero supervíselo porque su niño aún no está listo para compartir y jugar de manera cooperativa.
- Desarrolle la independencia del niño ofreciéndole 2 opciones aceptables.
- Ayude al éxito del entrenamiento para ir al baño vistiendo al niño con ropa fácil de quitarse; sienta al niño en la bacinilla cada 1 a 2 horas y use alabanza.
- Considere grupos de juego o programas preescolares.

## A LOS 30 MESES SU NIÑO YA PUEDE:

- Correr y escalar, subir y bajar escaleras solo.
- 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 oraciones.
- Señalar partes del cuerpo.
- Brincar y lanzar una pelota.
- Copiar una línea con un creyón.



Community Care  
OF NORTH CAROLINA



## A LOS 30 MESES



PARA CONTACTAR CON  
SU HOGAR MÉDICO:

# VISITA DE LOS 30 MESES

Peso \_\_\_\_\_

Estatura \_\_\_\_\_

## La visita de hoy

- Usted y su proveedor hablarán del crecimiento y desarrollo de su niño. Su proveedor le pedirá que le hable de la salud actual de su niño.
- A su niño se le hará un examen físico.
- Usted tendrá oportunidad de hacer preguntas.

## Temas de los que podría hablar:

- El comportamiento de su niño - cómo apoyar su aprendizaje para ser independiente, pero seguir poniendo límites.
- Algunas de las actividades favoritas de su niño.
- Los hábitos que tiene el niño para dormir y comer.
- Cómo habla su niño.
- Cambios en su familia desde su última visita.
- Algunas cosas que su niño puede hacer ahora que no sabía hacer en la última visita.

## La próxima visita

### Cómo prepararse:

- Mantenga una lista de enfermedades y daños sucedidos, inclusive visitas a otros proveedores o sala de emergencias.
- Anote cualquier cambio en la manera de comer, dormir o comportamientos sociales de su niño.
- Prepare preguntas acerca de eventuales problemas de salud duraderos o preocupaciones acerca de su desarrollo.
- 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 y recibirá vacunas adicionales.
- 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:

- Manténgase al alcance de la mano ("control táctil") cuando estén cerca de agua, bañeras, albercas, inodoros.
- Limite la exposición al sol, use loción de protección solar.
- Continúe utilizando un asiento de seguridad que esté bien sujetado en todo momento, adecuado para su edad, y colocado en el asiento trasero del carro.
- Hagan ejercicio y diviértanse juntos en familia.
- Lean juntos cada día.
- Siga manteniendo el entorno del niño libre de humo.
- Guarde los cigarrillos, encendedores, cerillas, alcohol y herramientas eléctricas bajo llave o fuera de la vista y alcance. Instale detectores de humo.
- Recuerde que su niño podría atragantarse con partes pequeñas de juguetes, monedas, cuentas y canicas.
- Espérese a que su niño tenga una curiosidad normal acerca de ciertas partes del cuerpo y use los términos correctos.
- Limite la televisión y los videos a no más de 1 o 2 horas por día y supervise lo que su niño está viendo.
- Tome tiempo para jugar con su niño y mostrarle amor. Ayude a su niño a que exprese sus sentimientos.