

2 años a 2 años 6 meses

Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años, es posible que tu hija(o) tenga conversaciones de dos o tres frases.
- A medida que su conciencia de ser alguien independiente a ti crece, empezará a hablar acerca sobre sí misma(o), lo que está haciendo, lo que le gusta y lo que no.
- Disfruta cada vez más de la compañía de otras(os) niñas(os) y se emociona ante la idea de volver a verlas(os).

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Muestra simpatía hacia otras(os) niñas(os)
- Responde cuando la(o) corriges.
- Juega principalmente al lado de otras(os) niñas(os) y empieza a incluirlas(os) en juegos como correr y perseguirse.
- Tu niña(o) estará y se sentirá capacitada(o) para hablar con una gran variedad de palabras.

Consejos para la crianza



- Dedica parte del tiempo de ver televisión con tu niña(o) a platicar sobre lo que observan, esto servirá tanto para identificar si el programa es adecuado o no, como para que el acto sea un poco más activo y educativo.
- Seguro que tu hija(o) tendrá muchas preguntas que hacerte para satisfacer sus curiosidades, en este aspecto la televisión puede convertirse en un buen estímulo.

2 años a 2 años 6 meses


Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



2



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años tu hija(o) ya no se encuentra en el periodo de lactancia, por lo que su alimentación es cada vez más variada.
- Es capaz de comer por sí sola(o) y expresar lo que le agrada y desagrada.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Ya debe tener desarrollado el sentido del gusto para probar más variedad de comidas.
- Tu hija(o) está en una etapa en la que desarrolla un gran número de habilidades, por lo que realiza un gran desgaste físico y mental y necesitará de, al menos, cinco comidas al día: desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena.
- En función de sus horarios puede que también sea necesario darle algo ligero antes de irse a dormir.

Consejos para la crianza



- Introduce más verduras y pescado en su alimentación.
- Este es un buen momento para que empieces a darle un poco de libertad a tu hija(o) a la hora de comer, pero también para que la(o) animes a probar nuevas comidas.
- No te preocupes si a la hora de comer tu hija(o) se ensucia un poco, es necesario para que pueda aprender a hacer esta actividad sí sola(o).
- Léele cuentos, leyendas o fábulas para impulsar y desarrollar su imaginación.

2 años a 2 años 6 meses


Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



3



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años tu hija(o) empieza a experimentar una mayor libertad e independencia para actuar, por este motivo, los límites que le pongas la(o) confunden y hacen enojar.
- Hace lo posible para romper los límites que le pongas, pero esto es algo bueno, ya que así demuestra la independencia que está desarrollando.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Ya come alimentos variados y con una dieta equilibrada indicada por su pediatra.
- Su vocabulario está en desarrollo, por lo que constantemente aprende palabras nuevas y pregunta por ellas.
- Se trepa y baja de muebles sin ayuda.
- Sube y baja las escaleras agarrándose.
- Tira la pelota por arriba del nivel de su hombro.
- Tu niña(o) ya camina por su cuenta y con buen paso. Puede hacerlo incluso arrastrando o cargando un juguete, sin que ello le impida avanzar de manera coordinada.
- También suele empezar a patear pelotas.

Consejos para la crianza



- Enséñale a tu hija(o) buenos hábitos, pero siempre respetando sus gustos.
- Ofrécele alimentos atractivos y variados, busca incluir siempre frutas y verduras y si es necesario créale imágenes o escenarios con ellas para que sean más atractivas.
- Dale alimentos variados en sabores, de modo que aprenda a distinguir y nombrar cada uno de ellos (dulce, salado, amargo, agrio).
- Todos los días es buena idea interactuar con tu hija(o) mostrándole libros infantiles con ilustraciones y nombrarle los objetos, esto le ayudará a ampliar su vocabulario.

2 años a 2 años 6 meses


Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



4



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 1 mes tu hija(o) ya sabe seguir instrucciones simples.
- Usa tres o más palabras en frases para comunicarse.
- Expresa sus sentimientos y deseos.
- Usa objetos para representar a otros objetos.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Tiene dificultades para prestar atención.
- Memoriza rimas pequeñas.
- Puede unirse a un grupo para cantar.
- Comienza a pensar las cosas antes de actuar.
- Tiene dificultad para tomar decisiones, pero quiere tomar las propias para sentirse más independiente.
- Le gusta imitar el comportamiento de los adultos y de los que la(o) rodean.

Consejos para la crianza



- Pídele ayuda tu hija(o) para realizar tareas del hogar, enséñale a que recoja sus juguetes, su cuarto, entre otras cosas para que aprenda a ser ordenada(o).
- Enséñalo a vestirse, usar ropa limpia y siempre acorde a su edad, respetando su infancia.
- Enséñale a lavarse los dientes frente a un espejo y luego dale el cepillo para que lo haga sola(o). De todas maneras, es importante que adquiera la costumbre de cepillarse los dientes para lograr una buena higiene.

2 años a 2 años 6 meses

Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



5



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 1 mes tu hija(o) perfecciona todas las habilidades adquiridas hasta hoy: caminar, saltar, correr, subir o bajar escaleras y bailar.
- También puede mantener el equilibrio en un solo pie durante varios segundos.
- Toma los objetos con facilidad por lo que ya puede poner un objeto sobre otro, armando torres.
- Puede conversar con mayor fluidez con las personas que conoce.
- Sabe decir su nombre.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Empiezan las preguntas del porqué de las cosas.
- Su memoria se está desarrollando. Por eso en esta etapa es importante que le respondas a todas sus preguntas, ya que de esta forma puedes establecer reglas.
- Se entretiene saltando en el mismo lugar, empuja y arrastra sus juguetes cuando camina.
- Es capaz de pasar las páginas de un libro, mirarlo y sostenerlo por un rato.
- Dibuja líneas y hace otras pequeñas marcas en un papel.

Consejos para la crianza



- Enséñale a tu hija(o) a lavarse las manos y los dientes sola(o), y a ordenar sus cosas.
- Recuerda que las(os) niñas(os) necesitan que les repitan varias veces las cosas, así que ten paciencia.
- Para volver más didáctica la actividad, puedes decirle que lleve sus juguetes al canasto o contenedor saltando o corriendo, esto le ayudará a divertirse y a entender el orden de las cosas.
- Deja que te ayude a cocinar con tareas simples como mezclar, espolvorear, amasar, etc., siempre cuidando que no haya nada peligroso a su alcance, la cocina puede ser como un juego para tu pequeña(o).

2 años a 2 años 6 meses


**Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



6



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 1 mes tu hija(o) puede intentar dar la vuelta hacia delante o saltar desde la altura de un banco.
- Le gusta trepar, subir y bajar por toboganes.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Logra subir las escaleras, pero todavía se le dificulta un poco bajar los escalones.
- También, ha desarrollado el movimiento entre el talón y los dedos del pie que los adultos suelen hacer.
- Habla claramente la mayor parte del tiempo.
- La mayoría de las(os) niñas(os) tienen mucha energía. Moverse la(o) ayudará a que incremente su fuerza y aumente su coordinación.
- Cada día mejora su habilidad para saltar, lanzar una pelota, cepillarse los dientes sin ayuda, lavarse y secarse las manos.

Consejos para la crianza



- Muestra a tu hija(o) cómo saltar en un solo lugar y ayúdala a que ella/él lo haga.
- Intenta dar a tu hija(o) la posibilidad de salir a correr fuera de todos los días.
- Dale libros para que los hojee, esto le ayudará a su coordinación fina.
- Enséñale a abrir botellas de plástico con tapa de rosca.
- Muéstrale objetos ligeros y pesados para que compare su peso.

2 años a 2 años 6 meses


Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



7



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 2 meses tu hija(o) empezará a tener cierta rebeldía, por lo que se te recomienda hablar con ella/él sobre sus malos actos, para que comience a realizar ciertos cambios.
- Te percibe de forma diferente, ya que se ha vuelto más independiente, pero aún formas parte de ella/él.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Sonríele y háblale en tono expresivo y suave.
- Favorece que tu hija(o) se vista y desvista, se quite sola(o) los calcetines y los zapatos que no tengan cintas, pues no se las puede desatar, comienza a interesarse por abotonarse y desabotonarse la ropa.
- El control de esfínteres es un proceso complejo que lleva tiempo. Es probable que por un tiempo tengan accidentes o retrocesos ante cambios importantes, como por ejemplo la llegada de una hermana(o).
- Puede nombrar los personajes del cuento y cantar las canciones infantiles.

Consejos para la crianza



- Indícale a tu hija(o) tu sentir y muéstrale manifestaciones de afecto y cercanía.
- Acomoda un objeto en el piso y haz que la niña(o) trate de saltarlo, ayúdale si es necesario.
- Como padres es fundamental guiarlos durante el proceso de ir al baño, sin enojarse si se ensucian o si se orinan fuera del inodoro o en la cama. Aplaudes sus esfuerzos para motivarla(o) positivamente, hasta que llegue el momento en que finalmente lo logre.
- Enséñale normas de cortesía para aplicarlas en diferentes situaciones.

2 años a 2 años 6 meses

Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN



8



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 2 meses, tu hija(o) ya usa un lenguaje más amplio, puede estar usando correctamente más de 20 o 30 palabras, aunque no todas ellas tienen un significado completamente claro.
- Cada día da pasos más firmes y seguros. Es importante que la(o) animes a hacer suficiente actividad física para su adecuado crecimiento.
- Ya se quita los zapatos sola(o) y puede sostener una taza con una sola mano.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- La alimentación debe incluir mayor cantidad de alimentos.
- Paulatinamente tu hija(o) va tomando un ritmo constante al caminar.
- Ha mejorado su coordinación, ya no se tambalea tanto, incluso en ocasiones se para en un pie por períodos cortos sin problema.

Consejos para la crianza



- Favorece la realización de diferentes actividades físicas que suelen hacer los bebés como gatear, correr o jugar a la pelota, pero aún debes de tener cuidado que no ocurra algún incidente.
- Procura que tu hija(o) corra fuera de casa, así lograrás que esté menos impaciente y nerviosa(o), y que duerma mejor por las noches.

2 años a 2 años 6 meses



9



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 2 meses, tu hija(o) va a seguir creciendo, aunque su cabeza lo hace más despacio. Sus piernas y torso comienzan a alargarse, haciendo que las proporciones de su cuerpo se parezcan más a las de un adulto.
- Puede que ahora coma menos, pero sigue dándole comidas nutritivas.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Debes insistir en los límites, sobre todo en acciones que puedan alterar sus desarrollo y salud.
- Muestra empatía, es decir, trata de ponerte en su lugar y toma en cuenta su punto de vista esto ayuda mucho, ya que la visión de tu hija(o) aún es poca ante las experiencias de la vida, y es necesario mostrar con calma todas las opciones que les puedes dar ante una situación, acción, conflicto, entre otras.

Consejos para la crianza



- Pasea con ella/él en diversos lugares y con diferentes personas, para favorecer la socialización.
- Dale oportunidad para jugar con masa de manera libre, por ejemplo, a crear formas: animales, estrellas, casas, etc. Así tu hija(o) desarrolla su motricidad fina. Una vez hechas unas cuantas figuras, podrá inventar una historia con todas ellas y representarla.
- Estimula su memoria, puedes contarle un cuento y pedirle que te lo repita o enseñarle la letra de alguna canción para cantarla juntos.

2 años a 2 años 6 meses


**Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



10



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 2 meses tu hija(o) puede caminar de puntitas con ayuda o sola(o).
- Camina sobre una línea recta llevando un objeto ligero en las manos.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Si tu hija(o) no desea comer, es importante que respetes esa decisión.
- Sólo intenta establecer el horario de las comidas y evita darle otros alimentos antes de sentarse a comer la comida principal. Es importante también que establezcas las reglas en la mesa. Por ejemplo, no arrojar la comida al piso o no jugar con ella.

Consejos para la crianza



- Anima a tu hija(o) a elegir sus juguetes o juegos, esto le ayudará a aprender a tomar decisiones.
- Comprende el mundo desde la visión de las necesidades de ella/él.
- Evita endulzar o salar demasiado su comida, no permitas que coma entre horas y en especial golosinas, pues es muy frecuente la aparición de caries.

2 años a 2 años 6 meses


Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



11



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 2 meses tu hija(o) puede actuar de manera “egoísta”
- Maneja objetos pequeños con facilidad.
- Salta hacia adelante con los pies juntos.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- A medida que tu hija(o) crece es importante ir estableciendo horarios de alimentación y sueño.
- Establecer horarios de alimentación y sueño no es una molestia a su libertad, sino que lo cuida y genera la estabilidad necesaria para su crecimiento.
- Tiene mayor capacidad en el control de sus movimientos.

Consejos para la crianza



- Enséñale a tener cuidado en las calles.
- Convive con otras(os) niñas(os), motívala(o) a que establezca una conversación con ellas(os).
- Desarrolla en tu hija(o), la percepción del día y la noche mediante la observación de los elementos naturales como el sol, la luna y las estrellas.

2 años a 2 años 6 meses


**Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



12



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 3 meses tu hija(o) ya corre, salta, camina, experimenta el equilibrio, baila con un adulto. Puede sentirse sorprendida(o) y asustada(o) si se cae, aunque no necesariamente se lastime.
- Tu hijo(a) explora, por lo que aumenta la necesidad de dar significado a las cosas, es decir aumenta su vocabulario, acompañado de una gran riqueza gestual.
- Es capaz de entender órdenes sencillas.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- A tu hija(o) le va a gustar más que lo llames por su nombre y no que le sigas diciendo bebé. Trata de evitar los apodosos o sobrenombres, incluyendo decirle bebé y por supuesto los diminutivos, ella/él se va a sentir mejor (claro que, si lo acostumbraste a decirle alguna palabra cariñosa, la puedes seguir usando, pero sin olvidar que ese no es su nombre).
- Ayúdale a adquirir confianza y seguridad en sí misma(o). Es determinante para desarrollar la capacidad afectiva, el cariño por los demás y la gratitud.
- Remeda a las personas, seres y objetos que conoce.
- Se reconoce al verse en el espejo.
- Emplea una palabra cuando necesita ir al baño.

Consejos para la crianza



- Enseña a tu hija(o) cada parte de su cuerpo, empezando por la cabeza, siguiendo por la cara y brazos, hasta llegar a los pies. Haz que tu niña(o) vaya señalando con su dedo en cada repetición.
- Invítalo a soplar burbujas. El soplado de burbujas ayuda a coordinar sus labios, mejillas y mandíbula con flujo de aire.
- Pide a tu hija(o) que elija un juguete, su ropa o alimentos, lo ayuda a diferenciarse como persona y continuar construyendo de manera más tangible su forma de ser.

2 años a 2 años 6 meses


Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



13



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 3 meses tu hija(o) descubrirá que sus piernas la(o) ayudarán a moverse de lugar de forma muy divertida.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Podrá memorizar rimas o partes de canciones simples.
- Aprende observando lo que le rodea y fija estos conocimientos adquiridos mediante la interacción con su juego.
- Es capaz de generar imágenes mentales y desarrollará su imaginación de una forma increíble, de pronto una uva será un coche a la hora de comer.

Consejos para la crianza



- Enséñale a tu hija(o) canciones, léele cuentos, leyendas, fábulas cortas, libros y repítele algunas palabras para que pueda ir reteniendo poco a poco esa información.
- Tu hija(o) imita diálogos especialmente por teléfono, incluso es posible que le pidas que te pase el teléfono cuando estás hablando con alguien, aunque luego no digas nada, debes de realizar juegos que le ayuden a estimular el habla, ya sea que hables con ella/él a través de un teléfono de juguete, pero sin olvidar que ya es capaz de entender y utilizar el “sí” y el “no”.
- Juega con él/ella a cocinar, a apilar cosas, a hacer una casa u otros juegos que lo ayudaran a desarrollar su habilidad motriz.

2 años a 2 años 6 meses


**Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



14



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años y 3 meses tu hija(o) garabatea espontáneamente.
- Gira un recipiente para verter el contenido.
- Construye torres de cuatro bloques o más.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Podría usar una mano con más frecuencia que la otra.
- Apunta a un objeto o imagen cuando se lo mencionan.
- Reconoce los nombres de las personas, objetos y partes del cuerpo con los que está familiarizada(o).
- Dice varias palabras individuales (aproximadamente entre quince a dieciocho meses).

Consejos para la crianza



- Explícale cada límite o experiencia que va experimentando, habla con ella/él ya que es determinante para su sana educación.
- Debes ser firme, pero a la vez tratarla(o) con amor, así tu hija(o) poco a poco se irá adaptando y creciendo acorde a su edad.
- No son recomendables los remedios caseros para las(os) niñas(os), sobre todo las(os) más pequeñas(os). La realidad es que, lejos de aportar algún beneficio, pueden ser perjudiciales para ellas(os).

2 años a 2 años 6 meses

Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



15



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 3 meses, el cerebro de tu hija(o) toda no está suficientemente desarrollado para razonar contigo y todavía reacciona de manera muy emocional a las cosas, sin embargo, sigue creciendo de manera muy rápida.
- Es capaz de jugar junto con otras(os) niñas(os) sin sentirse incómoda(o), interactúa con ellas(os), pero se le dificulta compartir, así que dale tiempo.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Inicia el juego de imitación; puede hacerlo jugando a la tienda, a comer, o bañarse, etc.
- Su memoria y su atención continúan aumentando, pero aún le cuesta concentrarse en una tarea concreta por más de 10 minutos.

Consejos para la crianza



- Se ven tantos cambios en tu hija(o) en estos meses porque el cerebro crece más rápidamente durante los primeros años de vida. Cada niña(o) es única(o) y diferente, cada una(o) aprende a su ritmo; unas(os) más rápido que otras(os). Muchas(os) tienen problemas ante los cambios repentinos, trata de darle tiempo para adaptarse a las nuevas personas y lugares. Habla con ella/él todo el tiempo, incluso antes de que la niña(o) comience a hablar, esto ayudará en su aprendizaje.
- Intenta empatizar con ella/él, dedícale un rato diario de juego juntos y haz las actividades que le resulten complicadas de un modo más divertido.

2 años a 2 años 6 meses


**Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



16



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 4 meses tu hija(o) está desarrollando la capacidad de demostrar un sentido de confianza en quienes la(o) cuidan, se nota más empática(o) y se siente cómoda(o) con algunas personas.
- No esperes que tu hija(o) se comporte perfectamente todo el tiempo, ya que los berrinches son su forma de mostrar su frustración por algo que no puede hacer ni pensar.
- Su memoria y su capacidad de aprendizaje se han desarrollado hasta el punto de que ya es capaz de reconocer los colores, nombrar las diferentes partes del cuerpo o identificar a las personas por su nombre.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Es importante que comprendas que jugar no es una pérdida de tiempo sino todo lo contrario, enséñale a respetar y compartir siempre que sea posible.
- Es más independiente en actividades de habilidades para la vida diaria.
- Se enoja mucho con ustedes (sus padres) o cuidadores si tratan de ayudarla(o) a hacer cosas que quiere hacer por sí sola(o).
- A través del juego explora el medio que lo rodea, su imaginación es cada vez más grande y aprende a convivir con los demás.

Consejos para la crianza



- Ayuda a tu hija(o) a controlar sus acciones, ya que a esta edad hay bastantes empujones, gritos y berrinches.
- Si le ayudas a comprender el porqué de las reglas le será más fácil seguirlas.
- Explícale que hay algunas cosas que se hacen para estar seguros, como dar la mano al cruzar la calle o ponerse el cinturón de seguridad.
- Mantén las reglas razonables, claras, consistentes y en paciencia mientras aprende a seguirlas.

2 años a 2 años 6 meses

Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**

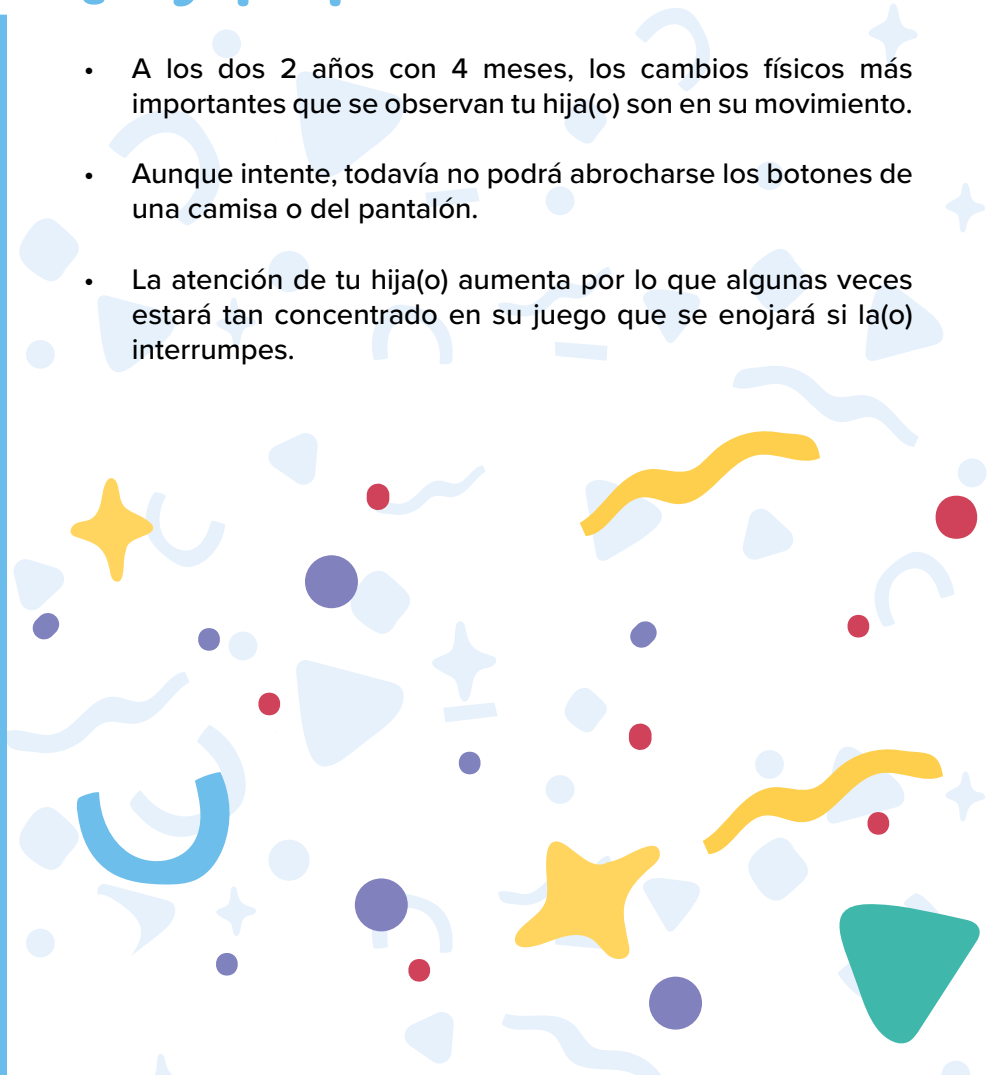


17



¿Hoy qué pasa?

- A los dos 2 años con 4 meses, los cambios físicos más importantes que se observan en tu hija(o) son en su movimiento.
- Aunque intente, todavía no podrá abrocharse los botones de una camisa o del pantalón.
- La atención de tu hija(o) aumenta por lo que algunas veces estará tan concentrado en su juego que se enojará si la(o) interrumpes.



2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Debes preocuparte de si los alimentos que le gusta comer son saludables, aunque debes intentar que pruebe otros, sobre todo si lo que come no son muy nutritivos. Si este es el caso, se te recomienda mezclar en los alimentos que ya come, alimentos más sanos y que no tengan tanto sabor como: yogur natural, germen de trigo, queso, crema, hojas de espinacas procesadas, etc.
- Estimula a tu hija(o) para lograr el máximo desarrollo de sus capacidades físicas, emocionales y sociales.
- Genera un ambiente de motivación para que se vaya familiarizando con el exterior y despierte sus sentidos.

Consejos para la crianza



- Su conducta es más creativa, generalmente se interesará mucho más en la creación que en el orden. No te desesperes, piensa que tu hija(o) no sabe qué es el orden y por eso debes enseñarle cómo hacerlo. Cada vez que termine de jugar, dibujar, etc., enséñale a guardar los lápices y los crayones, o lo que haya sacado.
- Es interesante observar cómo aumenta su capacidad de concentración y atención. Suele ser la época en que comienzan a ver películas infantiles, puede repetirlas varias veces el mismo día, así que no te desesperes y déjala(o) verlas las veces que quiera.



2 años a 2 años 6 meses


Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 4 meses tu hija(o) puede que sea capaz de controlar sus acciones, pero no siempre sus emociones.
- Puede que tu hija(o) comience a decir algunas sílabas para pedirte lo que quiere

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Es importante que el momento de la comida o la cena, sea un encuentro familiar de comunicación.
- Debes dar el ejemplo de los primeros hábitos.
- El juego es la actividad propia de las(os) niñas(os), así es la manera que tienen de conocer el mundo.

Consejos para la crianza



- Platica con ella/él acerca de todo lo que hace, piensa, siente, lo que le gusta o disgusta.



2 años a 2 años 6 meses


**Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**

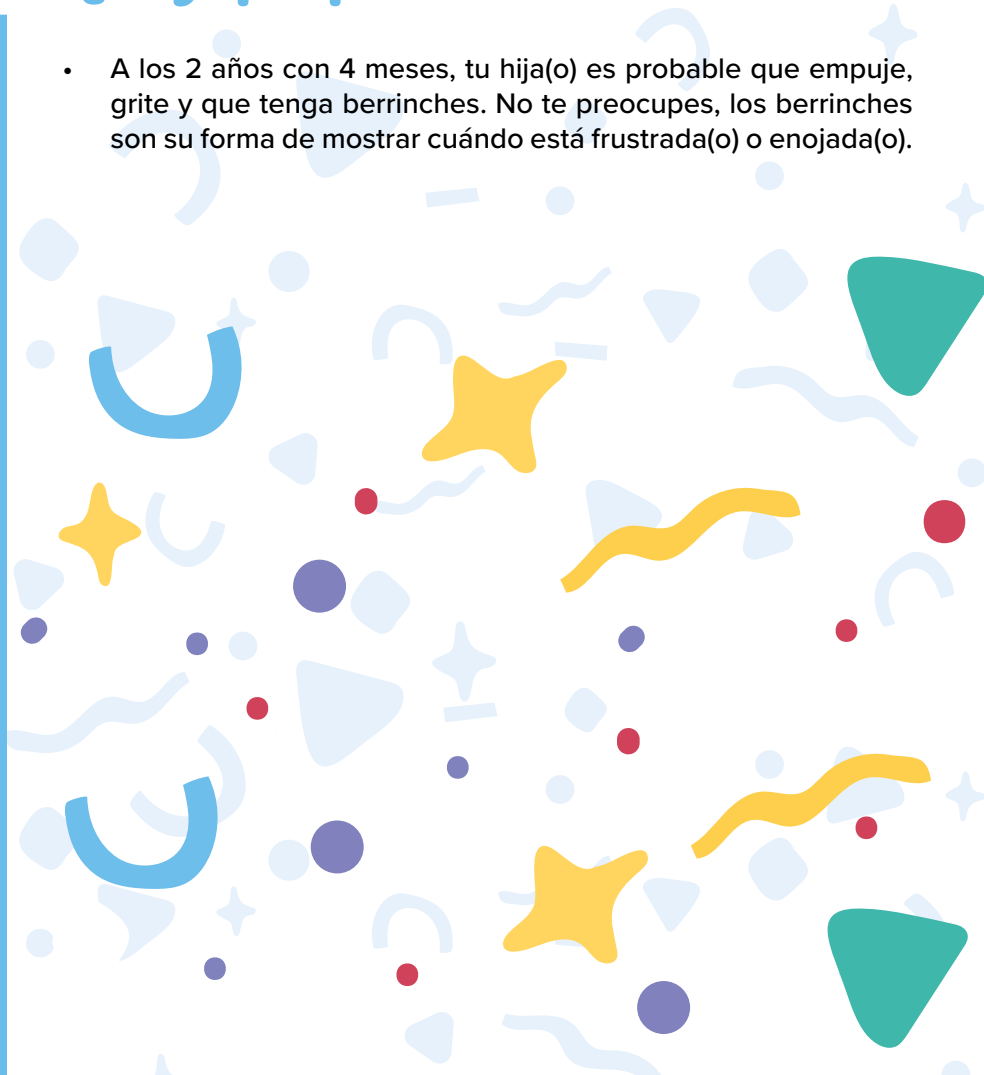


19



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 4 meses, tu hija(o) es probable que empuje, grite y que tenga berrinches. No te preocupes, los berrinches son su forma de mostrar cuándo está frustrada(o) o enojada(o).



2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Tu hija(o) puede tener cuidado para tomar objetos, sostener su vaso con una sola mano, tomar el lápiz con mayor perfección o ponerse los zapatos sola(o).
- Es importante para la estimulación del lenguaje que le repitas correctamente la frase o las palabras que tu hija(o) quiere expresar, en una oración con sentido.

Consejos para la crianza



- Su memoria y su capacidad de aprendizaje se han desarrollado hasta el punto de que ya es capaz de reconocer los colores, nombres de las diferentes partes del cuerpo o identificar a las personas por su nombre, por lo que debes de seguir reforzando para que vaya adquiriendo más aprendizajes.

2 años a 2 años 6 meses



20



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años co 5 meses, tu hija(o) es capaz de saltar en un sitio con ambos pies.
- Camina hacia atrás.
- Baja las escaleras con ayuda.
- Construye torres con bloques.
- Pasa las páginas de un libro de una en una.
- Come sola(o) sin tirar la comida.
- Con sus dos manos puede servir agua en un vaso.
- Al desvestirse puede ya quitarse sola(o) los pantalones.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Tu hija(o) continuará preguntando el porqué de las cosas, su memoria se está desarrollando, tu explicación debe ser precisa y concreta por eso intenta no responder porque sí o porque no.
- Puede recordar perfectamente las reglas básicas de seguridad, como tomar tu mano al cruzar la calle o no acercarse al horno encendido.
- Le gusta ver libros de cuentos y revistas. Así enriquece su vocabulario al preguntar por el significado de las imágenes.
- Les gusta jugar con las palabras.

Consejos para la crianza



- Invita a tu hija(o) que exprese sus sentimientos y sus conflictos.
- Juega constantemente con ella/él, ya que tiene una importante labor social al propiciar la convivencia y la interacción entre humanos.
- Es importante que continúe el control de esfínteres. Aunque ya identifica el uso del sanitario.

2 años a 2 años 6 meses

Los
**PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



21



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 5 meses, tu hija(o) aprende cada vez mejor a comunicarse. Es un proceso que irá perfeccionado con el tiempo, pero, por ahora, expresará sus necesidades, llorando, balbuceando, quejándose y haciendo otros sonidos.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- Favorece el consumo de frutas, verduras, cereales y carnes blancas. No le des postres elaborados, frituras, azúcar, sal ni condimentos.
- La hora de comida debe ser para eso, no un lugar de juegos ni un campo de batalla. No es recomendable relacionar la comida como premio o castigo. Si no quiere comer, no la(o) obligues, pero tampoco le des algo antes de la siguiente comida. Una buena técnica para que quieran comer es hacer los platos entretenidos, con colores y/o figuras, que participen en su preparación y hacerlos creer que pudieron elegir qué comer.

Consejos para la crianza



- Favorece en tu hija(o) el ejercicio y el juego libre: todos los(as) niños(as) deben jugar y hacer ejercicio diariamente. Lo mejor es que jueguen al aire libre y corran mucho.
- Es mejor emplear alimentos locales y de temporada, pues hay una clara relación entre la alimentación y el cuidado del medio ambiente.

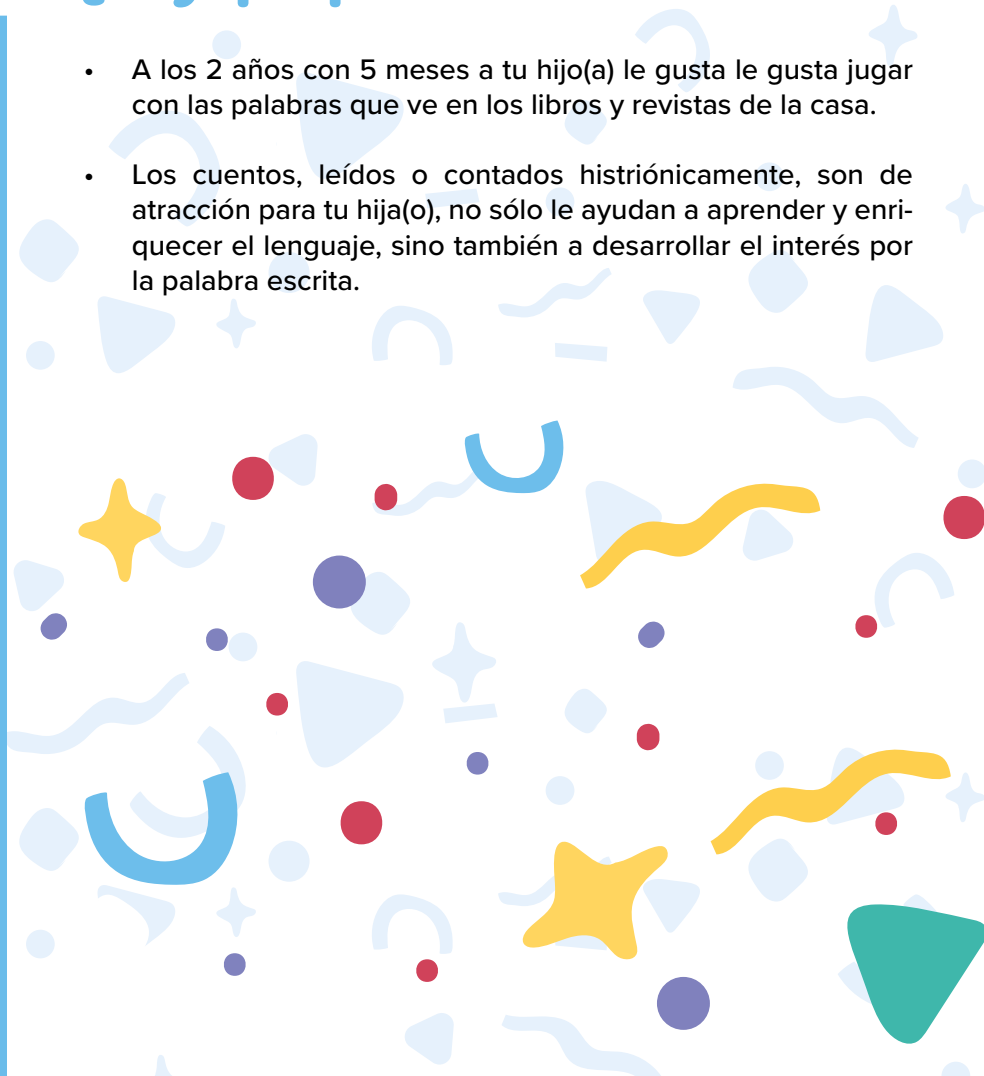


2 años a 2 años 6 meses



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 5 meses a tu hijo(a) le gusta le gusta jugar con las palabras que ve en los libros y revistas de la casa.
- Los cuentos, leídos o contados histriónicamente, son de atracción para tu hija(o), no sólo le ayudan a aprender y enriquecer el lenguaje, sino también a desarrollar el interés por la palabra escrita.



2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- El aumento de peso oscila entre 500 gramos cada dos meses, como máximo.
- La vacunación debe ser controlada por el médico.

Consejos para la crianza



- Procura que tu hija(o) se vista o desvista sola(o).
- Haz que imite las palabras o frases más complicadas, para que poco a poco aprenda de tu ejemplo, ten cuidado en todo lo que haces ya que ella/él lo irá repitiendo.
- Felicita a tu hija(o) cada vez que logre algo nuevo, es importante reforzar su autoestima.



2 años a 2 años 6 meses


**Los
PRIMEROS
AÑOS IMPORTAN**



¿Hoy qué pasa?

- A los 2 años con 5 meses, tu hija(o) puede usar ya al menos 50 palabras, construye frases simples de dos palabras y puede realizar una orden que requiera dos pasos como: “Por favor”, “lávate las manos y ven a comer”.
- Es posible que la mitad del tiempo entienda lo que le dices, pero tampoco esperes que todo lo que diga tenga sentido hasta los 4 años.

2 años a 2 años 6 meses



¿Qué es lo más importante?

- A medida que crece y se muestra más consciente de lo que otras(os) piensan y sienten, estará más interesada(o) en jugar con otras(os) niñas(os).
- Sus músculos están creciendo y por lo tanto está más activa(o) que antes.
- Puede lanzar la pelota y patearla hacia delante con gran facilidad.
- Este es el momento para realizar esos pasatiempos que tanto le agradan, como leer, cantar, hacer un poco de ejercicio e incluso arreglos en su casa.

Consejos para la crianza



- Puede que tu hija(o) haya comenzado a controlar sus esfínteres, pero aun así pueden ocurrir accidentes durante la noche. No te preocupes y nunca lo retes, recuerda que aún está en plena etapa de aprendizaje. Si tu hija(o) suele tener estos accidentes, toma las preocupaciones preparando lo necesario para cambiarla(o) rápidamente.
- Deja que empiece a escoger por sí misma(o) su ropa y enséñale como vestirse y desvestirse.
- Cuando tu hija(o) no pueda dormir, acaríciala(o), bésala(o) y háblale.