



Tener un bebé es muy emocionante, así sea tu primer o cuarto hijo. Pero no siempre es fácil. Si tu bebé nació más de tres semanas antes de lo previsto, es posible que tengas mayor cantidad de inquietudes sobre su desarrollo que aquellos padres cuyo bebé nació a tiempo.

Escribimos este folleto para ayudarte a entender cómo se desarrollará tu hijo(a). Hemos hecho una lista de los hitos, o logros, en el desarrollo, que son importantes durante el crecimiento de un niño, de tal modo que sepas qué esperar en cada edad. Por ejemplo, algunos logros típicos en el desarrollo de un bebé son "hacer contacto visual y sonreír", así como "darse la vuelta de boca abajo a boca arriba".

Debes tener en cuenta que el desarrollo no es una carrera. Los bebés se desarrollan a su propio ritmo y a su propio modo. Algunos niños no alcanzan todos los hitos en el desarrollo al momento esperado. *Esto se da particularmente en el caso de los bebés prematuros.*

Una guía de apoyo para ti y tu bebé prematuro

Hitos en el desarrollo de los bebés prematuros

Ajusta la edad de tu bebé para tener una noción acertada del punto de desarrollo en el que debe estar.

Qué debes hacer: Si tu bebé tiene 14 semanas de edad pero nació 6 semanas antes del tiempo previsto, réstale 6 a 14. Usa esta *edad ajustada* al consultar las secciones de hitos en el desarrollo.

Hacia los 2 años de edad, la mayoría de los niños estarán al día con respecto a su rango normal y ya no tendrás que hacer este cálculo. Si tu hijo no está al día, es posible que necesite apoyo adicional por un período de tiempo más largo.

Monitorea el progreso. Lo más importante es estar pendiente de que tu hijo(a) avance en su desarrollo. Por ejemplo, tu bebé debería avanzar de levantarse a sí mismo, a pararse y luego a caminar. Recuerda que los niños alcanzan nuevos hitos en el desarrollo a distintas edades.

Tú conocerás a tu propio hijo mejor que nadie. Cuando lo mires con detenimiento, notarás indicios de que está creciendo bien.

También notarás si necesita más ayuda. Recuerda: no tienes que hacerlo todo por tu cuenta. Hay médicos, maestros y otras personas que te pueden ayudar y dar información. Confiamos en que este folleto sea un buen punto de partida.





Guía sobre los hitos en el desarrollo de un niño

La siguiente información muestra el desarrollo típico de los niños pequeños. Es importante que uses la *edad ajustada* de tu hijo al seguir su desarrollo. Así que si tu bebé tiene 21 semanas de edad, pero nació 5 semanas antes de lo previsto, su *edad ajustada* es 16 semanas (ó 4 meses). Esto significa que debes consultar los hitos en el desarrollo que aparecen en la sección "A los 4 meses de edad (16 semanas)" para saber qué debería estar haciendo tu hijo a esta edad.

Usa esta información como guía para seguir los avances de tu hijo.

A los 2 meses de edad (8 semanas)

Desarrollo motor

- mueve las manos y las piernas activamente
- mantiene las manos abiertas la mayor parte del tiempo
- levanta la cabeza y el pecho cuando está acostado sobre el abdomen
- controla el peso de su cabeza un poco, pero tal vez aún necesite apoyo
- sostiene objetos con las manos

Lenguaje

- responde a sonidos (por ejemplo, voltea la cabeza cuando oye voces y ruidos)
- hace gorjeos como "aaaah" y "uuuuh"
- llora cuando necesita algo

Actividades

- fija la mirada en una persona u objeto (un móvil, por ejemplo) y sigue su movimiento
- tiene diferentes llantos para expresar diferentes necesidades

Social/Emocional

- establece contacto visual y sonríe
- reconoce a ciertas personas, como la madre o la niñera, y goza de la interacción



A los 4 meses de edad (16 semanas)

Desarrollo motor

- junta las manos o se lleva las manos a la boca
- levanta la cabeza y sostiene la parte superior del cuerpo con los brazos cuando está acostado boca abajo
- trata de alcanzar objetos
- se da la vuelta o hace movimientos de gateo cuando está acostado boca abajo

Lenguaje

- voltea la cabeza al escuchar voces familiares
- ríe y da grititos
- combina sonidos con mayor frecuencia (por ejemplo, "aaah-uuuh", "gaaa-guu")

Actividades

- alcanza y agarra objetos con mayor frecuencia
- se lleva los objetos a la boca
- aumenta la actividad al ver un juguete

Social/Emocional

- cada vez interactúa más y demuestra estar más a gusto con sus padres y niñeras
- demuestra interés en los espejos, sonríe y es juguetón
- es capaz de consolarse a sí mismo

A los 6 meses de edad

Desarrollo motor

- empuja hacia abajo con las piernas cuando se le sostiene de pie up
- se sienta por sí mismo
- golpea y sacude los objetos
- se pasa un objeto de una mano a otra
- sostiene dos objetos a la vez, uno en cada mano
- se da la vuelta estando boca abajo y viceversa

Lenguaje

- reacciona al escuchar su nombre, voltea la cabeza y mira a quien lo llama
- balbucea, haciendo sonidos como "da", "ga", "ba" y "ca"

Actividades

- se fija en lo que los juguetes pueden hacer (por ejemplo, si tienen música o se iluminan)
- dirige la mirada a objetos que están fuera de su campo visual

Social/Emocional

- se hace más consciente de todo lo que le rodea
- nota si sus padres están presentes (o no)
- reacciona de manera diferente en presencia de desconocidos
- expresa emoción, alegría y descontento





*Hasta los 2 años de edad,
ajusta la edad de tu hijo de tal
modo que su crecimiento y
avances tengan en cuenta
el hecho de que
fue prematuro.*

9
meses

A los 9 meses de edad

Desarrollo motor

- recoge objetos pequeños con el pulgar y otro dedo
- se desplaza con mayor facilidad (gatea, anda sosteniéndose en los muebles, camina cuando se le lleva de la mano)
- empuja hacia abajo con las piernas para pararse

Lenguaje

- reconoce palabras familiares (su nombre y frases tales como "¡a bañarte!" y "nos vamos")
- balbucea palabras combinando vocales y consonantes (por ejemplo "papá", "mamá", "nené")
- limita sonidos y movimientos

Actividades

- explora los objetos con detenimiento (los voltea, mete las manos por las aberturas del objeto)
- participa más activamente de su alimentación (trata de sostener el biberón o sostiene alimentos que se comen con las manos)
- se resiste a que le quiten un juguete

Social/Emocional

- juega a taparse y destaparse la cara y aplaude de emoción
- puede mostrarse ansioso ante las personas desconocidas

12
meses

A los 12 meses (un año de edad)

Desarrollo motor

- se para sin ayuda
- da sus primeros pasos
- pasa las páginas de un libro, varias a la vez
- coloca objetos pequeños en un recipiente

Lenguaje

- combina movimientos con sonidos (alcanza un objeto y dice algo a la vez)
- hace una pausa o se detiene cuando se le pide que no haga algo
- asocia las palabras "mamá" o "papá" con sus padres
- emplea una palabra una y otra vez
- enmaga un objeto cuando alguien se lo pide

Actividades

- mejora su habilidad para alimentarse a sí mismo (intenta beber de un vaso)
- ayuda a vestirse

Social/Emocional

- prefiere estar con sus padres y niñeras
- juega con otros niños

A los 15 meses (1 año y un cuarto)

Desarrollo motor

- camina sin ayuda
- se sube a las sillas y otros muebles

Lenguaje

- usa dos palabras además de "mamá" y "papá"
- pide algo de comer o de beber mediante sonidos o palabras
- demuestra lo que quiere señalando, jalando la ropa de alguien o haciendo un gruñido

Actividades

- se alimenta a sí mismo con una cuchara, insistiendo a menudo en comer por sí mismo

Social/Emocional

- da besos
- saluda a las personas con un "hola"
- presta atención a un cuento



*Concéntrate en los
puntos fuertes
de tu hijo.*

Pregúntale al médico sobre la "intervención temprana", un cuidado adicional que reciben algunos niños para fomentar su desarrollo.

A los 18 meses de edad (1 año y medio)

Desarrollo motor

- hace garabatos
- camina sin ayuda y a veces puede correr
- pateo una pelota hacia adelante
- arrastra un juguete por el piso

Lenguaje

- sigue instrucciones sencillas, como "dáselo a papá"
- cada vez dice más palabras simples (por lo menos de 5 a 10)
- sabe señalarse la nariz, la boca, los ojos, las orejas, las manos y los pies

Actividades

- le gusta alimentarse a sí mismo, aunque riega lo que come
- sabe cómo funcionan los objetos en un juego "de simulación" (darle de comer a un muñeco, verter té en una taza, cepillarse el pelo)

Social/Emocional

- a veces dice "no" cuando alguien interfiere con lo que hace
- se puede separar de los padres con más facilidad, pero se pone contento cuando los vuelve a ver

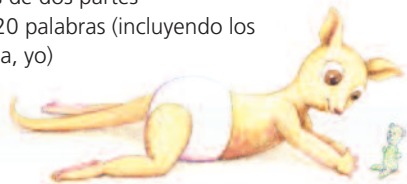
A los 24 – 30 meses de edad (2 a 2 años y medio)

Desarrollo motor

- hace garabatos con movimientos circulares y puede hacer líneas verticales
- corre bien y se cae muy poco
- sube y baja las escaleras sin ayuda
- se para en un solo pie sin apoyo
- pasa las páginas de un libro, una a la vez

Lenguaje

- habla con oraciones de 2 a 3 palabras
- sigue instrucciones de dos partes
- usa por lo menos 20 palabras (incluyendo los pronombres, él, ella, yo)



18
meses



24
meses

Actividades

- "lee" libros pasando las páginas y mirando los dibujos
- abre una puerta, dándole la vuelta a la perilla
- se lava y se seca las manos
- se alimenta a sí mismo regando muy poco

Social/Emocional

- ayuda en quehaceres domésticos sencillos
- usualmente reacciona a quien le corrige y detiene la conducta

A los 2 años y medio – 3 años de edad

Desarrollo motor

- pedalea un triciclo
- recorta con tijeras pequeñas
- dibuja o copia un círculo completo
- salta en un mismo lugar, se balancea en un pie

3
años

Lenguaje

- habla claramente (se entiende lo que dice la mayor parte del tiempo)
- entiende la noción de preposiciones como "en", "encima", "debajo", "detrás"
- combina oraciones usando y, o, pero

Actividades cotidianas

- Sabe ir al baño, y se lava la cara y las manos
- Se viste con ayuda

Social/Emocional

- da instrucciones a otros niños
- desempeña un papel en juegos de simulación (hacer de mamá, papá, maestro)

A los 3 años y medio de edad

Desarrollo motor

- salta brevemente en un pie
- usa las tijeras para recortar papel

3½
años y medio

Lenguaje

- identifica 4 colores correctamente
- sabe el concepto de tamaño, forma y cantidad
- cuenta hasta 5 o más objetos cuando se le pregunta "¿cuántos hay?"

Actividades

- se lava la cara sin ayuda
- se viste y se desviste sin ayuda, excepto para amarrarse los cordones de los zapatos

Social/Emocional

- juega de modo cooperativo con pocos conflictos y supervisión
- el juego de simulación está bien desarrollado

A los 4 años de edad

Motor

- salta en un pie repetidamente por unos cuantos segundos
- da brincos o corre y salta a lo ancho
- hace dibujos que se pueden reconocer
- dibuja a una persona con 3 partes por lo menos (cabeza, ojos, nariz)

4
años

Lenguaje

- sigue una serie de 3 instrucciones sencillas
- lee unas cuantas letras
- habla con oraciones completas y se entiende bien lo que dice
- establece una conversación y cuenta sucesos de la vida diaria

Actividades

- abotona uno o más botones
- suele mirar a ambos lados antes de cruzar la calle

Social/Emocional

- protege a los niños más pequeños
- sigue reglas sencillas en juegos de mesa o de cartas

A los 5 años de edad

Desarrollo motor

- se mece en un columpio por sí mismo
- sabe escribir su nombre



Lenguaje

- da el significado de palabras familiares
- Reconoce la mayoría de las letras del alfabeto

Actividades

- usa el inodoro sin ayuda

Social/Emocional

- muestra liderazgo entre otros niños
- juega a disfrazarse y simular ser alguien más



*Considera a tu médico un socio.
Comunícale cualquier inquietud o
preocupación que tengas.*

Todos los bebés balbucean antes de decir palabras reales.

Todos los bebés intentan levantarse empujando hacia abajo antes de empezar a caminar. Es un hecho que los bebés siguen este patrón de desarrollo. Sin embargo, cada bebé puede alcanzar estas etapas de distintos modos y en diferentes momentos. Esto ocurre *particularmente* si el bebé fue prematuro. Dedicar un rato a pensar en el desarrollo de tu bebé y a contestar las siguientes preguntas. Tus respuestas te ayudarán a entender mejor a tu bebé y a saber cómo está creciendo.

- ¿De qué modo le gusta a mi bebé comunicarse? ¿Cómo me hace saber lo que está pensando y sintiendo?
- ¿De qué modo le gusta a mi bebé explorar el uso de su propio cuerpo? ¿Prefiere usar los dedos y las manos (músculos pequeños)? ¿Prefiere usar los brazos y las piernas (músculos grandes)?
- ¿Cómo responde mi bebé a situaciones nuevas? ¿Las asume de inmediato? ¿Prefiere esperar un rato y mirar a su alrededor hasta que se sienta seguro?
- ¿De qué forma le gusta a mi bebé explorar? ¿Qué tipos de objetos y actividades le interesan? ¿Qué me dicen esos intereses acerca de él/ella?
- ¿Cuáles son los puntos fuertes de mi hijo? ¿En qué aspectos necesita más apoyo?



Agradecemos la contribución de las siguientes organizaciones.

American Hospital Association
American Medical Women's Association
Association of Women's Health, Obstetric, and Neonatal Nurses
Children's Medical Ventures
Family Voices
Institute for Family-Centered Care
Maternal and Child Health Bureau
Mothers of Super Twins
National Association of Perinatal Social Workers
National Perinatal Association
National Rural Health Association
Newborn Individualized Developmental Care and Assessment Program Federation International
Society for Developmental and Behavioral Pediatrics
ZERO TO THREE

Patrocinado por una subvención de MedImmune.

Entre las fuentes consultadas figuran la Academia Americana de Pediatría/ "Bright Futures" y Harold R. Ireton, Ph.D., "Child Development - First Five Years" (Desarrollo del niño- Primeros cinco años)

Descargo de responsabilidad: No deberá usarse la información contenida en esta publicación a manera de sustitución del cuidado médico y consejo de su profesional de salud. Podría haber variaciones en el tratamiento, las cuales su profesional de salud podría recomendar, en base a los hechos y circunstancias individuales.

Derechos de autor © 2008 Academia Americana de Pediatría
Todos los derechos reservados.

A la edad escolar

Problemas continuos que tu hijo podría enfrentar

A medida que los bebés prematuros crecen, algunos podrían enfrentar problemas físicos continuos (por ejemplo, asma o parálisis cerebral). También podrían enfrentar retos en el desarrollo (por ejemplo, dificultades para prestar atención o falta de control motor). Esto puede ocurrir particularmente en el caso de los bebés que fueron muy pequeños al nacer.

Una vez que tu hijo alcance la edad escolar, será muy importante que trabajes de cerca con sus maestros y demás personal escolar para identificar las áreas de inquietud. Ellos también podrán ayudarte a hallar los recursos adecuados de apoyo. Si la escuela no tiene los recursos necesarios para tu hijo, sus maestros pueden ayudarte a localizar grupos o programas locales que lo estimulen a desempeñarse bien en la escuela. No estás sola. Los maestros y los proveedores de salud están comprometidos a ayudarte a satisfacer todas las necesidades educativas y de salud de tu hijo.