

SU BEBÉ DE 15 A 18 MESES DE EDAD
PUNTOS QUE RECORDAR



SEGURIDAD

- ♥ **SIEMPRE LÁVESE** las manos antes de preparar la comida, después de cambiar pañales o usar el baño para prevenir que su bebé contraiga infecciones.
- ♥ **CUANDO** viaje en un vehículo, **SIEMPRE** utilice un **ASIENTO DE SEGURIDAD PARA NIÑOS**; abroche a su niño en el asiento correctamente, y colóquelo en el asiento trasero del auto. **NUNCA** deje a su niño solo en un vehículo. **NUNCA** deje a su niño solo con una mascota ni con niños pequeños.
- ♥ **ELIMINE** el humo del tabaco en los ambientes de su niño (el centro de cuidado infantil, el hogar de la persona que cuida a su niño o de sus parientes, etc.). **HAGA** que su hogar y su auto sean zonas libres del humo.
- ♥ **SIEMPRE SUPERVISE** a su niño constantemente cuando está cerca del agua. **NUNCA** deje a su niño solo ni confíe en otro niño joven para supervisarlos cerca del agua (bañera, agua para trapear, inodoro, piscinas). Vacíe el agua para trapear, bañeras y piscinas inmediatamente después del uso.
- ♥ **INSTALE** detectores de humo en su hogar. **CAMBIE** las pilas dos veces al año cuando se hace el cambio de la hora en la primavera y en el otoño.
- ♥ **NO** permita que su niño vaya en vehículos si sospecha que el conductor ha estado usando alcohol o drogas. **NO PERMITA** que nadie quien está tomando alcohol o usando drogas cuide a su niño.
- ♥ **CONTINÚE A ELIMINAR PELIGROS** en su hogar. Utilice cerraduras de seguridad en los armarios. Mantenga las medicinas y los productos venenosos en un lugar seguro y encerrado con llave. Asegúrese de que hayan tapas que los niños no pueden abrir en todos los medicamentos. Si su niño toma un medicamento o pone un producto venenoso en la boca accidentalmente, llame a la **LÍNEA TELEFÓNICA DE AYUDA EN CASO DE ENVENENAMIENTO** inmediatamente al **1-800-722-5725**. Guarde Jarabe de Ipecac y carbón de leña activado en su hogar. No los use hasta que llame al centro de envenenamiento para direcciones.
- ♥ **COLOQUE** tapones de seguridad de plástico en los tomacorrientes eléctricos y asegúrese de que los cables eléctricos, los cordones eléctricos, los tomacorrientes y todos los electrodomésticos sean protegidos de su niño. Mantenga a su niño alejado de la pintura descascarada.
- ♥ **NUNCA SUBESTIME** el poder de un niño de 15-18 meses de subirse en cosas. **SIEMPRE** supervise a su niño cerca de las escaleras y coloque barreras en la parte superior e inferior de las escaleras. Coloque el colchón de la cuna tan bajo como sea posible en la cuna.
- ♥ **BÁJESE EN EL SUELO** al nivel de los ojos de su niño para buscar peligros (monedas, botones, cuerdas, cuerdas de cortinas o persianas, imperdibles o alfileres, lápices o plumas, muebles con bordes filosos o ásperos).
- ♥ **SIEMPRE COMPRUEBE** las llaves del agua caliente para asegurarse de que el agua no esté demasiado caliente. Si el agua está demasiado caliente, pida que ajusten su calentador de agua. **SIEMPRE** compruebe el agua de la bañera con su muñeca para asegurarse de que el agua no esté demasiado caliente antes de poner a su niño en la bañera.
- ♥ **CUANDO COCINE**, **SIEMPRE** gire los mangos de las cacerolas hacia la parte de atrás de la estufa. **MANTENGA** a su niño lejos de estufas calientes, calentadores portátiles, tenacillas de rizar, estufas de leña, chimeneas y candelas. **SIEMPRE** mantenga los fósforos y encendedores fuera del alcance de los niños.
- ♥ **NUNCA** deje objetos pesados ni líquidos calientes cerca del borde de una mesa ni en manteles donde hay peligro de que su niño agarre el borde del mantel y lo tire para abajo.
- ♥ **INSPECCIONE** los juguetes para partes pequeñas o dañadas y no permita que su niño juegue con juguetes con bordes ásperos, rotos o angulosos. **NO** permita que su niño juegue con globos de látex, bolsas de plástico ni canicas.
- ♥ Si usted o su niño experimenta abuso emocional, físico o sexual, **DÍGALO** a su proveedor de cuidado de salud o llame a la **LÍNEA TELEFÓNICA PARA REPORTAR EL ABUSO** 1-800-752-6200 para ayuda.

NUTRICIÓN

- ♥ ALIMENTE a su niño a las horas de las comidas familiares y déle de dos a tres meriendas nutritivas al día. OFREZCA alimentos nutritivos a su niño, PERMITA que su niño se dé de comer a sí mismo, y deje que él/ella decida cuánto quiere comer. Anime a su niño que utilice una cuchara y un tenedor. EVITE dar alimentos que pueden causar que se atragante o que pueden ser inhalados (maníes, hot dogs, palitos de zanahoria, uvas enteras, pasas, maíz, frijoles enteros, caramelos duros, grandes trozos de vegetales crudos o de frutas, o carne dura). Si deja a su niño con alguien que lo cuida, asegúrese de que reciba una variedad de alimentos nutritivos.
- ♥ PROVEA meriendas ricas en carbohidratos complejos (una rebanada de pan o galletas saladas), y limite los alimentos altos en azúcar y grasa tales como los dulces, refrescos y papas fritas en bolsa.
- ♥ Si su niño toma un biberón, es importante empezar a sacárselo gradualmente ahora.
- ♥ PREGUNTE a su proveedor de cuidado de salud sobre el programa WIC.

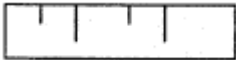


DIENTES SALUDABLES

- ♥ CONTINÚE a enseñar y ayudar a su niño a cepillarse los dientes, usando un cepillo de dientes suave y una cantidad de pasta de dientes con fluoruro del tamaño de una arveja. Para promover los dientes saludables, NO acueste a su niño con un biberón.

CUIDADO e INTERACCIONES

- ♥ ELOGIE a su niño por el comportamiento bueno. Levante a su niño, acarícielo, abrácelo y hable con él/ella.
- ♥ DEMUESTRE CARIÑO en su familia; pase tiempo individual con cada niño.
- ♥ PROMUEVA el desarrollo del lenguaje leyendo libros, cantando canciones y hablando de lo que usted y su niño ven y hacen juntos.
- ♥ LIMITE el número de reglas familiares y haga cumplir con estas constantemente. DESARROLLE reglas para todos los miembros de la familia.
- ♥ ANIME a su niño para que juegue solo, además de con compañeros, hermanos o padres. Limite la cantidad de televisión que su niño ve.
- ♥ USE LA DISCIPLINA como un método de enseñanza y protección, no de castigo. Para disciplinar a un niño, use la distracción, conténgalo ligeramente, o quítele algo. Si es necesario, RETIRE al niño para un descanso de la situación y de lo que le molesta. DISUADA a su niño de golpear, morder y otros comportamientos agresivos.
- ♥ NO empiece a enseñar el uso del baño demasiado temprano. DISCUTA los detalles del aprendizaje de usar el baño con el profesional de salud en la próxima visita.



CRECIMIENTO y DESARROLLO

Los siguientes hitos son típicos para los bebés mientras se desarrollan.

Un niño de 15 meses

- ♥ Tiene un vocabulario de 3-6 palabras.
- ♥ Se da de comer a sí mismo con los dedos, bebe de un vaso.
- ♥ Escucha un cuento.
- ♥ Camina bien, se agacha, sube las escaleras, puede apilar 2 bloques.
- ♥ Indica lo que quiere señalando, gruñendo o jalando.
- ♥ Hace gestos e imita las actividades de otros.

Un niño de 18 meses

- ♥ Tiene un vocabulario de 15-20 palabras.
- ♥ Se da de comer a sí mismo con una cuchara o un tenedor.
- ♥ Imita palabras y objetos.
- ♥ Camina hacia atrás, corre con rigidez, tira una pelota.
- ♥ Demuestra cariño y lanza besos.
- ♥ Hace garabatos e imita dibujar con crayones.

Referencia: Maternal and Child Health Bureau, *Bright Futures Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents*, National Center for Education in Maternal and Child Health, 1994, Arlington, VA.