

Su hijo a los 3 años

El nombre del niño _____

La edad del niño _____

Fecha _____

¡Los indicadores son clave! La manera en que su hijo juega, aprende, habla, actúa y se mueve ofrece información importante sobre su desarrollo. Marque los indicadores que su hijo ha alcanzado a los 3 años. Lleve esta información y en cada visita médica de rutina del niño hable con el médico sobre los indicadores que su hijo ha alcanzado y qué esperar a continuación.



Lo que la mayoría de los niños hacen a esta edad:

En las áreas social y emocional

- Se tranquiliza dentro de 10 minutos después de que lo deja; por ejemplo, en la guardería
- Nota a los otros niños y se une a ellos para jugar

En las áreas del habla y la comunicación

- Conversa con usted usando por lo menos dos frases de intercambio
- Hace preguntas con “quién”, “qué”, “dónde” o “por qué”; por ejemplo, “¿dónde está mami o papi?”
- Dice la acción que está ocurriendo en una imagen o en un libro cuando se lo preguntan; por ejemplo, “corriendo”, “comiendo” o “jugando”
- Dice su nombre cuando se lo preguntan
- Habla lo suficientemente bien como para que otros lo entiendan, la mayor parte del tiempo

En el área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- Dibuja un círculo cuando le muestra cómo hacerlo
- Evita tocar los objetos calientes, como la estufa, cuando usted se lo advierte

En las áreas motora y de desarrollo físico

- Inserta objetos en un hilo, como cuentas grandes, cereal o macarrones
- Se pone alguna ropa solito, como pantalones flojos o una chaqueta
- Usa el tenedor

Otras cosas importantes para compartir con el médico...

1. ¿Qué es lo que más disfruta hacer usted con su hijo? _____
2. ¿Cuáles son algunas cosas que su hijo disfruta hacer o que hace bien? _____
3. ¿Hay algo que su hijo hace o que no hace y que le preocupa? _____
4. ¿Ha perdido su hijo alguna habilidad que antes tenía? _____
5. ¿Nació su hijo prematuro o tiene alguna necesidad especial de atención médica? _____

Usted conoce a su hijo mejor que nadie. Si su hijo no está alcanzando los indicadores del desarrollo, si ha perdido destrezas que antes tenía, o si usted está preocupado por algo más, no espere. Reaccione pronto. Hable con el médico de su hijo, comparta sus preocupaciones y pregunte sobre las pruebas del desarrollo. Si usted o el médico siguen preocupados:

1. pida una remisión a un especialista y,
2. llame a cualquier escuela primaria pública para solicitar pruebas gratuitas a fin de averiguar si su hijo puede obtener servicios para ayudarlo.

Para obtener más información sobre cómo ayudar a su hijo, visite [cdc.gov/Preocupado](https://www.cdc.gov/Preocupado).

¿Qué le preocupa sobre el desarrollo de su hijo? _____

No espere. ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!



Descargue la aplicación gratuita de los CDC *Sigamos el desarrollo*



Sus próximos pasos

- ¡Comparta esta lista de verificación y haga seguimiento a los indicadores del desarrollo!** Lleve esta lista al próximo chequeo de su hijo y asegúrese de compartirla con el médico y las otras personas que lo atienden. Haga el seguimiento descargando la *app* GRATUITA de los CDC *Sigamos el Desarrollo* o encuentre listas de verificación en línea en www.cdc.gov/Indicadores.
- Apoye el desarrollo de su hijo con estos consejos y mucho más de la página www.cdc.gov/Indicadores o en la *app* de los CDC *Sigamos el Desarrollo***
 - Permítale que lo ayude a preparar comidas. Dele tareas sencillas, como lavar las frutas y verduras o revolver.
 - Dele a su hijo instrucciones de 2 o 3 pasos. Por ejemplo, “ve a tu cuarto y trae tus zapatos y tu abrigo”.
 - Anime a su hijo a que resuelva sus propios problemas con su apoyo. Hágale preguntas para ayudarlo a comprender el problema. Ayúdelo a pensar en soluciones, probar una y probar otra más si es necesario.
 - Hable sobre las emociones de su hijo y dele palabras para ayudarlo a explicar cómo se siente. Ayude a su hijo a manejar los sentimientos estresantes enseñándole a respirar profundamente, abrazar a su juguete favorito o ir a un lugar tranquilo y seguro cuando esté molesto.



Si su hijo no está alcanzando algunos de los indicadores del desarrollo o usted tiene otras preocupaciones:

- Llame al médico de su hijo.** Haga una cita de seguimiento con el médico lo más pronto posible. Dígale que desea hablarle sobre el desarrollo del niño. Lleve esta lista de verificación con usted y pídale que le hagan pruebas del desarrollo.
- Llame para obtener servicios de ayuda.** Llame al _____ y diga “Me preocupa el desarrollo de mi hijo(a) y quisiera que le hagan una evaluación para saber si cumple con los requisitos para recibir servicios de ayuda”. No necesita la remisión de un médico para llamar a este programa.

No espere. ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!

Nota para el doctor _____ :

- WIC (el Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños) anima a las familias a hablar sobre el desarrollo de su niño con usted.
- Esta lista de verificación refleja los indicadores que está previsto que **LA MAYORÍA de los niños (al menos un 75 %)** alcancen para esta edad.
- No haber alcanzado algunos indicadores puede ser una señal de la necesidad de realizar pruebas del desarrollo. La Academia Estadounidense de Pediatría (AAP, por sus siglas en inglés) recomienda realizar pruebas del desarrollo entre las edades recomendadas para realizarlas, si surgen preocupaciones; esta lista de verificación no es un sustituto de una herramienta de pruebas estandarizada y validada.
- Si las pruebas del desarrollo muestran algo preocupante o usted, o el padre o la madre todavía tienen preocupaciones, haga una remisión al programa de intervención temprana de su estado _____ y, al mismo tiempo, para otra evaluación médica y del desarrollo.
- Para obtener recursos GRATUITOS de apoyo para la vigilancia del desarrollo, visite cdc.gov/ActEarly/Healthcare.

www.cdc.gov/pronto
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Descargue la aplicación gratuita de los CDC *Sigamos el desarrollo*



Aprenda los signos. Reaccione pronto.