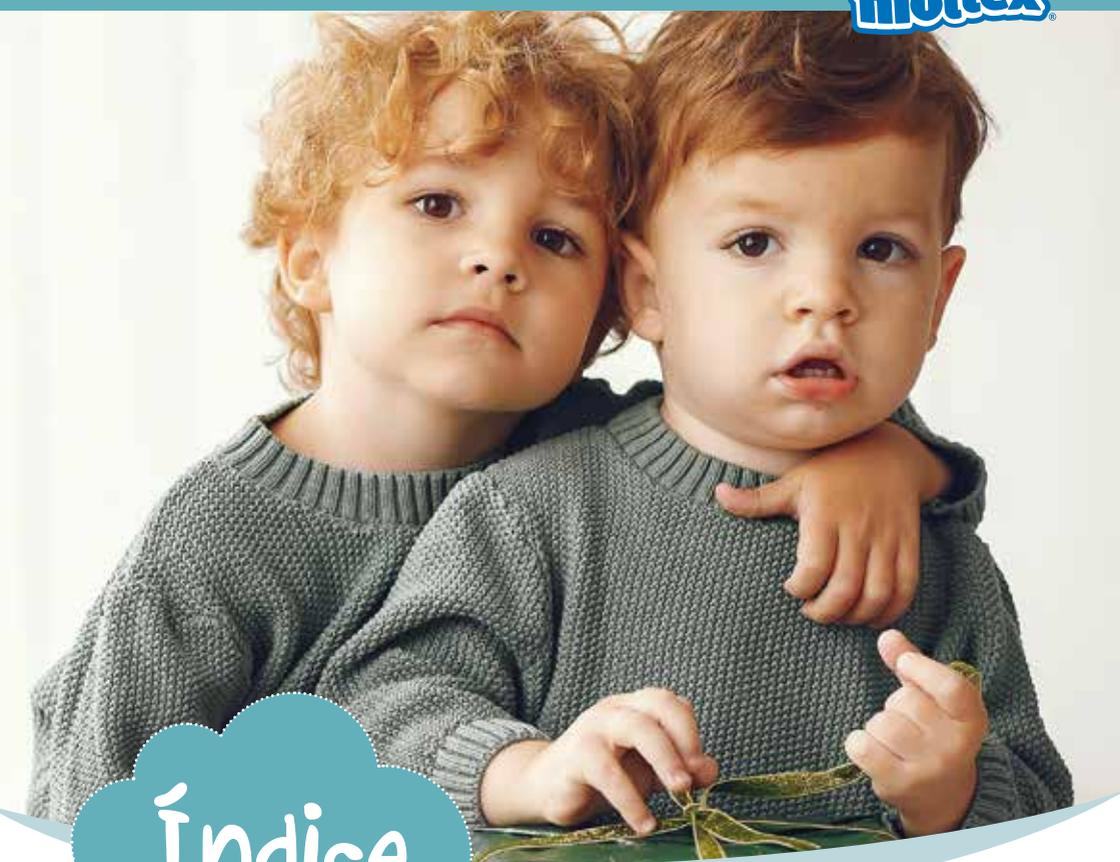




CLUB
moltex[®]

**Estimulación
y desarrollo**
del bebé de 12 a 24 meses



Índice

Desarrollo del bebé de 12 a 15 meses	2
Desarrollo del bebé de 16 a 19 meses	6
Desarrollo del bebé de 20 a 24 meses	10
¿Cómo estimular al bebé en este segundo año de vida?	15

A baby with blonde hair in a ponytail, wearing a light blue short-sleeved shirt, stands next to a grey sofa. The background shows a living room with a black metal table, a potted plant, and a stack of white boxes.

Desarrollo del bebé de 12 a 15 meses



A partir de los **12 meses** el bebé comienza a dar sus **primeros pasos**, aunque hay niños que empiezan más tarde. Todavía se tropieza muy a menudo y le cuesta levantarse cuando se ha caído. Pero tanto si está desplazándose por el cuarto sosteniéndose en los muebles como si está caminando de forma inestable, lo importante es que se mueve él solito;

no tiene que esperar a que lo cojas en brazos o le empujes... ¡su mundo se está ampliando!

Con **14 meses**, es posible que tu hijo ya **se pare solito**, y pueda **agacharse** y luego pararse de nuevo. Hasta puede que esté empezando a **caminar hacia atrás**. Y en torno a los **15 meses** sus piernas cada vez están menos arqueadas, por lo que **anda con menos**

dificultad y puede hacerlo un poco más rápido. Aunque, como decíamos, hay niños que no se lanzan a andar solos hasta los 15 o 16 meses, por lo que no debe preocuparte.

En cuanto a la **motricidad fina**, con **12-13 meses** puede **agarrar un bloque y meterlo en una caja**; algunos incluso son capaces de hacer **garabatos**. Puede que tu niño sea capaz de agarrar una cuchara, pero no esperes que la use todavía con éxito.

Con **15 meses** sus manos llegan a todas partes y se hace más autónomo y ya es capaz de llevarse la **cuchara a la boca o beber de un vaso**. ¡Aunque no siempre acierta! Está empezando a entender cómo se ajustan las cosas e intentará **emparejar tapas con contenedores y apilar bloques**.

El **lenguaje** también avanza mucho en estos meses. Con **1 año** empieza a realizar **sonidos** para comunicarse, imita sonidos producidos por animales y objetos de su entorno como “guau, guau”. Verbaliza un promedio de 5 palabras. A nivel comprensivo, tiene la capacidad de **entender algunas palabras o instrucciones**: lleva y trae objetos cuando le indican, pide de comer o beber con sonidos o palabras, dice “hola”, pide objetos señalándolos con el dedo... Tu bebé probablemente ha aprendido a decir “adiós”. También

puede que comience a tener las ideas más claras acerca de lo que quiere y que sea más insistente para conseguirlo.

Con **15 meses**, su **vocabulario** se va ampliando, aunque a veces te cueste entenderle. En esta etapa es normal que el **“no”** salga de su boca con mucha facilidad. Se vuelve más firme e incluso tozudo. Y, ante quienes le contradicen, puede llorar o tener una **rabieta**. Por eso es una etapa de paciencia y mano izquierda para los padres.

Con 1 año empieza a realizar sonidos para comunicarse y ya tiene la capacidad de entender algunas palabras o instrucciones sencillas

En relación a las **habilidades sociales**, es **más independiente** con respecto a la madre, pero aún demuestra temor a personas y lugares desconocidos. Intenta hacer las cosas por sí mismo, quiere comer solo, ayuda a ponerse y sacarse algunas prendas de vestir... Le fascina ver a otros niños y jugar con ellos. Da **besos** cuando se lo pides. Tu bebé obtiene una sensación de **seguridad en compañía de sus**

animales de peluche favoritos.

Estos objetos se llaman “**objetos de transición**”, y pueden ser una fuente de consuelo, especialmente cuando tú no estás cerca. Los pediatras a menudo recomiendan que los padres animen esta dependencia.

A los **15 meses** tu hijo **se reconoce a sí mismo en el espejo**. Ya no intentará tocar al “otro” bebé. Comenzará a experimentarse a sí mismo como alguien autónomo, no como una extensión tuya.

Sigue necesitándote cuando está triste o enfermo, pero poco a poco

se vuelve más independiente. En algunos momentos busca su libertad y autonomía. Las sensaciones y emociones las expresa sin matices. Celos, enfados, alegrías, tristezas... se exhiben en plenitud. Si algo le sorprende, se ríe a carcajadas.

La **imaginación** ya juega un rol importante en la vida del niño. Es capaz de encontrar cosas que sus padres han escondido porque tiene más **memoria**. Juega con sus muñecos dándoles vida propia. Como copia e imita lo que ve, intenta hablar por teléfono e incluso da de comer a sus muñecos.





Desarrollo del bebé de 16 a 19 meses



Con **16 meses**, las **niñas** pesan de media **entre 8,6 y 12,8 kilos** y los **niños entre 9,2 y 13,8 kilos**. En cuanto a su altura, **ellas** se hallan **entre 72 y 83 cm** y **ellos** **entre 74 y 86 cm**.

La mayoría de los niños **ya anda con 16 meses** y, los que no lo hayan conseguido, seguro que lo logran en

las siguientes semanas. Además, es normal que todavía se **tropiece** mucho, puesto que todavía no calcula bien la profundidad de un escalón, por lo que puede tropezar con sus propios pies cuando corre para darte un abrazo.

Ayúdale poco a poco a **subir y bajar escaleras**, puesto que todavía lo tendrá que hacer cogido de tu mano.

De primeras, tu pequeño aprende a subirlas apoyándose en los dos pies y poniéndolos juntos en cada peldaño. Intentará darle una **patada a una pelota**, pero es posible que no siempre lo consiga. Probablemente le guste **bailar** si le pones música y tocará todos los **botones e interruptores** que estén a su alcance. Empieza a correr y, aunque a veces se tambalee, no se cae demasiado.

A medida que se acerca a los **19 meses**, va madurando y consolidando todo lo aprendido hasta ahora. Esta es la etapa de la gran **madurez de la motricidad gruesa**. El pequeño **anda solo**, puede hacerlo de costado y empieza a andar hacia atrás. Ya es capaz de **correr** y sabe **sentarse solo** en una silla, aunque con dificultad. También puede **agacharse** y coger un juguete sin caerse.

En cuanto a su desarrollo social y cognitivo, su **comprensión crece** rápidamente. Por ejemplo, ya no piensa que las ceras son algo para comer. Ahora puede agarrarlas y crear maravillosos garabatos. Puede divertirse con juegos simples y pasará largos ratos jugando a esconder la cara o dando nombres a partes de su cuerpo, jugando a “¿Dónde está tu nariz?” o “¿Dónde está la barbilla de mamá?”. Su **memoria** también se está desarrollando y verás que puede recordar cosas de las que tú te habías olvidado completamente

cuando volvéis a visitar algún lugar en el que habíais estado antes.

En algún momento **entre los 18 y los 24 meses de edad**, tu pequeño comenzará a mostrar que puede **pensar acerca de cosas que no estén presentes**. Es un proceso mental vital para que el niño pueda resolver situaciones. Por ejemplo, ya no se sentirá confundido si escondes un objeto mientras él observa y luego lo mueves a otro lugar mientras él no mira. Cuando descubra que no está donde pensaba, seguirá buscando.

Con 19 meses ya anda, es capaz de correr y sabe sentarse solo en una silla, aunque con dificultad. También puede agacharse y coger un juguete sin caerse

Juega con sus muñecos dándoles vida propia: los maneja para que hable y actúen en su escenario.

Interpreta mejor la posición de las cosas en el espacio: sabe si algo está arriba o abajo, dentro o fuera, vacío o lleno... También comprende el concepto de grande y pequeño. Y no se le olvida qué juguetes son los suyos, incluso

aunque intente apropiarse de los que pertenecen a otros niños.

Su **desarrollo social** va haciendo que muestra cada vez **más interés por otros niños** y empiece a **interactuar** con ellos. Potencia esta faceta, ya que es importante que tu hijo se acostumbre cuanto antes a jugar con otros niños. De esta manera será más sociable.

Si la palabra **“no”** aún no se ha convertido en su favorita, es posible que empiece a **usarla mucho más** a partir de ahora. Probablemente es un buen momento para empezar a **trabajar en las normas de educación**. Muéstrale el tipo de consideración que quieres que él tenga con los demás. Di “por favor” si quieres que haga cosas, y cuando las haga, dale las gracias. Es una buena idea el intentar mostrarle la importancia del respeto. “Por favor” y “gracias” no tienen por qué ser respuestas automáticas, sino expresiones que muestran agradecimiento y participación.

Su **curiosidad** va en aumento, al igual que su **capacidad de observación**. Por eso, cada vez imita más el comportamiento de los adultos y de los niños mayores.

Su **lenguaje** también avanza a pasos agigantados y ya es capaz de pronunciar **bastantes palabras** y hacer **frases sencillas** de dos palabras.

Además de parlotear, le gusta **escuchar**. Le encanta que sus padres le digan cómo se llama una cosa y la señalen con el dedo. Está atento a las conversaciones de los demás y **repite las palabras que oye**. No sólo reconoce su nombre, sino también el de sus papás y las personas cercanas.

Su vocabulario se enriquece cada día que pasa. Empieza a decir frases de dos o tres vocablos. Entre las **palabras estrella** aparecen el **“no”, el “sí” y el “mío”**. Sabe **señalar algunas partes de su cuerpo**.





Desarrollo del bebé
de 20 a 24
meses



A esta edad, tu hijo probablemente podrá **correr**, aunque no como un experto atleta. Es posible que **suba las escaleras**, pero lo más probable es que necesite **ayuda para bajarlas**. También es capaz ya de dar patadas a una pelota, aunque la mayoría de los niños a los 20 meses no saben todavía saltar o lanzar una pelota con el brazo en alto.

Su capacidad motriz también le permite ya comenzar a **vestirse, lavarse las manos o cepillarse los dientes** sin ayuda, aunque siempre bajo tu observación.

Como quiere imitarte en todo aquello que hagas, se sentirá **interesado por las tareas de la casa** y querrá ayudarte a cocinar o a barrer. Aprovecha este

interés para enseñarle y **dale pequeñas faenas**. Puedes comprarle una escoba pequeña y que “barra” con ella. A la vez que se divierte, le inculcas el hábito de participar en las labores del hogar.

También está cada vez más cerca de **aprender a ir al baño solo**. En algún

momento entre los 18 meses y su segundo cumpleaños, la mayoría de los niños reconoce cuándo quieren hacer sus necesidades. Probablemente notarás que tu hijo está a punto de hacerlo porque se agachará o se esconderá en algún lugar. **Aunque se dé cuenta** de lo que está pasando, **no necesariamente está listo para usar un orinal**, pero cada vez le quedará menos para dejar los pañales. **Ve probando gradualmente** a ponerle en el orinal y a enseñarle a que lo pida.

Al llegar a los **2 años**, aparte de andar, correr y subir escaleras, ya puede **sostenerse sobre un único pie** sin desequilibrarse, se entretiene subiendo y bajando bordillos y lanza la pelota con ambas manos. También enriquece su movilidad con **nuevas posturas**. **Trepa** hasta una silla, **se levanta** sobre ella, **se gira** y **se sienta**. Puede **chutar una pelota con el pie** (aunque no sea capaz de dirigirla hacia donde desee) y **arrastrar objetos** mientras camina. Su universo de juegos se ensancha.

En cuanto a la **motricidad fina**, ya **garabatea** y puede **imitar trazos verticales, horizontales y circulares**. Los **rompecabezas** empiezan a interesarle y ya puede montar los más sencillos.

Desde los **18 meses** está en la etapa de **lenguaje telegráfico**, lo que significa que **empieza a decir**



más de dos palabras, pero aún no crea oraciones por lo que, a veces, sigue siendo difícil entenderle. Comienza a realizar **combinaciones de palabras con significado**, por ejemplo: “mamá leche”, omitiendo las preposiciones y los artículos. Empieza a tener **concordancia en género y número**.

Además de andar, correr y subir escaleras, a los 2 años ya puede sostenerse sobre un único pie, subir y bajar bordillos, lanzar la pelota con ambas manos o chutar con el pie o trepar hasta una silla

Ya **utiliza verbos**, hace **menos gestos** y **nombra más objetos**. **Aumenta** su nivel de **comprensión** y aprende **nuevas palabras** casi a diario.

Para cuando tenga **23 meses** tu hijo probablemente podrá **cantar y formar frases de tres palabras** como “perro corre fuera”. También es capaz de **entender** ya lo que son **conceptos opuestos** como hombre alto/hombre bajo o perro grande/perro pequeño; y de **obedecer dos órdenes diferentes**.

En cuanto al **desarrollo social**, cuando tú o cualquier otra persona importante en su vida se va, tu hijo se puede alterar porque él **depende de tu presencia**. Le ayudarán las **transiciones fáciles** dejándole saber de antemano que vas a salir o que regresarás “después de comer” o “antes de la merienda”, etc. Luego, no tardes en irte. Dale un beso rápido y márchate. Y **nunca le mientas**, si vas a tardar mucho en volver, no le digas que regresas en un momento, así perderá su confianza en ti.

A esta edad **su comportamiento puede resultar más agresivo**: muerde, empuja, pega, tira del pelo a los otros niños... Algunas veces lo hace para sentirse más importante, pero también para experimentar: “¿Qué es lo que pasa cuando pego a María?, ¿Pasará lo mismo si pego a Juan?”. **No reacciones en exceso** al comportamiento de tu hijo. Si respondes pegándole tú, aprenderá que eso es algo aceptable. **Háblale con calma**, y déjale claro que no se debe hacer nunca, por muy intensos que sean sus sentimientos.

Los niños de esta edad **hacen las cosas “porque sí”**. Junto con las rabietas y la exploración, la **obstinación** es otro de los comportamientos típicos de esta edad. **Respetar sus preferencias e intereses** e intenta **ceder en las pequeñas cosas**, como qué mermelada quiere untar en su tostada o qué camisa ponerse. Pero

deja claro que algunas cosas, como por ejemplo soltarse de tu mano mientras cruzáis una calle, **no son aceptables**.

Cada día que pasa tu hijo muestra **más independencia**. Tiene ideas propias acerca de lo que quiere, por ejemplo, a qué quiere jugar, qué jersey quiere vestir o de qué colores pintar su dibujo. También **le importan los resultados**, verás que está contento cuando tiene éxito y frustrado cuando no obtiene lo que desea.

¿Tu hijo te abraza primero y después te empuja para que te vayas? No te tomes de forma personal todas esas necesidades cambiantes de estar cerca



de ti y luego reafirmar su independencia, forman parte del proceso de crecer. A medida que su mundo se ensancha, tu hijo tendrá más interés en jugar con otros niños. Puede imitar cómo un chico mayor juega al fútbol o seguir a otros chavales que juegan a perseguirse.

Tu hijo cada vez **muestra más interés en jugar con otros niños**. Ya es capaz de interactuar con ellos y de crear sus propios juegos, como pasarse un balón o perseguirse corriendo por el parque. Sin embargo, todavía prefiere que algún adulto supervise y comparta su juego.

Los niños pequeños son **curiosos** por naturaleza **acerca de todo, incluyendo sus genitales**. Al igual que jugaron con los dedos de sus manos y de sus pies cuando eran más chiquitos, ahora les gusta explorar sus partes íntimas. No es nada de lo que tengas que preocuparte, a menos que esté ocurriendo constantemente. Cuando tu hijo se toque los genitales en público, no le hagas mucho caso. Simplemente **explícale que hay cosas que se hacen en la casa**, en privado.

Por último, un cambio muy importante de esta etapa es que aparece el **juego simbólico** y la **inteligencia preoperatoria** a medida que se acerque a los 2 años. **Imita** cada vez con más exactitud y además ya es capaz de hacerlo a partir de un modelo no presente.



¿Cómo estimular al bebé en este segundo año de vida?



Para conseguir que tu hijo saque el máximo partido de sus habilidades y capacidades y aumente su inteligencia, debes **estimularle mediante juegos y actividades desde pequeño**. Estas son algunas actividades que puedes

realizar con él, ordenadas por edad. Por supuesto, estas son solo algunas ideas, pero debes **tener siempre en cuenta las habilidades y la madurez de tu hijo y nunca forzarle**. La estimulación debe ser **entretenida, no una obligación**.



Utiliza **juegos de marionetas, calcetines o dedos pintados** para hacer charlar y dar vida a sus juguetes y muñecos. Crea representaciones que le inciten a hablar.

Dale **tambores, caja de música e instrumentos musicales sencillos**. Golpear un tambor satisface su necesidad de descarga motora, mientras que oír música le hace bailar y moverse. Así, va descubriendo su cuerpo.

Ofrécele **esponjas y pinceles anchos para pintar, pintura de dedos y pegatinas** para impulsar su creatividad.

Puedes coger al niño de la mano, **hacer rodar** una pelota o un globo por el suelo y **correr detrás de ellos**.

Agrupa cojines de distintas formas y tamaños y colócalos en el suelo de forma escalonada para que pueda **trepar sobre ellos**.

Juega al escondite con él, es uno de los juegos más estimulantes para el niño. Aún le fascina que las personas aparezcan y desaparezcan.

Introdúcele en el mundo de los **libros y las historias fantásticas**. Le encanta escucharte y pasar las páginas del cuento. Resultan muy estimulantes los libros con ventanitas y sorpresas, ya que le permiten participar más. Establece la hora del cuento, es un momento mágico que refuerza vuestra relación y ayuda a que se relaje.

Anímale a **empujar un cochecito o carrito** para recoger los juguetes del suelo. De esta manera, le incitas al ejercicio de agacharse y ponerse de pie.

Enseña al niño **cómo caminan distintos animales** (perro, gato, canguro, rana, pájaro, serpiente, etc.) y estimúlale para **que te imite**. Al mismo tiempo, simula el sonido del animal que imitáis.

Siéntale en el suelo y dale una **pelota o globo** para que **los tire dentro de un cesto**.

A esta edad es común ver a los niños jugar con la caja y el envoltorio de un regalo más que con el regalo en sí. Está explorando y descubriendo. Así que puedes hacer la prueba: **elige una caja y mete algún juguete suyo**. Introduce esta caja en otra y **envuélvela en varias capas de papel de regalo**. Disfrutará abriendo el envoltorio una y otra vez hasta descubrir lo que hay dentro.

Dale una **escoba para que se monte a horcajadas** en ella y juegue imaginando que es un caballito.

Ayúdale a **mejorar su técnica de subir y bajar escaleras** ensayando en escalones que no sean muy altos.

Podéis jugar a **interpretar diferentes personajes y situaciones**: que sois piratas en busca de un tesoro, a papás y mamás que cuidan de sus niños, etc. Aunque no entienda bien lo que hacéis, se reirá mucho viéndote “hacer el payaso”.



Enséñale que debe **recoger los juguetes una vez acabado el juego**. Compra un baúl grande en el que los pueda guardar y ayúdale tú. A la vez que aprende educación, desarrolla su motricidad al tener que agacharse y levantarse para recoger las cosas.

Construye una especie de **túnel con cajas grandes**. Verás cómo le divierte atravesarlo y encontrarte a ti al otro lado.

Consigue **cubos de diferentes formas y colores y ve nombrando cada uno a la vez que se lo enseñas**. Por ejemplo: “Esta es una estrella roja, igual que los labios de mamá”. Así irá asociando los colores y empezará a distinguir las formas básicas: cuadrado, círculo, triángulo, etc.

Coge **fotos de tu familia y amigos más cercanos y enséñaselas al mismo tiempo que vas nombrando** a casa persona que aparezca en ellas. Verás como poco a poco se va aprendiendo todos los nombres.

Jugad a disfrazaros con cualquier cosa que tengas por casa: sombreros, pañuelos, ropa vieja... Si además os pintáis las caras con pinturas especiales, le harás pasar el mejor rato de su vida.

Busca un **aro** de los que se usan para bailar el hula-hop y proponle **que lo lleve hacia arriba, por encima de su cabeza, y hacia abajo**, a la vez que dices en voz alta “arriba” y “abajo”. Este juego ayuda a su motricidad y a desarrollar su comprensión espacial.

Tu pequeño ya está preparado para **jugar al corro de la patata con otros niños**. Verás cómo se divierten a la vez que potencian sus capacidades físicas e intelectuales.

Cualquier **juego de bolos de gomaespuma** u otro material similar es muy recomendable para esta edad, pero es mejor que uséis una pelota grande y blanda, ya que tu niño aún es pequeño para acertar con una pequeña. Pon los bolos en círculo y no lejos de tu hijo, cuanto más espacio ocupen, más opciones tendrá de darle a alguno.

Construye una batería con botes de metal, plástico y cajas de madera. Dale dos cucharas de madera de mango largo y enséñale a “tocar” con ellas su nuevo instrumento. A la vez que se divierte creando sus propios sonidos, le ayudas a aprender a calcular las distancias que hay entre los diversos objetos.



www.moltex.es