



Chequeo médico de los 24 meses

Centro para la salud de los niños y adolescentes
Hospital de St. Christopher para niños
(215) 427-5985



Lo que va a pasar hoy:

- ◆ Hablaremos acerca de la crianza, el hogar, la salud y la seguridad de su hijo, y como mantenerlo sano y feliz
- ◆ Su hijo podrá recibir vacunas
- ◆ Hablaremos del entrenamiento de su hijo para usar el inodoro si está listo
- ◆ Hablaremos de los hábitos de comer y dormir
- ◆ Hablaremos de cómo lidiar con las rabietas

Entrenamiento para Inodoro

No hay un tiempo determinado para comenzar el entrenamiento de su hijo a usar el inodoro. Algunos niños no están listos para usar el inodoro hasta que tienen 30 meses de edad. Con frecuencia el pañal permanecerá más tiempo seco durante el día, antes de permanecer más seco durante la noche.

Señales de que su hijo puede estar listo:

- Sí su pañal está seco dos horas seguidas durante el día
- Sí es capaz de seguir órdenes sencillas
- Sí puede caminar hacia y desde el baño
- Sí no le gusta "hacerse" en el pañal
- Sí pide usar el baño
- Sí pide usar ropa interior de "niño grande"



Consejos para comenzar:

- Decidir sobre las palabras a utilizar para hablar de la orina y la defecación
- Utilice una bacinica lo suficientemente pequeña que sus pies puedan tocar el piso
- Siempre elogie a su hijo cuando diga que necesita ir al baño
- Practique el ir al baño varias veces durante el día
- Trate los pantalones de entrenamiento cuando su hijo permanezca seco por más tiempo en varias oportunidades



**Pare de Fumar en el
Hogar & Auto
1-800-784-8669**

Los Dos Años

- Cuando su hijo se enoja podrá tener una rabieta. Esto es normal en los niños que tienen de 1 a 3 años de edad. La buena noticia es que usualmente "la superan" a los 4 años de edad!

¿Qué hacer?

- Mantenga la calma. Si usted se enoja, está bien salir del cuarto
- Ponga a su hijo en "tiempo de reflexión" para que se calme
- Ignora los malos comportamientos como llorar y gritar. Ponerle atención lo anima más a actuar
- No ignore el golpear, patear o tirar cosas. Si esto sucede, mantenga a su hijo suave pero firmemente y dígame "NO"
- Esté listo para regresar a casa si está actuando de esa manera en público

Qué NO hacer:

- Nunca golpee a su hijo
- No permita que su hijo actúe así. Esto lo animará a hacer berrinches
- No hable mucho durante la rabieta. No se puede razonar con un niño que está gritando



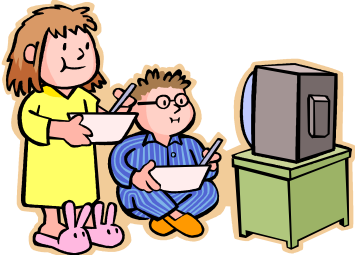

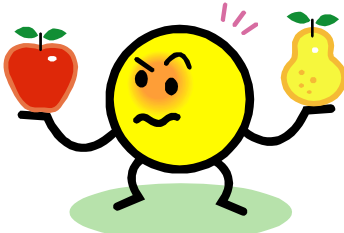





Otros consejos:

- Asegúrese de que a su hijo se le reconozcan las cosas buenas.
- Establezca límites para su hijo y asegúrese de que todos los que lo cuidan sigan las mismas reglas
- No diga "no" demasiadas veces. Déle a su hijo una sensación de control, dándole opciones cuando sea posible
- Advírtale a su hijo unos minutos antes de cambiar actividades
- Asegúrese de que su hijo duerme lo suficiente

**Centro de Toxicología
1-800-222-1222**



Como mantener saludables a niños de 24 meses

Salud Física	 <p>Juegue afuera para que su hijo juegue con otros niños de su misma edad</p>	 <p>¡Las siestas siguen siendo una necesidad! Mantenga una rutina regular de sueño</p>	 <p>Limite la televisión a 2 horas al día. Vea televisión con su hijo.</p>
Salud Social	 <p>Aníme a su hijo a jugar juegos imaginarios, y jueguelos con él</p>	 <p>Déje que su hijo tome decisiones. Por ejemplo, ¿manzana o pera?</p>	 <p>Juegue juegos con instrucciones simples</p>
Habilidades Lingüísticas	 <p>Lea con su hijo todos los días. Su hijo tal vez quiera leer el mismo libro una y otra vez</p>	 <p>Pídale a su niño que señale en las figuras de los libros animales y colores</p>	 <p>Háblele despacio y hágale preguntas simples. Déle tiempo para contestar</p>
La Seguridad	 <p>Solamente use asientos de seguridad en el asiento trasero del carro. Todo el mundo necesita un cinturón de seguridad</p>	 <p>Mantenga las armas fuera de la casa o aseguradas bajo llave. Asegure las balas por separado</p>	 <p>Observe a su niño atentamente cuando esté afuera, especialmente en la calle y cerca de los carros</p>

En la próxima visita:

Su hijo tendrá un examen físico

Su hijo podrá recibir vacunas.

Si tiene preocupación acerca de su hijo, por favor llámenos al 215-427-5985.

