



Visita De 15 Meses

NUTRICIÓN

- Alimente a su niño con una variedad completa de alimentos de mesa y procure mantenerlo en un horario de "tipo adulto" (3 comidas al día + 2-3 bocadillos saludables).
- Su bebé de 15 meses sólo necesita 16-24 onzas de leche entera por día (3-4 porciones de lácteos al día).
- Su niño debe beber de una taza ahora. Si su hijo todavía está usando el biberón, debe ser discontinuado para evitar caries dentales.
- Permita la experimentación y no obligue a comer. Es normal ver una disminución del apetito, a esta edad los niños pequeños son muy difíciles para comer o tendrán alimentos favoritos que comerán. Recuerde hacer las comidas agradables, enseñar buenos modales y dar un buen ejemplo.
- No se recomienda jugo. Si se administra, diluir con agua y limitar a 4-6 onzas por día.
- Continúe evitando los alimentos que pueden causar asfixia (nueces, hot dogs, uvas enteras, palomitas de maíz, zanahorias, pasas, frijoles enteros y caramelos).

DESARROLLO

Los niños pequeños son muy curiosos y quieren ser el jefe. Esto es normal. Si están a salvo, este es un momento para que su hijo explore cosas nuevas. Mientras esté allí para proteger a tu hijo, que satisfaga su curiosidad. Los peluches, los juguetes para golpear, los sartenes, las cacerolas, las tazas de medir, las cajas vacías, y las bolas de Nerf son algunos ejemplos de juguetes que su niño puede gozar. Los niños pequeños pueden querer imitar lo que usted este haciendo. Barrer, quitar el polvo o lavar platos de juego puede ser divertido para los niños.

LA SEGURIDAD

- Cuando administre medicamentos líquidos, use siempre el gotero o la jeringa que viene con la medicina. Si la medicina no viene con un dispositivo dosificador, pregunte a su farmacéutico por uno que debe ser utilizado. Nunca use cucharaditas o otras cucharas para medir la medicina.
- Los asientos de los coches deben permanecer orientados hacia atrás en el asiento trasero del coche hasta que el niño haya alcanzado los dos años de edad o hasta que alcancen la altura y el peso máximo de su asiento. Una vez que alcancen la altura o el peso máximo, pueden pasar a un asiento orientado hacia delante con un arnés en el asiento trasero del automóvil.
- Nunca deje a su hijo solo en el auto.
- Sostener su hijo alrededor del tráfico, entrada de coches y calles.
- Nunca deje a un bebé o niño pequeño en una bañera sola.

- Mantenga un ambiente libre de humo en el hogar y en el automóvil.
- Asegúrese de tener detector de humo que funcione y monitor de CO2.
- Asegúrese de tener su hogar a prueba de niños. Preste especial atención a las cosas que los niños pequeños puedan subir o colgarse. Estabilizar los muebles verticales.
- Asegúrese de que el colchón de la cuna de su niño pequeño esté bajado para que no pueda salir fácilmente de la cuna.
- Supervisar de cerca a los animales, calzadas, calles y agua.
- Proteja la piel de su niño con un protector solar para niños (mínimo 30 SPF) aplique 30 minutos antes de la exposición y vuelva a aplicar como se indica en la botella.
- Está bien usar un repelente de insectos con hasta un 30% de DEET, pero aplíquelo con moderación. NO utilice una combinación de protector solar / repelente de insectos, ya que el protector solar debe aplicarse con más frecuencia de lo que es seguro usar repelente de insectos.
- Conozca su número de control de envenenamiento: **1.800.222.1222**

DORMIR

Mantenga un horario diario de sueño y una hora de acostarse y una rutina consistentes. Asegúrese de que su hijo tenga un objeto de comodidad para irse a dormir. Un niño pequeño requiere de 12-14 horas de sueño por la noche con 1-2 siestas al día.

OTROS CONSEJOS

- Los medios digitales (TV, videos, videojuegos, computadoras, tabletas y teléfonos inteligentes) no se recomiendan para niños menores de 18 a 24 meses de edad. Sin embargo, el video chat con ayuda de los padres (Skype, Facetime) con familiares y los familiares puede ayudar a fomentar las conexiones sociales.
- Fomentar el autocuidado.
- Cepille los dientes dos veces al día. Los dentistas recomiendan las citas dentales y la aplicación de fluoruro a partir de los 12 meses.
- Los chupones sólo deben usarse durante breves períodos para comodidad y tranquilidad del bebé. Comience a reemplazar los chupones con otro objeto de comodidad, como una manta o un animal de peluche.
- Utilice frases simples y claras para dar instrucciones a su hijo.
- Leer a su hijo debe ser una parte de cada día. Los niños que tienen libros leídos a ellos aprenden más rápidamente. Los libros no tienen que ser "leídos". Usted puede hablar sobre las imágenes y la historia. Elija libros con imágenes y colores interesantes. Deje que su hijo vuelva las paginas del libro.

PADRES

Durante este tiempo de intensas demandas por su niño, usted puede estar fatigado o frustrado. Tómese un tiempo para usted y su pareja. Busque el apoyo de personas de confianza. Esto es especialmente importante si su hijo tiene alguna necesidad especial.

COMPORTAMIENTO Y DISCIPLINA

Los niños pequeños comienzan a ser berrinches a esta edad. Tratar de razonar o castigar a su hijo puede hacer que el berrinche dure más. Lo mejor es asegurarse de que su niño este en un lugar seguro y luego ignorar el berrinche. Usted puede ignorar mejor al no mirar directamente a su niño y no hablar a / o sobre él o ella a los demás cuando él / ella puede escuchar lo que está diciendo. Otras ideas útiles son:

- Siempre que sea posible, permita que su hijo elija entre dos opciones, las cuales son aceptables para usted (por ejemplo, 2 libros). Esto reducirá las luchas de poder en otras áreas
- Ansiedad y ansiedad extrañas cuando se separan de la familia es todavía común a esta edad.
- Nunca se burle de los temores de un niño. No fuerce el contacto con personas como Santa Claus o un payaso. Hable con una voz tranquilizadora.
- Algunos niños son tímidos al principio- parecen cautelosos y retirados. Otros son mas libres y muestran esto al ser agresivos (golpear o morder).
- Use la disciplina para enseñar y proteger, no para castigar.

Siguiente Visita de Cuidado del Pozo: 18 Meses de Edad (Por favor complete el Tamizaje de Desarrollo de ASQ y el Examen de Autismo de MCHAT antes de la visita)

Puede solicitar el Cuestionario de desarrollo de edades y etapas de 18 meses cuando programe su cita. El MCHAT Autism Screening Questionnaire puede ser descargado de la página "Formularios" de nuestro sitio web bajo "Desarrollo Infantil".

APA Website: www.advancedpediatricassociates.com | APA Patient Care Line: 303.699.6200