

Watch and help your children grow



How is your child growing and developing?

Below is a list of steps that many children go through from birth to 3 years old. These signs and steps will help you see if you need to take your child in for a more careful exam. If your child is not doing some of these steps, let your doctor know. Remember, every child is different, but it is better to know.

1-3 months

Lifts head up a little bit when on his tummy. **Reacts to sudden movement or noises.** Makes sounds such as “cooing”. **Follows moving objects with eyes.** Smiles when played with. **Grasps small object if placed in hand.**

3-6 months

Lifts head and chest when on tummy. **Tries to roll over.** Tries to reach and hold objects. **Seems to know familiar objects and people.** Makes little sounds like “ee” “aa” “oo.” **Sometimes laughs or chuckles.** Turns head toward sounds such as bell, voice, music.

6-9 months

Sits by himself when placed in a sitting position. **Rolls from tummy to back, and back to tummy.** Begins to creep on her tummy. **Feeds himself a cracker.** May pass objects from hand to hand. **Makes sounds such as, “baba, gugu, didi.”** Uses crying to show different needs (hunger, anger). **Knows strangers from family.** Begins to play simple games (peek-a-boo, pat-a-cake).

9-12 months

Pulls herself to sitting and/or standing position. **Creeps or crawls (perhaps backwards at first).** Picks things up with thumb and forefinger. **Can stack two blocks or objects.** Understands simple words (“Mommy,” “Daddy,” “Dog,” “Bye-bye”). **Knows his own name.** Pays attention to simple commands such as “Give it to me.” **Copies sounds and words such as “Mama” and “Dada.”**

12-15 months

Begins to walk by herself; may walk by holding onto furniture. **Begins self-feeding (lifts cup with two hands, starts using a spoon).** Turns pages two or three at a time. **Tries to build and stack objects.** Talks nonsense words. **Can say two or more words besides “Mama” & “Dada.”** Understands more of what is being said to him. **Plays by herself, but also likes to be with others.**

15-18 months

Walks by himself; can often walk upstairs with help. **Can throw a ball without falling.** Scribbles with crayons; can push and pull toys. **Imitates simple words (may use many words).** Can point to simple pictures such as dog, baby, and car. **Imitates simple actions such as cleaning and reading.** Begins to ask parent for help when needed.

18-24 months

Walks well; may begin to run; can climb stairs. **Can put squares and circles into puzzles.** Combines two or more words (“Play ball,” “Me want cookie”). **Knows self in mirror or picture.** May say “No” to bedtime, certain foods and simple requests. **Likes to move to music.** Plays for longer periods of time.

24-30 months

Jumps, runs, kicks a ball, walks up and down stairs. **Turns pages one at a time.** Can help to dress and undress herself. **Can feed himself well with a spoon.** Speaks in short sentences. **Begins to name objects in books.** Knows some colors. **Points to four or five parts of the body.** Plays with other children, usually for short periods of time.

30-36 months

Walks upstairs (one foot on a step). **Puts shoes on (no lacing).** Brushes teeth with some help. **Says first and last name; repeats some nursery rhymes.** Knows difference between “big” or “little,” and “boy” or “girl”. **Begins to ask to use the toilet during the day.** Shares, tells stories, likes to play pretend with other children.

Remember, these are just some things to look for. If you have any questions about how your child is developing, call your doctor, nurse or other health provider.

Ask for a screening at your next well child visit to the doctor

Visit www.earlychildhoodnm.com

Call infonet at 1-800-552-8195



Observe y ayude a sus niños a crecer



¿Cómo está creciendo y desarrollándose su niño?

Debajo hay una lista de pasos por los que muchos niños pasan desde el nacimiento hasta los 3 años. Estos signos y pasos le ayudarán a saber si usted tiene que llevar a su niño para tener un examen más detallado.

Si su niño no está tomando algunos de estos pasos, hágale saber a su doctor. Recuerde que cada niño es diferente. Por eso, es importante enterarse si su niño se está desarrollando a su medida.

De 1-3 meses

Levantan su cabeza un poco cuando están sobre su barriga. **Reaccionan a movimientos o ruidos repentinos.** Hace sonidos como “arrullos”. **Sigue objetos en movimiento con la vista.** Sonríe cuando uno juega con él. **Agarra objetos pequeños si le se ponen en la mano.**

De 3-6 meses

Levanta su cabeza y pecho cuando está sobre su barriga. **Trata de darse vuelta.** Trata de alcanzar o agarrar objetos. **Parece conocer objetos familiares y personas.** Hace pequeños sonidos como “ee” “aa” “oo.” **A veces sonríe o carcajea.** Mueve su cabeza hacia sonidos como campanas, voces, música.

De 6-9 meses

Se queda sentado si se le pone en posición sentada. **Se rueda de su barriga hacia su espalda y de nuevo a su barriga.** Comienza a arrastrarse en su barriga. **Se puede comer una galleta por sí solo.** Puede pasar objetos de una mano a otra. **Hace sonidos como, “baba, gugu, didi.”** Lloro para demostrar diferentes necesidades (hambre, enojo). **Reconoce entre las personas conocidas y los que no son conocidos.** Comienza a jugar juegos simples (reque-reque, tortillitas para mamá).

De 9-12 meses

Se puede sentar o ponerse de pie. **Gatea (quizás de espalda primero).** Levanta cosas con el pulgar o dedo índice. **Puede apilar dos bloques u objetos.** Entiende palabras simples (“Mami,” “Papá,” “Perro,” “Adiós”). **Reconoce su nombre.** Presta atención cuando se le pide que haga algo, como “Dámelo.” **Copia sonidos y palabras tales como “Mamá” y “Papá.”**

De 12-15 meses

Comienza a caminar por sí solo; puede que camine agarrándose de los muebles. **Comienza a darse de comer por sí solo (levanta la taza con ambas manos, comienza a usar la cuchara).** Pasa páginas de un libro dos o tres a la vez. **Trata de construir o apilar objetos.** Trata de decir palabras aunque no tengan sentido. **Puede decir dos o más palabras además de “Mamá” & “Papá.”** Cada día entiende más de lo que uno le dice. **Juega solo, pero también le gusta estar con otros.**

De 15-18 meses

Habla por sí solo; puede subir escaleras con ayuda. **Puede tirar una pelota sin caerse.** Hace garabatos con creyones; puede empujar o tirar juguetes. **Imita palabras simples (puede usar varias palabras).** Puede identificar imágenes tales como de un perro, bebé, y carro. **Imita acciones simples como estar limpiando o leyendo.** Comienza a pedirle a ayuda a los padres cuando lo necesita.

De 18-24 meses

Camina bien; puede comenzar a correr, puede subir escalones. **Puede poner cuadrados o círculos en rompecabezas.** Combina dos o más palabras (“Jugar pelota,” “Yo quiero galleta”). **Reconoce su propio imagen en el espejo en una foto.** Puede decir “No” cuando se le pide que se duerma, o decir ‘no’ a ciertas comidas o cuando se le pide que haga algo. **Le gusta moverse con la música.** Juega períodos de tiempo más largos.

De 30-36 meses

Sube escalones, (un pie por escalón). **Se pone los zapatos (no los amarra).** Se lava los dientes con ayuda. **Dice su nombre y apellido; repite algunas rimas infantiles.** Sabe la diferencia entre “grande” o “pequeño,” y “niño” o “niña”. **Empieza a avisar que tiene que ir al baño.** Comparte, relata historias, le gusta jugar pretender con otros niños.

De 24-30 meses

Brinca, corre, patea una pelota, sube y baja escalones. **Pasa páginas una a la vez.** Puede ayudar a vestirse. **Puede alimentarse bien con una cuchara.** Habla usando frases sencillas. **Comienza a nombrar objetos en libros.** Conoce los colores. **Señala cuatro o cinco partes del cuerpo.** Juega con otros niños, usualmente por períodos cortos de tiempo.

La financiación para el desarrollo de este documento viene al Departamento de Salud de Nuevo México a través de los Sistemas Integrales de *Early Childhood* (Primera Infancia); Edificando Salud a través de la iniciativa de Integración (ECCS), una subvención de la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA), Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.

Recuerde, éstas son algunas de las cosas que puede encontrar. Si tiene alguna pregunta acerca de cómo se está desarrollando su niño, llame a su doctor, proveedor de salud u otro experto sobre el desarrollo infantil.

En su próxima visita al médico para su niño, **pida** un examen de desarrollo infantil

Llame a infonet al 1-800-552-8195

Visita a la página web:
www.earlychildhoodnm.com

