
La visita del Programa de Salud Infantil de los 12 a 24 meses

Puntos clave en el desarrollo del año a los dos años de edad:

- Durante este año se adquirirán nuevas habilidades como caminar, correr y decir las primeras frases.
- Los niños de esta edad son capaces más de entender lo que les dicen, que de expresar lo que quieren a través de palabras y gestos.
- El niño durante los primeros dos años de edad se moverá más, a veces mucho y es lo normal. Empieza a ser consciente de su cuerpo y de lo que ocurre alrededor. Aumenta su interés por nuevos objetos, personas, relaciones ...
- En esta época se van a mostrar con una actitud más independiente, a veces desafiante, se reconocen en el espejo y comienzan a imitar comportamientos.

¿Por qué es importante acudir al pediatra si el niño está sano?

Como a cualquier edad es de vital importancia la revisión del niño dentro del [Programa de Salud Infantil](#). Se evaluarán aspectos como el desarrollo psicomotor, el crecimiento, la alimentación y se darán consejos anticipatorios de salud. Se detectan problemas de salud de manera precoz.

¿Cuántas veces se debe de ir al pediatra entre los 12 y los 24 meses?

No hay un calendario ideal de revisiones. Por ello, es distinto en las diferentes Comunidades Autónomas. Habitualmente se recomiendan tres visitas. Una de ellas entre los 12 y 15 meses, otra entre los 15-18 meses y la tercera de los 18 a los 24 meses. Suelen coincidir con las vacunas.

¿Qué aspectos se van a valorar en las revisiones?

A. El crecimiento. Con frecuencia a los padres les preocupa. La valoración del crecimiento es un indicador muy sensible de su estado de salud y bienestar.

- De los 12 a 24 meses los niños crecen muy rápidamente. En este periodo la alimentación sigue siendo el principal determinante del crecimiento. Tras este periodo, los niños alcanzaran su propio potencial de desarrollo, es decir se posicionarán en la curva de crecimiento que les corresponde.

- En cuanto al peso, se valorará si lo gana de forma adecuada. Muchas enfermedades pueden manifestarse con estancamiento de la curva de peso.

B. La alimentación. A partir de los 12 meses el niño se debe incorporar definitivamente a la alimentación

familiar.

- Es fundamental el inicio de ingesta de alimentos sólidos de manera paulatina. Se debe favorecer así la masticación.
- Es recomendable realizar cinco comidas. Los hidratos de carbono (el arroz, la pasta, los cereales) deben ser la principal fuente de energía. La variedad de la dieta, es muy importante.
- Al año de vida, pueden tomar leche entera de vaca. No se recomienda la leche semi- o desnatada en los menores de dos años. Si el niño [sigue con lactancia materna](#) puede mantenerla. No se recomienda tomar más de 3 raciones de leche al día o derivados. Se debe evitar el uso prolongado de biberones y la alimentación nocturna.
- Entre los 12 y los 18 meses de edad, es un buen momento para hacer la transición al vaso o la taza. En vez de retirarle todos los [biberones](#) de golpe, puede hacerse de forma progresiva.
- Es bueno que los niños coman frutas varias veces al día. Mejor a trocitos, o aplastadas. Es preferible ofrecerles frutas a zumos. Y es mejor no tomar [zumos envasados](#) porque en realidad tienen muy poca fruta y demasiada azúcar.
- Se debe tener cuidado con el exceso de sal y de azúcar, especialmente encubiertos en preparados industriales.
- Se desaconsejan comidas con riesgo de [atragantamiento](#) (frutos secos, uvas, aceitunas, golosinas, salchichas, palomitas...).

C. Vacunas

Las vacunas que están dentro del [calendario oficial de cada Comunidad Autónoma](#) son gratuitas. Están recomendadas de forma universal. No todas las Comunidades Autónomas tienen el mismo calendario vacunal. Si se va a hacer un [viaje al extranjero](#), se debe informar por si hace falta cualquier otro tipo de vacunas.

D. Promoción de la salud bucodental

- Se recomienda continuar con el [cepillado de los dientes](#). El cepillado deben hacerlo los padres.
- Se puede poner un mínima cantidad de pasta de dientes infantil (1000 ppm de [flúor](#)) sobre el cepillo.

E. Recomendaciones para protegerse del sol

- La [protección](#) por excelencia es no exponerse al sol. La ropa es la forma más útil de protegerse del sol. Se recomienda una exposición a la luz solar de unos 15 minutos para activar a la vitamina D. Se recomienda llevar una gorra y gafas de sol con filtro UV.
- Se aplicarán [cremas de sol](#) sobre la piel seca unos 30 minutos antes de la exposición. De nuevo aplicar cada dos horas y después del baño. Las cremas fotoprotectoras deben tener un factor de protección mayor de 15.

F. Prevención de accidentes ([Decálogo de la Prevención de Accidentes](#))

- Se deben usar [sistemas de retención infantil](#) en el automóvil. El asiento más seguro es el central de la parte

posterior. Nunca deberán ir en el asiento delantero, (si esto fuera así se debe desconectar siempre el airbag). Los niños deberán viajar en sentido contrario a la marcha el mayor tiempo posible (hasta los 4 años si su estatura lo permite).

- Los medicamentos y los productos limpieza deben estar fuera del alcance de los niños. Teléfono del Instituto de Toxicología: 91.562.04.20; disponible 24 horas.

- Los enchufes deben estar protegidos. No se deben colocar sillas cerca de ventanas o balcones.

CRIBADOS

Son actividades que realizamos los profesionales orientadas a la detección precoz de enfermedades. De esta forma se puede hacer un tratamiento temprano. Se realizan en todas las revisiones. Expresa al pediatra tus preocupaciones sobre el desarrollo y conducta de tu hijo. Las señales de alarma no implican necesariamente una afectación del desarrollo neurológico.

¿Qué tipo de cribados se realizan entre los 12 y los 24 meses?

A. Cribado visual: En esta etapa se va a vigilar si hay un estrabismo. Puede ser causa posterior de un [ojo vago](#) o ambliopía. Los padres deberán fijarse si el niño tuerce los ojos, gira la cabeza de forma rara para mirar o parpadea frecuentemente.

B. Cribado de sordera y Cribado del lenguaje

- Aunque con grandes variaciones, a los 12 meses habitualmente dicen tres palabras con significado (Pej.- "mama", "papa", "agua"). Deben señalar un ruido inesperado o a personas u objetos familiares si se le pide. Entre los 18-24 meses usan frases de dos palabras. Señala las partes de su cuerpo. Y realiza órdenes sencillas. (Lee: [Las primeras palabras \(desarrollo del lenguaje infantil\)](#))

- Debemos [alertarnos](#) si a los 24 meses no dice "mama o papa" ni otros nombres. Si no responde a órdenes sencillas y no dice aproximadamente 25 palabras.

C. Cribado de desarrollo psicomotor: A los 12 meses suelen comenzar a caminar con apoyo. [Deberemos alertarnos](#) si a los 18 meses no anda sólo.

Entre los 12 y 24 meses, comienzan hacer marcas o garabatos en el papel.

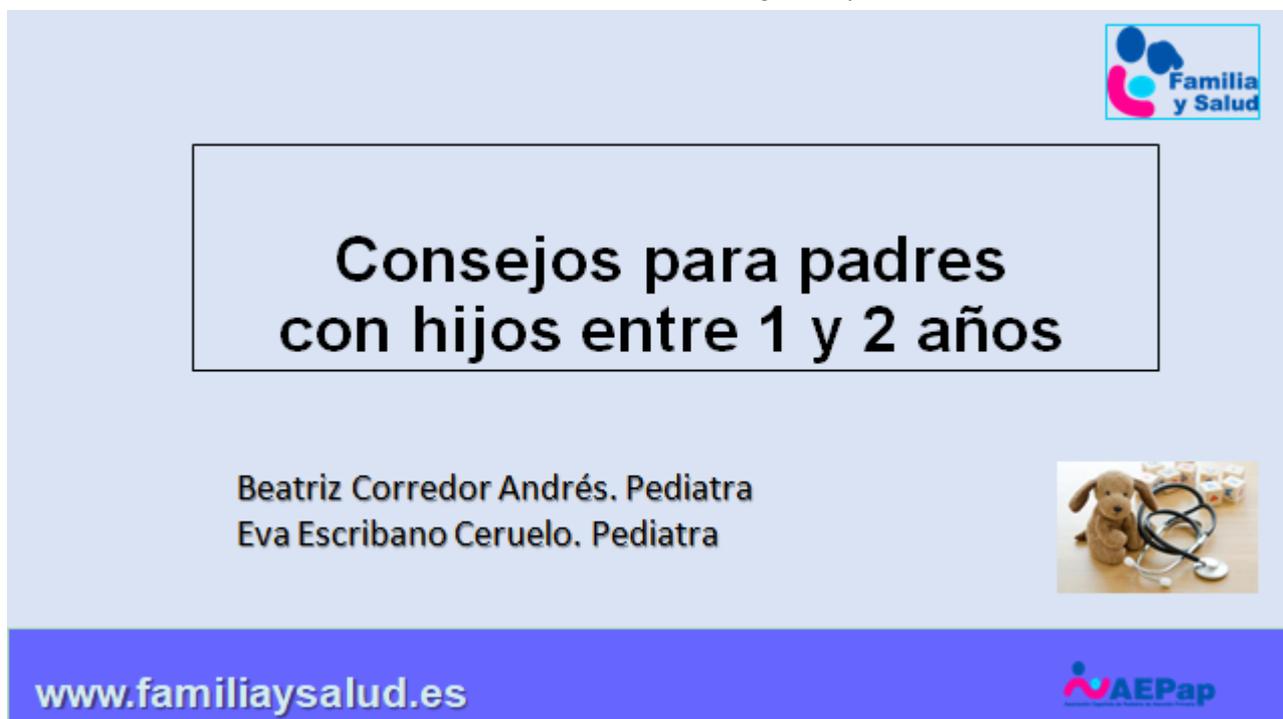
¿Qué hacer con tu hijo de 1 a 2 años? (VER VÍDEO ADJUNTO)

- Léele todos los días
- Pídele que busque objetos, busque a miembros de la familia y que se señale partes del cuerpo
- Fomenta el desarrollo del lenguaje de tu hijo
- Juega a realizar juegos de rompecabezas simples
- Fomenta comportamientos adecuados y evita regañarle por los comportamientos inadecuados (explícale como debería ser lo adecuado)
- Fomenta el descubrimiento de nuevos objetos o sensaciones (ir a dar paseos al campo, montar en autobús ...)

- Limita el uso de pantallas. No se recomienda el uso de pantallas multimedia (tablet, móvil, televisión ...) en los menores de 2 años

Revisado por [Grupo PrevInfad](#) (Prevención en la infancia y adolescencia) de la AEPap

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



The image shows the cover of a presentation. At the top right is the logo for 'Familia y Salud', which consists of three stylized human figures in blue, pink, and light blue. The title 'Consejos para padres con hijos entre 1 y 2 años' is centered in a large, bold, black font within a white rectangular box. Below the title, the authors' names are listed: 'Beatriz Corredor Andrés. Pediatra' and 'Eva Escribano Ceruelo. Pediatra'. To the right of the authors' names is a small photograph of a brown stuffed dog, a stethoscope, and several small white containers. At the bottom left of the cover is the website address 'www.familiaysalud.es' in white text on a blue background. At the bottom right is the logo for 'AEPap', which features a stylized human figure in red and blue.

Fecha de publicación: 21-10-2015

Última fecha de actualización: 30-09-2020

Autor/es:

- [Beatriz Corredor Andrés](#). Pediatra.. Hospital Virgen de la Salud. Toledo.
- [Eva Escribano Ceruelo](#). Pediatra. Hospital Infantil Universitario "Niño Jesús". Madrid

