

## **Atención del niño sano a los 15 meses**

### **(Well Child Care at 15 Months)**

#### **Nutrición**

Los bebés a esta edad deberían comer pequeñas porciones de todos los grupos de alimentos: carnes, frutas y verduras, productos lácteos, y cereales y granos. Su niño debe estar aprendiendo a alimentarse por sí solo. Usará sus dedos y quizá comenzará a usar una cuchara. Lo más seguro es que se ensuciará. Asegúrese de cortar la comida en trozos pequeños de modo que el niño no se ahogue. Los niños necesitan bocadillos saludables como el queso, las frutas y verduras. La comida no debe ser usada como recompensa.

A esta altura, la mayoría de los bebés deberían estar usando solamente el vasito. Si su niño todavía usa una mamila, pronto comenzará a causarle problemas con los dientes e infecciones de oído. A esta edad el bebé estará triste cuando deje el biberón, así que trate de reemplazarlo con otro artículo querido, como un osito o una cobija. Nunca deje que el bebé se lleve la mamila a la cama.

#### **Desarrollo**

Los niños pequeños son muy curiosos y quieren mandar. Esto es normal. Si están seguros, este es un buen momento para dejar a su hijo explorar cosas nuevas. Si usted siempre está ahí para proteger a su hijo, déjelo satisfacer su curiosidad. Los monos de peluche, juguetes para golpear, sartenes, ollas, y tazas medidoras, cajas vacías y bolas suaves, son algunos de los juguetes que su hijo puede disfrutar.

Los niños pequeños pueden querer imitar lo que usted está haciendo. Barrer, sacudir o lavar los platos de juguete puede ser divertido para los niños.

#### **Control del comportamiento**

Los niños pequeños comienzan a hacer rabietas aproximadamente a esta edad. Tenga paciencia. Si trata de razonar o castigar a su hijo en realidad puede hacer que la rabieta dure más tiempo. Lo mejor es asegurarse que su niño se encuentra en un lugar seguro y luego ignore la rabieta. Puede ignorarlo mejor si no lo observa directamente y no le habla o habla de él a otros cuando él puede escuchar lo que usted dice. En otro momento, busque una ocasión para alabar a su hijo. Hágale saber que nota sus buenas cualidades y conductas. No es aún el momento de comenzar a poner en penitencia. Puede comenzar a poner en penitencia a su hijo alrededor de los 2 años de edad. Si su hijo tiene problemas de conducta serios, como si golpea a otros, quizás tenga que comenzar más temprano.

#### **Lectura y medios electrónicos**

Debe leerle a su hijo todos los días. Los niños aprenden más rápido cuando se les lee libros. Elija libros con dibujos y colores interesantes. A esta edad, los niños pueden pedir que se les lea el mismo libro una y otra vez. Esta repetición es parte natural del aprendizaje.

Lo mejor es que los niños menores de 2 años de edad no miren televisión.

#### **Cuidado dental**

- Límpiele los dientes a su bebé después de las comidas y antes de irse a la cama.

- Puede desear concertar una cita para que su niño vea a dentista para la primera vez.

## **Consejos de seguridad**

### **La asfixia y el sofoco**

- Mantenga fuera de alcance las bolsas de plástico, los globos, los objetos duros y pequeños.
- Use únicamente juguetes irrompibles sin orillas filosas o partes pequeñas que pueden desprenderse.
- Corte los alimentos en trozos pequeños. Evite aquellos con los que un niño puede ahogarse (palomitas, cacahuates, salchichas, goma de mascar).

### **Incendios y quemaduras**

- Mantenga fuera de alcance los encendedores y los cerillos.
- No deje que su hijo juegue cerca de la estufa.
- Use los quemadores traseros de la estufa con los mangos de sartenes fuera de alcance.
- Baje la temperatura de su calentador de agua a 120°F (49°C).

### **Seguridad en el carro**

- Nunca deje a un niño solo en el carro.
- Use correctamente el asiento para carro aprobado para niños pequeños.
- Use su cinturón de seguridad.

### **Seguridad peatonal**

- Déle la mano al niño cuando haya tráfico.
- Supervise el área de juego al exterior.

### **Seguridad en el agua**

- Nunca deje a un bebé o niño pequeño solo en la bañera -NUNCA
- Observe constantemente al niño cerca de cualquier fuente de agua, incluyendo baños y cubetas. Mantenga cerradas las tapas de los inodoros, nunca deje agua en una cubeta sin atender y guarde las cubetas boca abajo.

### **Envenenamiento**

- Guarde todos los medicamentos, vitaminas, productos de limpieza y otros productos químicos bajo llave.
- Ponga el número del centro de envenenamiento en todos los teléfonos.
- Compre todos los medicamentos en recipientes con tapas de seguridad.
- No almacene venenos en botellas de bebidas, vasos o jarras.

### **Fumar**

- Los niños que viven en una casa donde hay alguien que fuma tienen más infecciones respiratorias. Sus síntomas son también más severos y duran más que los de los niños que viven en una casa sin fumadores.
- Si fuma, fije una fecha para dejar de hacerlo. Pídale a su profesional médico que lo ayude a dejar de fumar. Si no puede dejar de fumar, por lo menos NO fume en su casa o cerca de sus hijos.

## **Inmunizaciones**

A la visita de 15 meses, su niño podrá haber recibido vacunas.

Los niños de más de 6 meses de edad deberían darse la vacuna contra la influenza todos los años. Durante los primeros dos años de vida los niños deberían recibir un total de tres vacunas contra la influenza. Si tiene preguntas sobre la vacuna contra la influenza, consulte con su profesional médico.

Su niño puede presentar fiebre o estar irritable durante aproximadamente un día y también puede haber dolor, enrojecimiento e hinchazón en el área donde le pusieron las vacunas. Puede darle a su niño gotas de acetaminofeno en dosis apropiadas para ayudar a evitar la fiebre e irritabilidad. Para la hinchazón o dolor, ponga un paño húmedo y tibio en el área tan frecuentemente y por el período necesario para darle alivio.

Llame al médico de su hijo si:

- Su hijo presenta una reacción a las inyecciones además de fiebre e irritabilidad ligera (tal como sarpullido).
- La fiebre dura más de 36 horas.

A algunos pocos niños les da sarpullido y fiebre 7 a 14 días después de la vacuna contra sarampión-paperas-rubéola (MMR en inglés) o contra varicela. El sarpullido ocurre generalmente en el tronco del cuerpo y dura de 2 a 3 días.

Llame a su médico dentro de 24 horas si el sarpullido dura más de 3 días o tiene picazón. Llame al profesional médico de su hijo inmediatamente si aparecen manchas púrpuras en el sarpullido.

## Próxima visita

La próxima visita de su hijo deberá ser a los 18 meses de edad. Traiga los certificados de vacunación de su hijo en todas las visitas.

Escrito por el Dr. Robert Brayden.

Pediatric Advisor 2012.1 published by [RelayHealth](#).

Last modified: 2012-01-27

Last reviewed: 2011-09-20

Este material se revisa periódicamente y está sujeto a cambios en la medida que aparezca nueva información médica. Se proporciona sólo para fines informativos y educativos, y no pretende reemplazar la evaluación, consejo, diagnóstico o tratamiento médico proporcionados por su profesional de atención de la salud.

© 2012 RelayHealth and/or its affiliates. All rights reserved.

