

GUÍA PARA LOS PADRES

- A** Aprendiendo a hablar y comunicarse
- B** Preparación para el jardín infantil
- C** Rutinas familiares
- D** Seguridad
- E** Promoción del desarrollo social
- F** Qué esperar del control de salud de los 3 años



Aprendiendo a hablar y comunicarse

**A**

» Restringa la televisión y otro tipo de videos a un rango de entre 1 y 2 horas al día.

» Tenga claridad de la información que su hijo está consumiendo en la televisión.

» Lea a diario algún libro de manera conjunta. Hacerlo en voz alta es importante para prepararlo de cara a la educación preescolar.

» Muéstrelle libros y compartan diferentes cuentos.

» Tenga paciencia para que su hijo responda las preguntas que se le plantean.

» Preste atención a lo que expresa su hijo con mucha paciencia. Acentúe una gramática correcta.



Preparación para el jardín infantil

- » Desarrolle un ambiente adecuado para que empiece a ir al baño:
- » Usar ropa sencilla de sacar:
 - Llevarlo al baño cada 1 o 2 horas
 - Felicitarlo cuando haga pipí o caca pues aprendió algo nuevo.
- » Invente una rutina para que vaya al baño. Es importante que su hijo se sienta relajado mientras se sienta en el baño, haciendo alguna actividad de su gusto. El foco debe estar puesto en la educación preescolar.
- » Cuando quiera toser o estornudar, su hijo debe hacerlo en su hombro o antebrazo. Luego de eso, ayúdelo a limpiarse la nariz o la boca con un pañuelo.



Rutinas familiares



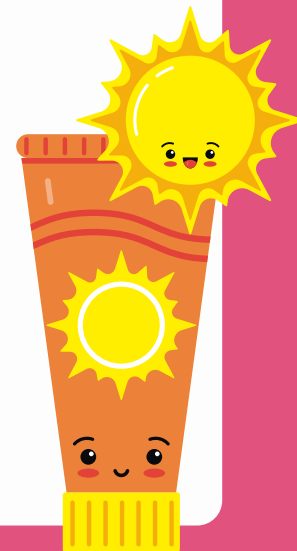
- » El hábito de la lectura debe desarrollarse, al menos, una vez al día.
- » Si a su hijo le gusta el mismo libro, no hay problema en repetir esa lectura varias veces.
- » Asista a lugares donde su hijo pueda aprender didácticamente, como zoológicos o museos interactivos.
- » Comparta comidas en familia.
- » Antes de que se vaya a dormir, implemente rutinas relajadas que dejen a su hijo tranquilo.
- » Realice la mayor cantidad de actividades en familia para fortalecer el lazo.
- » La familia debe concordar en la mejor manera en que el niño debe desarrollarse en esta etapa de crecimiento.
- » Las mismas reglas deben ser para toda la familia y así no confundir al niño.



Seguridad



- » La silla de seguridad debe instalarse correctamente en cualquier vehículo. Revise eso periódicamente.
- » No deje solo a su hijo en ningún momento, ya sea dentro de la casa o en el exterior. En especial si está jugando cerca de los autos.
- » Cuide su exposición al sol. Asegúrese que utilice un gorro y protector solar.
- » Asegúrese que pregunte si está bien acariciar a los animales antes de tener contacto con ellos.
- » Oblíquelo a usar casco si anda en triciclo o bicicleta.
- » Aleje al niño si hay alguna parrilla o fuego encendido. En lo posible, ponga barreras protectoras.
- » Arme un plan contra incendios en caso de que sea necesario.
- » Seguridad con el agua:
 - Vigile a su hijo cuando estén en una piscina o un pozo de agua. Siempre debe estar en compañía de algún adulto.
 - La tina y las piscinas plásticas deben ser vaciadas luego de ocuparlas.
 - La piscina debe estar siempre con una protección que impida al niño acercarse al agua.



Promoción del desarrollo social



- » Su hijo debe tener la posibilidad de jugar con otros menores de manera frecuente.
- » Es importante promover la generosidad de los juguetes que son propiedad de su hijo.
- » Dele a su hijo la opción de elegir, ya sea en sus juguetes, libros o lo que quiera comer.
- » Arme hábitos en actividades cotidianas como los juegos, la comida y al acostarse.
- » Asista junto a su hijo a plazas y áreas verdes donde pueda jugar con otros niños y así logre un desarrollo más integral.



Qué esperar del Control de Salud a los 3 años de edad



- Conversaremos de:

- » La lectura y lenguaje de su hijo.
- » Las reglas y buena conducta que debe seguir su hijo.
- » La forma de mantener activos a la familia.
- » La seguridad, tanto dentro como fuera de la casa.
- » Los juegos con otros niños.

