

## Crecimiento infantil: Cuándo hay que hablar con el pediatra.

Descubra cómo determinar si su hijo está creciendo como debe o si necesita ayuda.

Conforme su hijo vaya creciendo, irá alcanzando lo que comúnmente se conoce como "metas de crecimiento". Estas metas pueden ser gatear, hablar, caminar, etc.

Debido a que cada niño crece a su propio paso, no todos alcanzan las metas de crecimiento a la misma edad. Su hijo puede lograr algunas de ellas antes o después que otros niños.

Si tiene solo uno o dos meses de retraso con respecto a los demás niños, no suele haber problema, aunque hay que mantenerse alerta. Ahora bien, si lleva varios meses de retraso en una o más metas, conviene hablar con el pediatra. Conviene averiguar lo más pronto posible si realmente hay un retraso y cuál es la razón.

### Metas típicas del crecimiento

#### Metas que la mayoría de los niños alcanzan al cumplir un año:

- Expresar sus emociones con sonidos o gritos
- Gatear o arrastrarse
- Sentarse y ponerse de pie sin ayuda
- Reaccionar a las emociones de los demás con una sonrisa, una carcajada o lágrimas.
- Pronunciar palabras sueltas ("hola", "perro", "mamá", etc.)

#### Metas que la mayoría de los niños alcanzan a los dos años:

- Beber de una taza con tapa y usar cuchara
- Hacer garabatos con crayones o marcadores
- Seguir instrucciones sencillas
- Caminar sin ayuda
- Usar frases de dos o más palabras ("quero aba" o "teno fío")

#### Metas que la mayoría de los niños alcanzan a los tres años:

- Correr y saltar
- Construir torres con bloques
- Usar frases de dos o tres palabras
- Hacer preguntas para obtener más información.

### Cómo descubrir si hay un retraso

El pediatra le ayudará a ver si su hijo tiene un retraso. Él o ella usarán instrumentos pediátricos para guiarse en la búsqueda de posibles retrasos. De ser necesario, los mandará con un especialista en retrasos del crecimiento.

Cuando hay retrasos en el crecimiento, lo importante es descubrirlos lo más temprano posible.

## **Mientras más pronto, mejor**

Hable con el pediatra lo más pronto posible para tratar de corregir cualquier retraso que pudiera tener su hijo. Estas son algunas opciones que pueden servir:

- Fisioterapia (terapia física)
- Terapia ocupacional
- Terapia del habla
- Apoyo para problemas del oído o la vista
- Educación especial

Quizás se pregunte para qué sirven estos apoyos. La terapia del habla sirve en caso de que su hijo tuviera problemas para hablar o pronunciar palabras. La fisioterapia sirve si su hijo tiene problemas de equilibrio o coordinación.