

# Su hijo a los 5 años



Nombre del niño

Edad del niño

Fecha de hoy

¡Los indicadores son clave! La manera en que su hijo juega, aprende, habla, actúa y se mueve ofrece información importante sobre su desarrollo. Marque los indicadores que su hijo ha alcanzado al los 5 años de edad. Lleve esta información y en cada visita de rutina de su hijo hable con el médico sobre los indicadores que ha alcanzado y qué esperar a continuación.

## Lo que la mayoría de niños hace a esta edad

### En las áreas social y emocional

- Quiere complacer a los amigos
- Quiere parecerse a los amigos
- Es posible que haga más caso a las reglas
- Le gusta cantar, bailar y actuar
- Reconoce a qué sexo pertenecen las personas
- Puede distinguir la fantasía de la realidad
- Muestra más independencia (por ejemplo, puede ir solo a visitar a los vecinos [para esto todavía necesita la supervisión de un adulto])
- A veces es muy exigente y a veces muy cooperador

### En las áreas del habla y la comunicación

- Habla con mucha claridad
- Puede contar una historia sencilla usando oraciones completas
- Puede usar el tiempo futuro; por ejemplo, "la abuelita va a venir"
- Dice su nombre y dirección

### En el área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- Cuenta 10 o más objetos
- Puede dibujar una persona con al menos 6 partes del cuerpo
- Puede escribir algunas letras o números
- Copia triángulos y figuras geométricas
- Conoce las cosas de uso diario como el dinero y la comida

### En las áreas motora y de desarrollo físico

- Se para en un pie por 10 segundos o más
- Brinca y puede ser capaz de avanzar dando saltitos cortos alternando entre un pie y el otro
- Puede dar volteretas
- Usa tenedor y cuchara y, a veces, cuchillo
- Puede ir al baño solo
- Se columpia y trepa

## Usted conoce a su hijo mejor que nadie.

Reaccione pronto si tiene preocupaciones sobre la forma en que su hijo juega, aprende, habla, actúa o se mueve, o si:

- No ha alcanzado algunos indicadores
- No expresa una gran variedad de emociones
- Tiene comportamientos extremos (demasiado miedo, agresión, timidez o tristeza)
- Es demasiado retraído y pasivo
- Se distrae con facilidad, tiene problemas para concentrarse en una actividad por más de 5 minutos
- No les responde a las personas o lo hace solo superficialmente
- No puede distinguir la fantasía de la realidad
- No juega a una variedad de juegos y actividades
- No puede decir su nombre y apellido
- No usa correctamente los plurales y el tiempo pasado
- No habla de sus actividades o experiencias diarias
- No dibuja
- No puede cepillarse los dientes, lavarse y secarse las manos o desvestirse sin ayuda
- Pierde habilidades que había adquirido

**Dígale al médico o al enfermero de su hijo si nota cualquiera de estos signos de posible retraso en el desarrollo y pida que le hagan una prueba del desarrollo.**

Si usted o el médico siguen preocupados:

1. pida una remisión a un especialista y,
2. llame a cualquier escuela primaria pública para solicitar pruebas gratuitas a fin de averiguar si su hijo puede obtener servicios para ayudarlo.

Para obtener más información, visite [cdc.gov/Preocupado](http://cdc.gov/Preocupado).

**NO ESPERE.**

**¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!**



[www.cdc.gov/Pronto](http://www.cdc.gov/Pronto)  
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Descargue la **app**  
**Sigamos el Desarrollo**



**Aprenda los signos. Reaccione pronto.**

# Ayude a su bebé a aprender y a desarrollarse



Usted puede ayudar a su bebé a aprender y a desarrollarse. Hablen, lean, canten y jueguen juntos todos los días. A continuación hay algunas actividades que puede disfrutar hoy con su hijo de 5 años.

## Lo que usted puede hacer por su hijo de 5 años:

- Continúe organizando citas para jugar con los amiguitos, paseos al parque o grupos de juego. Dele a su hijo más libertad para elegir actividades para jugar con amigos, y deje que resuelva los problemas por sí mismo.
- Es posible que su hijo comience a “contestar” o a usar malas palabras como una forma de sentirse independiente. No le preste demasiada atención a este tipo de comportamiento verbal, más allá de no dejarlo hacer nada por un tiempo breve como castigo. En lugar de ello, felicite a su hijo cuando pida las cosas con cortesía y cuando acepte un “no” con tranquilidad.
- Este es un buen momento para hablar con su hijo acerca de cuándo está bien que lo toquen. Nadie debe tocarle las partes íntimas excepto los médicos o enfermeras durante un examen o los padres cuando lo estén bañando o limpiando.
- Enséñele a su hijo la dirección y el teléfono de su casa.
- Cuando le lea a su hijo, pídale que adivine qué va a pasar en la historia a continuación.
- Enséñele a su hijo conceptos como mañana, tarde, noche, hoy, mañana y ayer. Comience a enseñarle los días de la semana.
- Fomente el interés de su hijo en su comunidad. Por ejemplo, si a su hijo le encantan los animales, visite el zoológico o granjas donde se permite tocar a los animales. Vaya a la biblioteca o busque información en Internet sobre estos temas.
- Tenga siempre a mano una caja de crayones, papel, pintura, tijeras para niños y goma de pegar. Anime a su hijo a dibujar y terminar proyectos de arte con diferentes materiales.
- Juegue con juguetes que lo animen a armar cosas.
- Enséñele a su hijo a mover las piernas y a impulsarse en el columpio con los pies.
- Ayude a su hijo a colgarse de las barras del juego infantil de pasamanos.
- Salga a caminar con su hijo, organice una “búsqueda del tesoro en el vecindario o el parque”, ayúdelo a andar en bicicleta con rueditas (usando casco).

Milestones fue adaptado de CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, editado por Steven Shelov y Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 de la Academia Estadounidense de Pediatría. y BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, tercera edición, editado por Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw y Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: Academia Estadounidense de Pediatría.

Esta lista de verificación de los indicadores del desarrollo no es un sustituto de las herramientas estandarizadas y validadas para la evaluación del desarrollo.

[www.cdc.gov/Pronto](http://www.cdc.gov/Pronto) | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Aprenda los signos. Reaccione pronto.