

# Su bebé a los 2 meses



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 a los 2 meses. 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. ¡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 a los 2 meses. 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 bebés hace a esta edad

### En las áreas social y emocional

- Empieza a sonreírle a la gente
- Puede calmarse sin ayuda por breves momentos (se pone los dedos en la boca y se chupa la mano)
- Trata de mirar a sus padres

### En las áreas del habla y la comunicación

- Hace sonidos como de arrullo o gorjeos
- Mueve la cabeza hacia los sonidos

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

- Presta atención a las caras
- Comienza a seguir las cosas con los ojos y reconoce a las personas a la distancia
- Comienza a demostrar aburrimiento si no hay un cambio de actividad (llora, se inquieta)

### En las áreas motora y de desarrollo físico

- Puede mantener la cabeza alzada y trata de levantarse cuando está boca abajo
- Mueve las piernas y los brazos con mayor soltura

## 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 responde ante ruidos fuertes
- No sigue con la vista las cosas que se mueven
- No le sonríe a la gente
- No se lleva las manos a la boca
- No puede sostener la cabeza en alto cuando empuja el cuerpo hacia arriba estando boca abajo

**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 al programa de intervención temprana de su estado o territorio para saber si su hijo puede recibir servicios para ayudarlo. Obtenga más información y averigüe el número telefónico en [cdc.gov/IntervenciónTemprana](https://cdc.gov/IntervenciónTemprana).

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

## NO ESPERE.

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

**Para más información, pregúntale a tu doctor.**

# 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 bebé de 2 meses.

## Lo que usted puede hacer por su bebé de 2 meses:

- Abrácelo, hágale y juegue con su bebé a la hora de comer, cuando lo vista y cuando lo bañe.
- Ayude a su bebé a que aprenda a calmarse solo. Está bien que se chupe el dedo.
- Establezca una rutina con su bebé, por ejemplo que duerma más de noche que de día y que tenga regularidad en sus horarios.
- Estar en sintonía con las cosas que le gustan y las que no le gustan a su bebé la hará sentir más cómoda y confiada.
- Demuestre su entusiasmo y sonría cuando su bebé produce sonidos.
- De vez en cuando, copie los sonidos que hace el bebé, pero también utilice un lenguaje claro.
- Preste atención a los diferentes llantos de su bebé, para poder aprender a distinguir qué es lo que quiere.
- Háblele, léale y cántele a su bebé.
- Juegue a esconder la cara detrás de sus manos. Enseñe a su bebé a que juegue a esconder su carita también.
- Coloque un espejo para bebés en la cuna, para que pueda mirarse en él.
- Miren ilustraciones juntos y hágale al bebé sobre lo que ven en ellas.
- Acueste al bebé boca abajo cuando está despierto y coloque juguetes a su alrededor.
- Sostenga juguetes frente al bebé, para que los vea y así alentarlos a alzar la cabeza.
- Sostenga un juguete o un sonajero por encima de la cabeza del bebé, para alentarlos a alcanzarlo.
- Sostenga al bebé de pie, con los pies apoyados en el piso. Cánteles o hágales a su bebé mientras está así, parado.

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.

**Para más información, pregúntale a tu doctor.**