



Acompañándote en tu infancia: cuidados del niño de 0 a 16 años

Cuidado del niño de 12 meses

1. Régimen de vida

- Baño diario, limpieza de pañales, etc.
- Es posible que se mantenga en pie agarrándose, poco tiempo. Puede dar pasitos sujetos al parque o a un adulto.
- Comienza a pronunciar tres o cuatro palabras.
- Reacciona al oír su nombre
- Imita las actividades de los demás y comprende buena parte de lo que se le comunica.
- Devuelve abrazos y besos.
- Se distrae solo más tiempo.
- Reconoce órdenes.
- Reconoce palabras antes de saber nombrarlas.

2. Estimulación

- Juega a buscar objetos escondidos.
- Reforzar conductas positivas.
- Llamará la atención de los demás para que jueguen con él.
- Aprende a pasar las páginas de un libro
- Juega con él a contar cuentos.

3. Prevención de accidentes

- Retirar objetos pequeños de su alcance.
- No dejarlo nunca solo en la bañera.

- Si monta en coche debe ir en el asiento trasero con un dispositivo de seguridad apropiado a su peso.
- Los enchufes, ranuras y agujeros les llaman mucho la atención, poned protectores en cada enchufe y comprobad que no podrá quitarlos.
- Todos aquellos productos tóxicos (colonias, lejías, etc.) y objetos cortantes (cuchillas de afeitar, útiles de cocina, etc.) lejos de su alcance.
- Cuidado en la cocina con los mangos de cacerolas y sartenes que sobresalen.
- Si en casa hay chimenea, protegedla con una rejilla.
- No darle bolsas de plástico como juguetes.

4. Alimentación

- Introducir el pescado azul cocido (fresco o congelado). Comenzar con 25 g, subiendo la cantidad progresivamente hasta llegar a 50g.
- Comenzar con las legumbres. Entre los 11-12 meses evitar aquellas muy flatulentas (judías).
- La clara de huevo se introducirá tal y como se hizo con la yema, progresivamente. Cuando esté totalmente introducida, se podrá empezar con tortillas, rebozados, etc.
- Dar al menos 500 cc de leche al día.

Contacto Servicio de Pediatría Hospital El Pilar

Consultas ubicadas en el *Centro de Consultas externas - Alfonso XII* situado en la calle Alfonso XII nº 43. Para concertar visita, se puede realizar llamando al **932 386 535** o bien a través del Portal del Paciente.

Urgencias Pediátricas 24h.

Hospital El Pilar - Grupo Quirónsalud. C/ Balmes 271 08006 Barcelona. 932 360 512



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "**Mi Quirónsalud**" de quironsalud.es, o en nuestra App.