



ALIMENTACIÓN

- Comparte la mesa familiar, las conversaciones, las comidas. Usa su plato, vaso y cuchara. Sigue experimentando la comida con diversos sentidos (permitir que la toque) Come en su silla. Mantener aunque sea por algunos minutos y en forma creciente la sobremesa, evitar televisión de fondo u otros dispersores.
- Hacer las cuatro comidas principales y dos colaciones (media mañana y media tarde) evitando el picoteo.
- Comenzar el destete paulatinamente. Ofrecer no mas de 500ml de leche al día durante este año.
- Evitar comidas chatarra con alto contenido de grasas, sodio, conservantes, colorantes.



SUEÑO

- Verlos jugar con vitalidad, sin irritabilidad ni somnolencia es parámetro de que descansa lo suficiente. Ya no necesita las siestas. Manejar posibilidad de terrores nocturnos o pesadillas.
- Revisá hábitos y rutinas previos al dormir que favorezcan que el niño pueda sentirse seguro en su entorno (un cuento, narración de lo ocurrido en el día, historia sobre mamá y papá cuando eran chiquitos y se iban a dormir, etc).



CONDUCTA

- El opositorismo, desafío, lucha por el poder, baja tolerancia a la frustración y la omnipotencia son características de esta edad. El juego y narración de cuentos pueden canalizar estas conductas. Ayuda que participe de pequeñas elecciones.
- Desde los 18 meses comienzan los "berrinches". Lo adecuado para los padres es mantener la calma, hablar con voz firme y frases simples, abrazarlo para contenerlo y no ceder ni reaccionar violentamente. Reafirmar conductas adecuadas cuando el niño esté en calma.
- Poner límites sin dejar de ser afectuoso -como por ejemplo, "yo te quiero pero no me gusta que hagas eso"- . Se pueden usar estrategias del retiro del estímulo, el lugar para pensar por periodos cortos (1 a 2 minutos).
- Aparece curiosidad normal por los genitales. Transmitir la importancia de enseñarles sobre privacidad, cuidado de su cuerpo e intimidad. Usar términos correctos para nombrar los genitales.



ESFÍNTERES

- El proceso de aprendizaje de continencia fecal y de orina diurna es de 6 meses de duración. La incontinencia de orina nocturna hasta los 5 años no se considera alteración. Utilizar pelela sólo en el baño, también adaptadores de inodoro con apoyo de pies (posición ergonómica). Puede aparecer constipación: ayuda jugar con agua, arena, arcilla y masa (permitirle ensuciarse y usar recipientes para trasvasar).



PREVENCIÓN

- Necesitan supervisión constante.
- Alejalos de escaleras, balcones y piletas.
- Supervisión al manipular líquidos calientes.
- No permitas que se acerquen a estufas y hornos.
- Protégelos de enchufes y cables.
- Evitá dejarlos en superficies altas (cama de los padres, cambiador) o sin cinturón (sillita de comer, cochecito)
- No aconsejamos el uso de andadores.
- En el auto deben viajar en su sillita mirando hacia atrás hasta el año o los 10 kg de peso.
- Recordá cepillar sus dientes 2 veces por día.



JUEGO

- Aún no comparte sus juguetes o su juego.
- Presentarle juguetes sencillos que desarrollen su imaginación y habilidades motrices.
- Ambos sexos disfrutan de jugar a cuidar y alimentar.

Ofrecemos atención médica para niños desde el nacimiento hasta los 21 años de edad. Nos centramos en la familia, con el objetivo de apoyar la promoción de la salud y la prevención de enfermedades de la infancia y adolescencia.

ESPECIALIDADES

Médicos Pediatras
Neurología Pediátrica
Cirugía Pediátrica
Crianza y Lactancia
Neumonología Pediátrica



GRUPO PEDIÁTRICO
BELGRANO R



PARA MÁS
INFORMACIÓN VISITÁ:

WWW.PEDIATRIABELGRANOR.COM



GUIAS DE SEGUIMIENTO

NIÑOS DE 2-3 AÑOS



URGENCIAS
4786 2870



TURNOS
4786 8832



Lun a vie
10 A 19 hs

Sábado
9 A 12:30 hs