

# Desarrollo de los niños de 6 a 12 años (Child development: 6 to 12 years old)

---



Todos los niños crecen y se desarrollan a un ritmo distinto. A medida que su niño crezca le dará señales sobre cómo se desarrolla su cuerpo y su mente:

- La forma como aprende, actúa, juega y habla.
- Ciertas señales, llamadas hitos del desarrollo. Estas le pueden dar una idea del progreso de su hijo.

## Hitos del desarrollo en la edad escolar

A esta edad, su niño es físicamente más activo y los amigos son importantes para él. Su niño debe:

- Pensar con claridad.
- Comprender un problema o situación
- Esmerarse en hablar sobre sus pensamientos y sentimiento.
- Comenzar a hablar como sus amigos y a repetir lo que escucha en televisión.
- Hacer preguntas y contestarlas.
- Hablar y entender a los demás.
- Ser más fuerte.
- Comenzar a leer y a escribir.
- Vestirse por su cuenta.
- Querer ser aceptado por sus amigos.
- Jugar en grupo.
- Querer más libertad.

## Sugerencias para ayudar a su niño a crecer y desarrollarse

- Permítale jugar y hacer ejercicio diariamente.
- Permítale tratar diferentes cosas (como música, deportes o arte).
- Dedíquele tiempo.
- Conozca a las familias de los amigos de su niño.
- Anímelo a dormir de 8 a 10 horas cada noche:
  - Limite el uso del teléfono celular, la computadora y la televisión 1 hora antes de dormirse.
  - Mantenga una rutina tranquila en la noche.
  - Limite las bebidas que contengan cafeína (como el té y las gaseosas).
- Ofrézcale meriendas y alimentos saludables, como:
  - Frutas y verduras
  - Yogurt y leche baja en grasa
  - Panes, cereales y galletas de grano integral
  - Carnes magras, huevos y queso

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

# **Desarrollo de los niños de 6 a 12 años, continuación**

---

## **Preguntas para hacer al médico de su niño**

- ¿Qué debo hacer si me preocupa el desarrollo de mi niño?
- ¿Dónde puedo obtener más información sobre el desarrollo del niño?

Como padre, ¡usted es quién conoce mejor a su niño! Si le preocupa que no haya alcanzado estos hitos del desarrollo, o los está alcanzando mucho más tarde que los otros niños, por favor consulte con su médico.

**Esta hoja educativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.**