

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

---



Todos los niños crecen y se desarrollan a distinto ritmo. A medida que su hijo crezca le dará pistas sobre cómo se desarrolla su cuerpo y su mente. Esto incluye:

- La forma como aprende actúa, juega y habla.
- Ciertas etapas importantes (hitos del desarrollo) que le pueden dar una idea del progreso de su hijo.

## Hitos del desarrollo en la edad escolar

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

- Pensar con claridad.
- Comprender un problema o situación
- Esmerarse en hablar sobre sus pensamientos y sentimientos.
- 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 escribir.
- Vestirse solo.
- Querer ser aceptado por sus amigos.
- Jugar en grupo.
- Querer más libertad.

## Consejos para ayudar a que su hijo crezca y se desarrolle

- Permita que juegue y haga ejercicio a diario.
- Permita que pruebe cosas diferentes (como música, deportes o arte).
- Dedíquele tiempo.
- Conozca a las familias de los amigos de su hijo.
- Anímelo a que duerma de 8 a 10 horas por noche:
  - Limite el uso de su teléfono celular, la computadora y la televisión 1 hora antes de dormirse.
  - Mantenga una rutina tranquila por la noche.
  - Limite las bebidas que contengan cafeína (como el té y las gaseosas).
- Ofrezcale meriendas y alimentos saludables, como:
  - Frutas y verduras
  - Yogur 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 el médico de su hijo**

- ¿Qué debo hacer si me preocupa el desarrollo de mi hijo?
- ¿Dónde puedo obtener más información sobre el desarrollo en los niños?

Como padre ¡usted es quién conoce mejor a su hijo! Por favor consulte a su médico si le preocupa que su hijo no este alcanzado estos hitos del desarrollo, o los esté alcanzando mucho después que otros niños.

**Esta hoja informativa 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.**