



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO
DIRECCIÓN DE LOS CENDI Y JARDÍN
DE NIÑOS

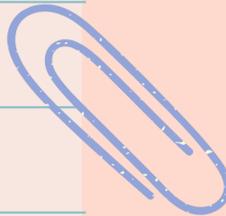


Hitos del desarrollo de 3 a 5 años



Estimadas madres usuarias:

Nos da gusto poder saludarlas nuevamente, la Comisión Mixta Permanente de los CENDI y Jardín de Niños a través de la Coordinación Médica presenta información de interés para las familias de nuestra comunidad. La forma en que los niños y niñas juegan, aprenden, hablan y actúan nos da señales de como se está desarrollando. Los indicadores del crecimiento son las habilidades que la mayoría de los niños y niñas logran realizar a cierta edad y con esta información les iremos presentando estas habilidades, para conocer el crecimiento y desarrollo que los niños y niñas deben desarrollar de manera natural y detectar algún retraso en este aprendizaje.



Los **hitos del desarrollo** son comportamientos o destrezas físicas observadas en lactantes, niñas y niños a medida que crecen y se desarrollan.



Hay un rango normal dentro del cual un niño o niña puede alcanzar un hito.

La edad preescolar es un periodo de cambios importantes. El niño o niña logra avances significativos en el lenguaje y motricidad.

Estos cambios permitirán que el niño y niña sean cada vez más autónomos y que sea capaz de socializar.

La falta de crecimiento y desarrollo es una de las causas más frecuentes de consulta del niño sano, la intención es darle un seguimiento al crecimiento y desarrollo del niño y niña para lograr un óptimo desarrollo.

3 a 4
años



Movimientos que debe lograr:

- Brinca y se para en un pie hasta por cinco segundos.
- Sube y baja escalones sin apoyo.
- Patea una pelota hacia adelante.
- Lanza la pelota por encima del hombro.
- Atrapa la pelota en rebote la mayoría de las veces.
- Se mueve hacia adelante y hacia atrás con agilidad.



Pinza fina e inicios de escritura:

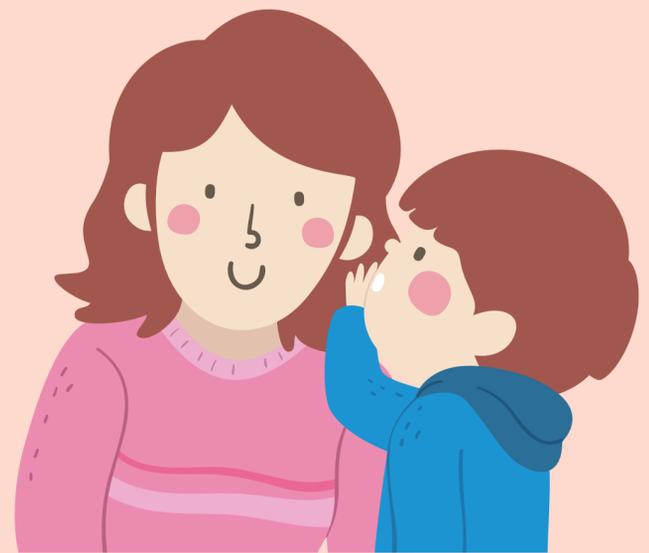
- Copia figuras cuadradas.
- Dibuja a una persona con dos a cuatro partes del cuerpo.
- Usa las tijeras.
- Dibuja círculos y cuadrados.
- Comienza a copiar algunas letras mayúsculas.





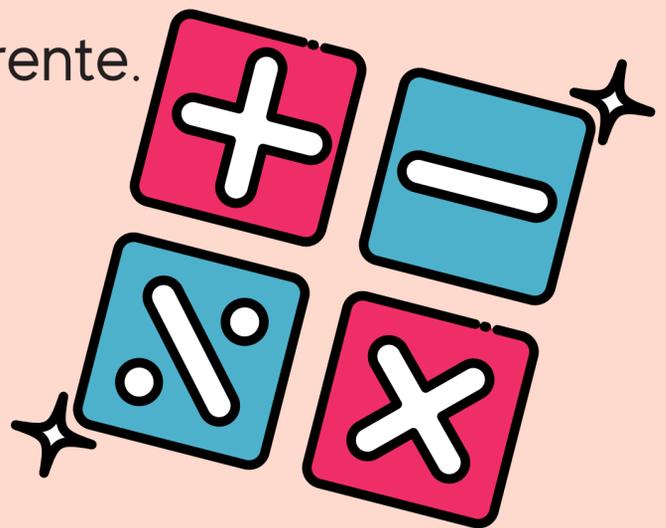
Logros del lenguaje:

- Ha dominado algunas reglas básicas de gramática.
- Se expresa con oraciones de cinco a seis palabras.
- Habla lo suficientemente claro para que lo entiendan.
- Cuenta historias.



Logros cognitivos:

- Nombra correctamente algunos colores.
- Comprende el concepto de contar y puede saberse algunos números.
- Aborda los problemas desde un solo punto de vista.
- Comienza a tener un sentido más claro del tiempo.
- Sigue órdenes de tres partes.
- Recuerda partes de una historia.
- Comprende el concepto de igual/diferente.
- Participa en juegos de fantasía.



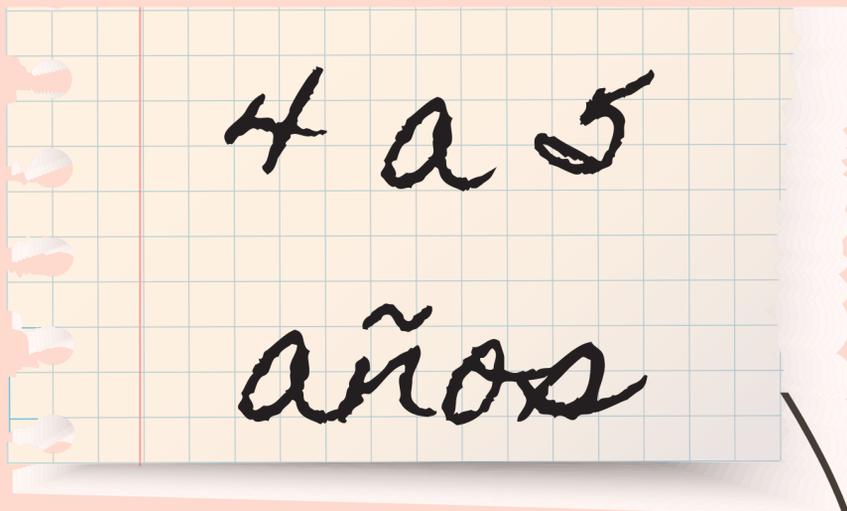
Logros sociales y emocionales:

- Le interesan nuevas experiencias.
- Coopera con otros niños y niñas.
- Juega a "mamá" o "papá".
- Tiene cada vez más iniciativa en juegos de fantasía.
- Logra vestirse o desvestirse con ayuda.
- Llega a un acuerdo en los conflictos.
- Más independiente.
- Se ve a sí mismo como una persona plena, que implica cuerpo, mente y sentimientos.
- A menudo no puede distinguir entre fantasía y realidad.



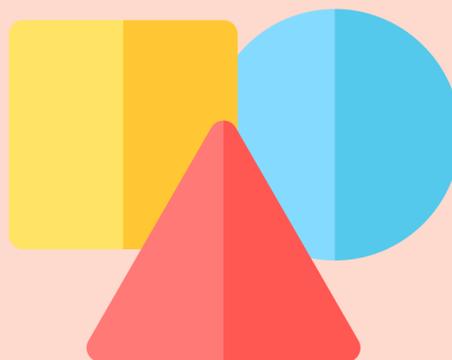
Los logros del desarrollo que se enumeran les dará una idea general de los cambios que pueden esperar a medida que su hijo o hija va creciendo, pero no debemos alarmarnos si este desarrollo toma un poco más de tiempo. Puede acudir con su Pediatra para una adecuada orientación.





Movimientos que debe lograr:

- Se para en un pie durante diez segundos o más
- Brinca, da volteretas.
- Se columpia, escala.
- Puede saltar en un pie.



Habilidades de manos y pies:

- Copia triángulos y otros patrones geométricos.
- Dibuja a las personas con cuerpo.
- Escribe algunas letras y su nombre.
- Se viste y desviste sin ayuda.
- Utiliza tenedor, cuchara y (algunas veces) cuchillo de mesa.
- Suele encargarse de sus propias necesidades fisiológicas en el inodoro.



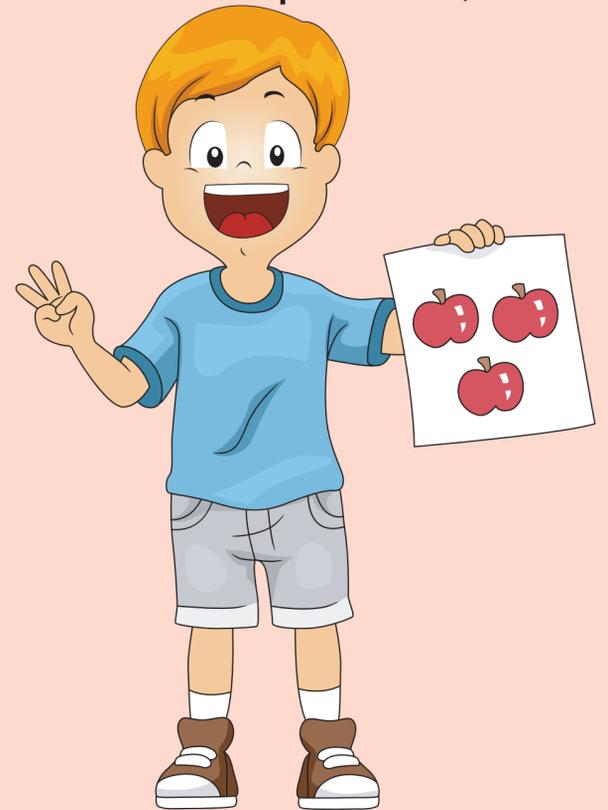


Logros del lenguaje:

- Recuerda parte de una historia y la transmite.
- Habla con oraciones de más de cinco palabras.
- Usa el tiempo futuro.
- Dice nombres y puede dar direcciones. (derecha, izquierdo)

Logros cognitivos:

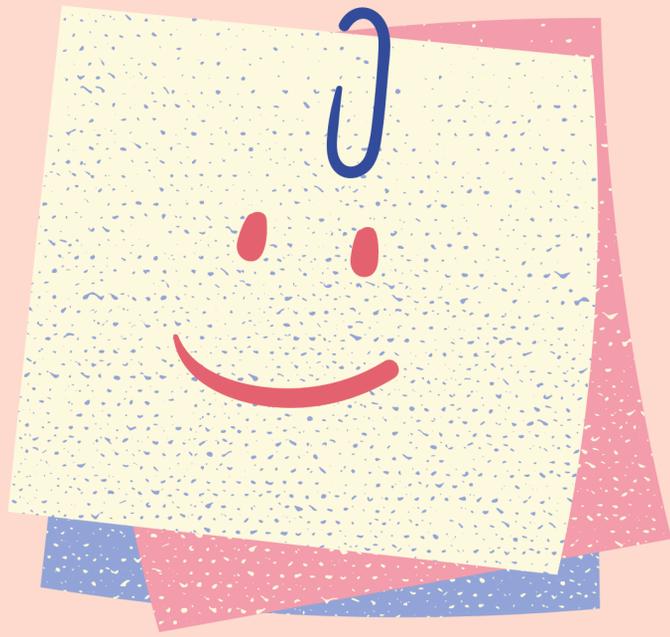
- Puede contar diez o más objetos.
- Dice correctamente el nombre de por lo menos cuatro colores.
- Comprende mejor el concepto del tiempo.
- Tiene conocimiento de lo que se usa cada día en casa (dinero, alimentos, electrodomésticos).



Logros sociales y emocionales:

- Quiere complacer a los amigos.
- Quiere ser como sus amigos.
- Es más probable que acepte reglas.
- Le gusta cantar, bailar y actuar.
- Muestra más independencia.
- Está consciente de su sexualidad.
- Puede distinguir la fantasía de la realidad.
- Algunas veces es exigente, otras es sumamente colaborador.





En caso de que su hijo o hija presente datos que le haga sospechar de un retraso en el desarrollo de habilidades, le invitamos a acudir a su clínica ISSSTE dónde el médico podrá evaluar el adecuado crecimiento y desarrollo.



REFERENCIAS:

*Guía completa sobre los hitos del desarrollo. Child Mind Institute. Disponible en: https://childmind.org/es/guia/guia-para-padres-sobre-hitos-del-desarrollo/#block_1e1c2061-74fb-447f-8147-08c7fbff1565

*Indicadores del desarrollo. CDC. Disponible en: <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/actearly/milestones/milestones-3yr.html>

*Desarrollo psicomotor en el preescolar. AEPap. Disponible en: <https://www.familiaysalud.es/crecemos/el-preescolar-2-5-anos/desarrollo-psicomotor-en-el-preescolar-2-5-anos>

*Logros del desarrollo. Healthy Children. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/preschool/Paginas/Developmental-Milestones-3-to-4-Year-Olds.aspx>