

---

## La visita del Programa de Salud Infantil en el segundo año de vida

Del año a los dos años, se van adquirir habilidades tan importantes como caminar y decir frases sencillas.

### ¿Por qué es importante acudir al pediatra si el niño está sano?

Como a cualquier edad es de vital importancia la revisión del niño dentro del [Programa de Salud Infantil](#). Se evaluarán aspectos como el desarrollo psicomotor, el crecimiento, la alimentación y se darán consejos anticipatorios de salud. Se detectan problemas de salud de manera precoz.

### ¿Cuántas veces se debe de ir al pediatra entre los 12 y los 24 meses?

No hay un calendario ideal de revisiones. Por ello, es distinto en las diferentes Comunidades Autónomas. Habitualmente se recomiendan tres visitas. Una de ellas entre los 12 y 15 meses, otra entre los 15-18 meses y la tercera de los 18 a los 24 meses. Suelen coincidir con las vacunas. Es necesario que a las visitas de salud infantil llevéis la cartilla vacunal de vuestro hijo y la tarjeta sanitaria.

### ¿Qué aspectos se van a valorar en las revisiones?

**A. El crecimiento.** Con frecuencia a los padres les preocupa. La valoración del crecimiento es un indicador muy sensible de su estado de salud y bienestar.

- De los 12 a 24 meses los niños crecen muy rápidamente. Es similar a la adolescencia. En este periodo la alimentación sigue siendo el principal determinante del crecimiento. Tras este periodo, los niños alcanzaran su propio potencial de desarrollo.

- En cuanto al peso, se valorará si lo gana de forma adecuada. Muchas enfermedades pueden manifestarse con estancamiento de la curva de peso.

**B. La alimentación.** A partir de los 12 meses el niño se incorpora a la alimentación familiar.

- Es fundamental el inicio de ingesta de alimentos sólidos de manera paulatina. Se debe favorecer así la masticación.

- Es recomendable realizar cinco comidas. Los hidratos de carbono (el arroz, la pasta, los cereales) deben ser la principal fuente de energía. La variedad de la dieta, es muy importante.

- Al año de vida, ya podrá tomar leche entera de vaca. No se recomienda la leche semi- o desnatada en los menores de dos años. Si el niño [sigue con lactancia materna](#) puede mantenerla. No se recomienda tomar más de 3

raciones de leche al día o derivados. Se debe evitar el uso prolongado de biberones.

- Es bueno que los niños coman frutas varias veces al día. Mejor a trocitos, a mordiscos o aplastadas. Si se hacen zumo se pierde la fibra. Y es mejor no tomar [zumos envasados](#) porque en realidad tienen muy poca fruta y demasiada azúcar.

- Se debe tener cuidado con el exceso de sal y de azúcar.

- Se desaconsejan comidas con riesgo de [atragantamiento](#) (frutos secos, uvas, aceitunas, golosinas).

### **C. Vacunas**

Las vacunas que están dentro del [calendario oficial de cada Comunidad Autónoma](#) son gratuitas. Están recomendadas de forma universal. No todas las Comunidades Autónomas tienen el mismo calendario vacunal. Si se va a hacer un [viaje al extranjero](#), se debe informar por si hace falta cualquier otro tipo de vacunas.

### **D. Promoción de la salud bucodental**

- Se recomienda continuar con el [cepillado de los dientes](#), que deberá iniciarse con la aparición de la dentición. El cepillado deben hacerlo los padres.

- Se puede poner un mínima cantidad de pasta de dientes infantil (1000 ppm de [flúor](#)) sobre el cepillo.

### **E. Recomendaciones para protegerse del sol**

- La [protección](#) por excelencia es no exponerse al sol. La ropa es la forma más útil de protegerse del sol. Se recomienda una exposición a la luz solar de unos 15 minutos para activar a la vitamina D. Se recomienda llevar una gorra y gafas de sol con filtro UV.

- Se aplicarán [cremas de sol](#) sobre la piel seca unos 30 minutos antes de la exposición. De nuevo aplicar cada dos horas y después del baño. Las cremas fotoprotectoras deben tener un factor de protección mayor de 15.

### **F. Prevención de accidentes ([Decálogo de la Prevención de Accidentes](#))**

- Se deben usar [sistemas de retención infantil](#) en el automóvil. El asiento más seguro es el central de la parte posterior. Nunca deberán ir en el asiento delantero.

- Los medicamentos y los productos limpieza deben estar fuera del alcance de los niños. Teléfono del Instituto de Toxicología: 91.562.04.20; disponible 24 horas.

- Los enchufes deben estar protegidos. No se deben colocar sillas cerca de ventanas o balcones.

### **CRIBADOS**

Son actividades que realizamos los profesionales orientadas a la detección precoz de enfermedades. De esta forma se puede hacer un tratamiento temprano. Se realizan en todas las revisiones.

### **¿Qué tipo de cribados se realizan entre los 12 y los 24 meses?**

**A. Cribado visual:** En esta etapa se va a vigilar si hay un estrabismo. Puede ser causa posterior de un [ojo vago](#) o ambliopía. Los padres deberán fijarse si el niño tuerce los ojos, gira la cabeza de forma rara para mirar o parpadea frecuentemente.

### **B. Cribado de sordera y Cribado del lenguaje**

- Aunque con grandes variaciones, a los 12 meses habitualmente dicen tres palabras con significado (Pej.- "mama", "papa", "agua"). Deben señalar un ruido inesperado o a personas u objetos familiares si se le pide. Entre los 18-24 meses usan frases de dos palabras. Señala las partes de su cuerpo. Y realiza órdenes sencillas. (Lee: [Las primeras palabras \(desarrollo del lenguaje infantil\)](#))

- Debemos [alertarnos](#) si a los 24 meses no dice "mama o papa" ni otros nombres. Si no responde a órdenes sencillas y no dice aproximadamente 25 palabras.

**C. Cribado de desarrollo psicomotor:** A los 12 meses suelen comenzar a caminar con apoyo. [Deberemos alertarnos](#) si a los 18 meses no anda sólo.

Entre los 12 y 24 meses, comienzan hacer marcas o garabatos en el papel.

Revisado por [Grupo PrevInfad](#) (Prevención en la infancia y adolescencia) de la AEPap

---

**Fecha de publicación:** 21-10-2015

**Autor/es:**

- [Eva Escribano Ceruelo](#). Pediatra. Hospital Infantil Universitario "Niño Jesús". Madrid
- [Beatriz Corredor Andrés](#). MIR de Pediatría. Hospital Universitario "Niño Jesús". Madrid

