

Alimentación durante el primer año de vida

Marque con una X en la casilla del mes en que se inicia la alimentación.

LIMENTOS	Edad en meses cumplidos												
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Leche materna	e	x	c	l	u	s	i	v	a				
Vegetales													
Frutas (excepto cítricos)													
Maíz													
Arroz													
Otros cereales (pan, avena)													
Carne (hígado y pollo)													
Pescado Blanco													
Yema deHuevo													
Huevo completo													
Frijoles													
Derivados de la Leche													
Agua													
Otras leches													

Suplementación de Micronutrientes

VITAMINA “A”					
	Dar 100.00 UI		Dar 200.000 UI		
	6 a 11 meses	1 año	2 años	3 años	4 años
Primera dosis					
Segunda dosis					

ERRO									
4to mes	5to mes	6to mes	7mo mes	8vo mes	9no mes	10mo mes	11vo mes	12vo mes	
1 año									
2 años									
3 años									
4 años									

Cada año suplementar por tres meses consecutivos
Niño prematuro o con un peso menor a 2,500 gr., iniciar suplementación a los 30 días.

TAMIZAJE NEONATAL METABÓLICO

SI☐NO☐

Hipotiroidismo

Fenilcetonuria

Galactosemia

Hiperplasia suprarrenal congénita

Fibrosis Quística

TAMIZAJE CARDIOPATÍA CONGÉNITA

SI☐NO☐

Cardiopatía Congénita

Otros

Desarrollo de la niña

DE 0 A 1 MESES

- ☐ Patalea
- ☐ Sigue objetos con la mirada horizontalmente
- ☐ Parpadea ante la presencia súbita de la mano
- ☐ Reacciona a las caricias o arrullos
- ☐ Reacciona a sonidos fuertes

DE 2 A 3 MESES

- ☐ Eleva la cabeza
- ☐ Abre el puño de las manos
- ☐ Busca la fuente del sonido
- ☐ Reconoce a su cuidador
- ☐ Voltea la cabeza siguiendo el movimiento de los objetos
- ☐ Hace juegos vocálicos espontáneos

DE 4 A 5 MESES

- ☐ Intenta incorporarse tomado de las manos
- ☐ Trata de coger objetos cercanos, con cada mano
- ☐ Imita los sonidos a, o, u
- ☐ Ríe a carcajadas respondiendo a cosquillas
- ☐ Lleva objetos a la boca

DE 6 A 7 MESES

- ☐ Se voltea completamente
- ☐ Agarra objetos pequeños con los dedos
- ☐ Atiende y responde con gesto de manos y cara
- ☐ Demuestra preferencia por objetos y personas
- ☐ Explora activamente con las manos
- ☐ Se sienta sin apoyo por breves minutos.

DE 8 A 9 MESES

- ☐ Gatea utilizando sus dos manos y sus dos rodillas
- ☐ Recoge objetos pequeños con los dedos pulgar y dedo índice.
- ☐ Se despide o saluda con gestos de la mano
- ☐ Cooperar con juegos como hacer tortillitas
- ☐ Juega a esconder su cara

DE 1 A 2 MESES

- ☐ Extiende brazos y piernas libremente
- ☐ Sigue objetos con la mirada verticalmente
- ☐ Sonrisa social
- ☐ Reacciona o se calma con la voz humana
- ☐ Reacciona pestañeando con la luz intensa

DE 3 A 4 MESES

- ☐ Levanta la parte superior de su cuerpo, apoyándose en los antebrazos
- ☐ Mira sus manos
- ☐ Pone atención a la conversación
- ☐ Sigue con la cabeza movimientos horizontales
- ☐ Mantiene erguida y firme la cabeza

DE 5 A 6 MESES

- ☐ Se voltea parcialmente
- ☐ Agarra un objeto en cada mano
- ☐ Conversa con sonidos repetidos: ba, ba, ma ma, ta ta
- ☐ Extiende sus manos a las personas
- ☐ Mueve el chinchín por su imitación

DE 7 A 8 MESES

- ☐ Lleva los pies y las manos a la boca
- ☐ Usa el dedo índice para explorar
- ☐ Pronuncia palabras de dos sílabas iguales: mama, papa, tata
- ☐ Distingue conocidos de desconocidos y reacciona
- ☐ Lanza un objeto y lo sigue con la mirada
- ☐ Pasa de sentado a posición de gateo.

DE 9 A 10 MESES

- ☐ Se mantiene agarrado de un pasamano.
- ☐ Sostiene objetos uno en cada mano a la vez
- ☐ Niega con movimiento de la cabeza
- ☐ Expresa sentimientos de afecto
- ☐ Sigue con la mirada y descubre un objeto oculto

DE 10 A 11 MESES

- ☐ Gatea muy bien
- ☐ camina sostenido de una mano
- ☐ Mete y saca objetos de una taza
- ☐ Comprende el significado de “sí” y “no”
- ☐ Intenta comer sin ayuda

DE 12 A 15 MESES

- ☐ Camina solo sin ayuda
- ☐ Introduce objetos grandes en recipientes de boca ancha
- ☐ Construye torres de dos cubos
- ☐ Juega solo
- ☐ Utiliza más palabras

DE 18 A 21 MESES

- ☐ Tira la pelota
- ☐ corre
- ☐ Se sube a una silla
- ☐ Sube escaleras con ayuda
- ☐ Discrimina entre tu y yo
- ☐ Reconoce al menos 5 partes de su cuerpo
- ☐ Defiende sus juguetes
- ☐ Come solo

DE 24 A 30 MESES

- ☐ Salta en dos pies
- ☐ Camina en tacones
- ☐ Realiza líneas verticales y horizontales, sin cruzarlas
- ☐ Imita figuras cerradas (círculos)
- ☐ Intenta colocar roscas
- ☐ Se pone alguna ropa
- ☐ Conoce su nombre completo

DE 36 A 48 MESES

- ☐ Control de Esfinteres (24 -48 meses)
- ☐ Juega con otros niños
- ☐ Cumple órdenes completas
- ☐ Copia un cuadrado y una cruz
- ☐ Utiliza tijeras
- ☐ Salta en un pie
- ☐ Dibuja una persona (la cabeza y otras partes)

DE 11 A 12 MESES

- ☐ Se pone de pie apoyándose
- ☐ Entiende órdenes simples
- ☐ Se identifica a sí mismo por su nombre
- ☐ Dice palabras de dos sílabas: bebé, mano, vaso
- ☐ Se mueve y trata de seguir el ritmo de la música

DE 15 A 18 MESES

- ☐ Sube escalera gateando
- ☐ Introduce objetos pequeños en frascos o botellas
- ☐ Se viste con ayuda
- ☐ Ayuda en tareas simples de la casa
- ☐ Señala algunas partes de su cuerpo

DE 21 A 24 MESES

- ☐ Hace torres de 7 cubos
- ☐ Usa pronombres “tú,” “yo,” “mi”
- ☐ Realiza frases como “mama vamos calle” “mama quiero pan”
- ☐ Pasa paginas sueltas de un libro
- ☐ Cuenta experiencias inmediatas

DE 30 A 36 MESES

- ☐ Conoce su edad
- ☐ Conoce su sexo
- ☐ Cuenta tres objetos
- ☐ Desabrocha la ropa, se pone los zapatos
- ☐ Se lava las manos
- ☐ Imita una cruz en el aire
- ☐ Reconoce adelante, atrás, al lado

DE 48 A 60 MESES

- ☐ Pregunta frecuentemente ¿Por qué?
- ☐ Conoce los días de la semana
- ☐ Se viste y desviste
- ☐ Copia un triángulo
- ☐ Identifica y nombra colores
- ☐ Numera hasta diez



Nombre _____

No. de Identidad [][][][] - [][][][] - [][][][][]

Fecha de Nacimiento: Día [][] Mes [][] Año [][][][]

Padre _____

Madre _____

Numero Teléfono/Celular _____

Domicilio _____

Establecimiento _____

Codigo Establecimiento de Salud: _____

Nº de historia clínica _____

Nº en el Listado _____ Edad de Captación: [][][]

A partir de los dos años este pendiente de desparasitar a su hijo dos veces al año. Consulte al establecimiento de salud

Iniciar lactancia materna exclusiva al nacer hasta los seis meses de edad. A partir de los seis meses de edad iniciar con agua, otros alimentos y continuar la lactancia materna hasta los dos años o más.

Siempre que acuda a la unidad de salud porte esta tarjeta y su carnet de vacunación, cuidelo.

La impresión de estos materiales es posible gracias al apoyo del Pueblo de los Estados Unidos a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID), según los términos del contrato 7200AA18C00070 otorgado a JSI Research & Training Institute, Inc. El contenido es responsabilidad exclusiva de Secretaría de Salud de Honduras y las mismas no necesariamente reflejan la perspectiva de USAID ni del Gobierno de los Estados Unidos de América.



