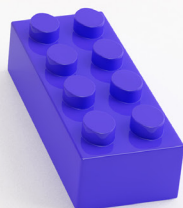
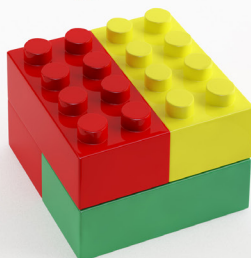
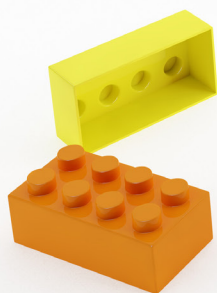
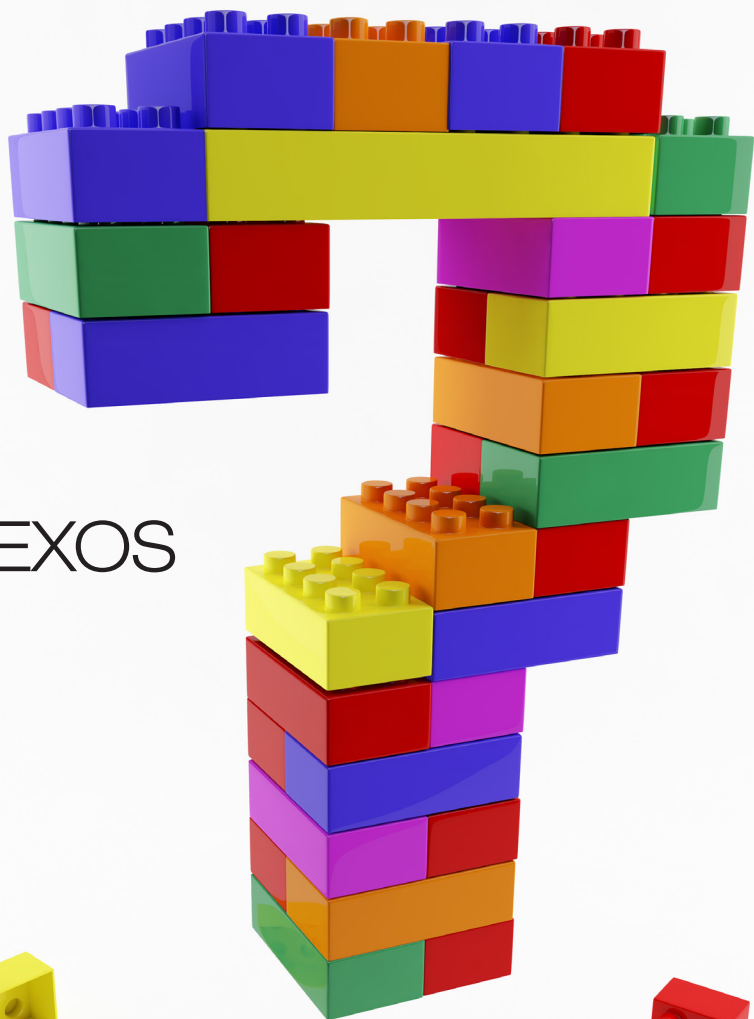


# ANEXOS



# \* Peso y talla



| Niñas y niños en su primer año de vida | Niña<br>Peso promedio (gramos) | Niña<br>Talla promedio (centímetros) | Niño<br>Peso promedio (gramos) | Niño<br>Talla promedio (centímetros) |
|--|--------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|
| Al nacer                               | 3,200                          | 49.1                                 | 3,300                          | 49.9                                 |
|  | de 2,800 a 3,700               | de 47.3 a 52                         | de 2,900 a 3,900               | de 48.0 a 53.0                       |
| 1 mes                                  | 4,200                          | 53.7                                 | 4,500                          | 54.7                                 |
| 2 meses                                | 5,100                          | 57.1                                 | 5,600                          | 58.4                                 |
| 3 meses                                | 5,800                          | 59.8                                 | 6,400                          | 61.4                                 |
| 4 meses                                | 6,400                          | 62.1                                 | 7,000                          | 63.9                                 |
| 5 meses                                | 6,900                          | 64.0                                 | 7,500                          | 65.9                                 |
| 6 meses                                | 7,300                          | 65.7                                 | 7,900                          | 67.6                                 |
| 7 meses                                | 7,600                          | 67.3                                 | 8,300                          | 69.2                                 |
| 8 meses                                | 7,900                          | 68.7                                 | 8,600                          | 70.6                                 |
| 9 meses                                | 8,200                          | 70.1                                 | 8,900                          | 72.0                                 |
| 10 meses                               | 8,500                          | 71.5                                 | 9,200                          | 73.3                                 |
| 11 meses                               | 8,700                          | 72.8                                 | 9,400                          | 74.5                                 |
| 12 meses                               | 8,900                          | 74.0                                 | 9,600                          | 75.7                                 |
| 18 meses                               | 10,200                         | 80.7                                 | 10,900                         | 82.3                                 |
| 24 meses                               | 11,500                         | 86.4                                 | 12,200                         | 87.8                                 |
| 2 años + 6m                            | 12,700                         | 90.7                                 | 13,300                         | 91.9                                 |
| 3 años                                 | 13,900                         | 95.1                                 | 14,300                         | 96.1                                 |
| 3 años + 6m                            | 15,000                         | 99.0                                 | 15,300                         | 99.9                                 |
| 4 años                                 | 16,100                         | 102.7                                | 16,300                         | 103.3                                |
| 4 años + 6m                            | 17,200                         | 106.2                                | 17,300                         | 106.7                                |
| 5 años                                 | 18,200                         | 109.4                                | 18,300                         | 110.0                                |

\*/ Datos tomados de la Cartilla Nacional de Salud 2018

# Vacunación \*

## Esquema completo para niñas y niños de 0 a 5 años

Este es el esquema de vacunación que todos, niñas y niños, debieran tener completo al cumplir 6 años. En caso de que les haga falta una o varias de estas vacunas, consulta al médico o acude a una Unidad de Salud.



| Vacuna                               | Enfermedad que previene  | Dosis                                   | Niñas y niños de 0 a 5 años de vida       |
|--------------------------------------|--|---|---|
| BCG                                  | Tuberculosis   | Única                                   | Al nacer                                  |
| Hepatitis B                          | Hepatitis B  | Primera<br>Segunda<br>Tercera           | Al nacer<br>2 meses<br>6 meses            |
| Pentavalente acelular (DPaT+VPI+Hib) | Difteria, tosferina, tétanos, poliomielitis inactivada (inyectada) e infecciones por h. influenzae b | Primera<br>Segunda<br>Tercera<br>Cuarta | 2 meses<br>4 meses<br>6 meses<br>18 meses |
| DPT                                  | Difteria, tosferina y tétanos  | Refuerzo                                | 4 años                                    |
| Rotavirus                            | Diarrea por rotavirus  | Primera<br>Segunda<br>Tercera           | 2 meses<br>4 meses<br>6 meses             |
| Neumocócica conjugada                | Infecciones por neumococo  | Primera<br>Segunda<br>Refuerzo          | 2 meses<br>4 meses<br>12 meses            |
| Influenza****                        | Influenza  | Primera<br>Revacunación***              | 6 meses**<br>Anual hasta los 59 meses     |
| SRP                                  | Sarampión, rubéola, parotiditis  | Primera<br>Refuerzo                     | 1 año<br>6 años                           |
| Sabin (oral)                         | Poliomielitis  | Adicionales****                         |   |
| SR                                   | Sarampión y rubeola  | Adicionales                             | A partir de los 10 años                   |
| Otras vacunas                        | Varicela*****  | Primera<br>Refuerzo                     | 1 año<br>6 años                           |

\*/ Datos tomados de la Cartilla Nacional de Salud 2018.

\*\*/ A partir de los 6 meses hasta los 59 meses, se deben aplicar dos dosis, un mes después de la primera.

\*\*\*/ A partir de los 12 meses, aplicar la dosis anual durante toda la vida.

\*\*\*\*/ Los servicios de salud pública ofrecen la vacuna contra la influenza de manera gratuita, desde los 6 hasta los 59 meses, así como para los mayores de 60 años y para los pacientes con enfermedades crónicas desde los 50 años.

\*\*\*\*\*/ Sólo en la Semana Nacional de Salud.

\*\*\*\*\*/ Aún no está incluida en la Cartilla Nacional de Vacunación. El IMSS comienza a ponerla en niños de guardería.



# Habilidades

Marca la  
respuesta  
SÍ NO

## Primer mes de vida

Fijan la mirada.

Reaccionan ante un sonido.

Aprietan el dedo índice de un adulto.

Siguen con la vista objetos similares a una pelota roja de 12 cm.

Boca abajo, mueven la cabeza de un lado al otro.

## 1 mes a 1 año

### 2 meses de vida

Mueven los labios o hace mímica en respuesta al rostro del adulto (a 40 cm de distancia).

Emiten sonidos en respuesta a la sonrisa y conversación de otra persona.

Reaccionan ante la desaparición de la cara de alguien más.

Intentan controlar la cabeza al sentarlos.

Vocalizan dos sonidos diferentes.

### 3 meses de vida

Giran la cabeza cuando escuchan el sonido de una campanilla.

Estando boca abajo levantan la cabeza y apoyan los brazos para levantar su cuerpo.

Levantán la cabeza y el hombro al sentarlos.

Sonríen a carcajadas, grita y llora.

Reconocen a sus padres por las voces.

### 4 meses de vida

La cabeza sigue el movimiento de un objeto a medida que desaparece (a 60 cm de los ojos).

Tratan de sujetar objetos.

Estando sobre su abdomen, pueden cambiar de posición.

Balucean.

Observan y se alegran con un móvil o un juguete.

### 5 meses de vida

Al estar sentados en las piernas del adulto frente a una mesa, palpan el borde de la mesa.

Si el adulto ofrece dos pulgares para que se sujeten, logran sentarse haciendo fuerza.

Intentan sujetar objetos como argollas, sonajas, etc.

Se mantienen sentados con poco apoyo.

Son capaces de soportar casi todo su peso cuando se los sostiene de pie.

### 6 meses de vida

Por momentos, se mantienen sentados solos.

Se esfuerzan por alcanzar objetos que le interesan y puede sujetar cosas con sus manos.

Los ruidos como golpes fuertes, timbres o sirenas los despiertan.

Sienten aproximarse a personas que no ven o reaccionan al escuchar voces sin verlas.

Vocalizan cuando se les habla.

### 7 meses de vida

Se mantienen sentados por sí mismos durante 30 segundos o más.

Intentan sujetar un objeto pequeño.

Escuchan selectivamente palabras familiares.

Cooperan en los juegos.

Sujetan dos cubos, uno en cada mano.

### 8 meses de vida

Se sientan solos y se mantienen de manera firme en posición erguida.

Si el adulto ofrece dos pulgares, logran ponerse de pie (se empujan hasta lograr pararse).

Inician con pasos sostenidos si los sostienen o les ofrecen apoyo por debajo de sus brazos.

Sujetan un objeto pequeño con participación del pulgar (pinza).

Dicen "da da" o sonidos equivalentes.

### 9 meses de vida

Se ponen de pie cuando encuentran apoyo para hacerlo.

Mueven y tiran objetos.

Muestran angustia al estar con extraños.

Si le esconden de frente un cubo u objeto pequeño bajo un pañal, logran encontrarlo.

Responden de alguna manera cuando dicen su nombre o le dicen que van a salir de paseo.

**10 y 11 meses de vida**

Sujetan un objeto pequeño con el índice y el pulgar (como si hiciera una pinza).

Imitan gestos simples.

Sujetan tres objetos intercambiándolos de una mano a otra.

Hacen sonar dos cubos juntándolos con sus dos manos.

Reaccionan al no-no.

**Un año de vida (12 meses)**

Se ponen de pie solos y caminan algunos pasos tomado de la mano del adulto.

Juntan las manos a la altura del pecho.

Entregan un objeto al adulto cuando le da la orden de hacerlo.

Dicen al menos dos palabras.

Responden a su nombre, incluso cuando éste es pronunciado en voz baja.

**1 a 2 años**

**15 meses**

Caminan solos.

Introducen objetos pequeños en una botella.

Espontáneamente hacen rayas con un lápiz en una hoja (garabatea).

Son capaces de manejar tres objetos en sus manos, alternándolos.

Como mínimo dicen tres palabras.

**18 meses**

Muestran un objeto conocido cuando se le pide.

Suben escaleras.

Beben en vaso.

Se acercan un juguete que no alcanza, utilizando un palo u otro objeto como apoyo.

Identifican por su nombre objetos comunes.

**21 meses**

Identifican un objeto entre varios que se le presentan.

Son capaces de saltar.

Son capaces de apilar tres cubos.

Marca la  
respuesta  
SÍ NO

### 24 meses

Pueden pararse en un solo pie con ayuda o recargándose.

Identifican dos objetos entre varios que se le presentan.

Son capaces de apilar cinco cubos.

Ayudan en tareas sencillas (sacudir o limpiar con un trapo, ir por algún objeto, etc.).

Identifican cuatro o más partes de su cuerpo.

## 3 a 5 años

### 3 años

Controlan durante el día las ganas de ir al baño; también durante la noche.

Suben las escaleras alternando los pies.

Pueden vestirse completamente, requiriendo de ayuda solo con agujetas, botones, otros sujetadores o cierres en lugares difíciles.

Comen por sí mismos, sin dificultad.

Son capaces de dibujar un círculo si se le solicita.

### 4 años

Saltan en un pie sin perder el equilibrio.

Recortan con facilidad una figura con las tijeras.

Elaboran fácilmente oraciones con 4 ó 5 palabras.

Aprenden y cantan canciones sencillas.

Son capaces de diferenciar entre dos objetos (tamaño, peso, color, forma, etc.).

### 5 años

Mantienen el equilibrio en un solo pie y con los ojos cerrados.

Son capaces de amarrarse agujetas de los zapatos.

Conocen los nombres de los colores primarios (rojo, amarillo, azul) e incluso de otros.

Fácilmente elaboran oraciones con 6 a 8 palabras.

Aumentan su habilidad para manipular herramientas sencillas y útiles de escritura.

Si la respuesta fue Sí en 4 ó 5 de las opciones de cada **segmento** de edad, tu niño o niña evoluciona correctamente. Si la respuesta fue Sí, sólo en 3 o menos, es mejor consultar al médico.











Manual de prevención y autocuidado TU SALUD  
0 a 5 años de vida

Tercera edición: México 2016

Actualización: Enero 2024

Derechos Reservados

© Instituto Carlos Slim de la Salud, A.C.

ISBN de obra completa: 978-607-7806-23-3

ISBN del presente volumen: 978-607-7806-24-0

Elaboración de contenidos originales:

Sociedad Mexicana de Salud Pública

FUNDACIÓN  
*Carlos Slim*

 aprende.org

 clikisalud.net

 @CLIKIsalud1

 clikisalud

MANUALES  
**tu salud** 1  
0 A 5 AÑOS



FUNDACIÓN  
*Carlos Slim*

[aprende.org](http://aprende.org)