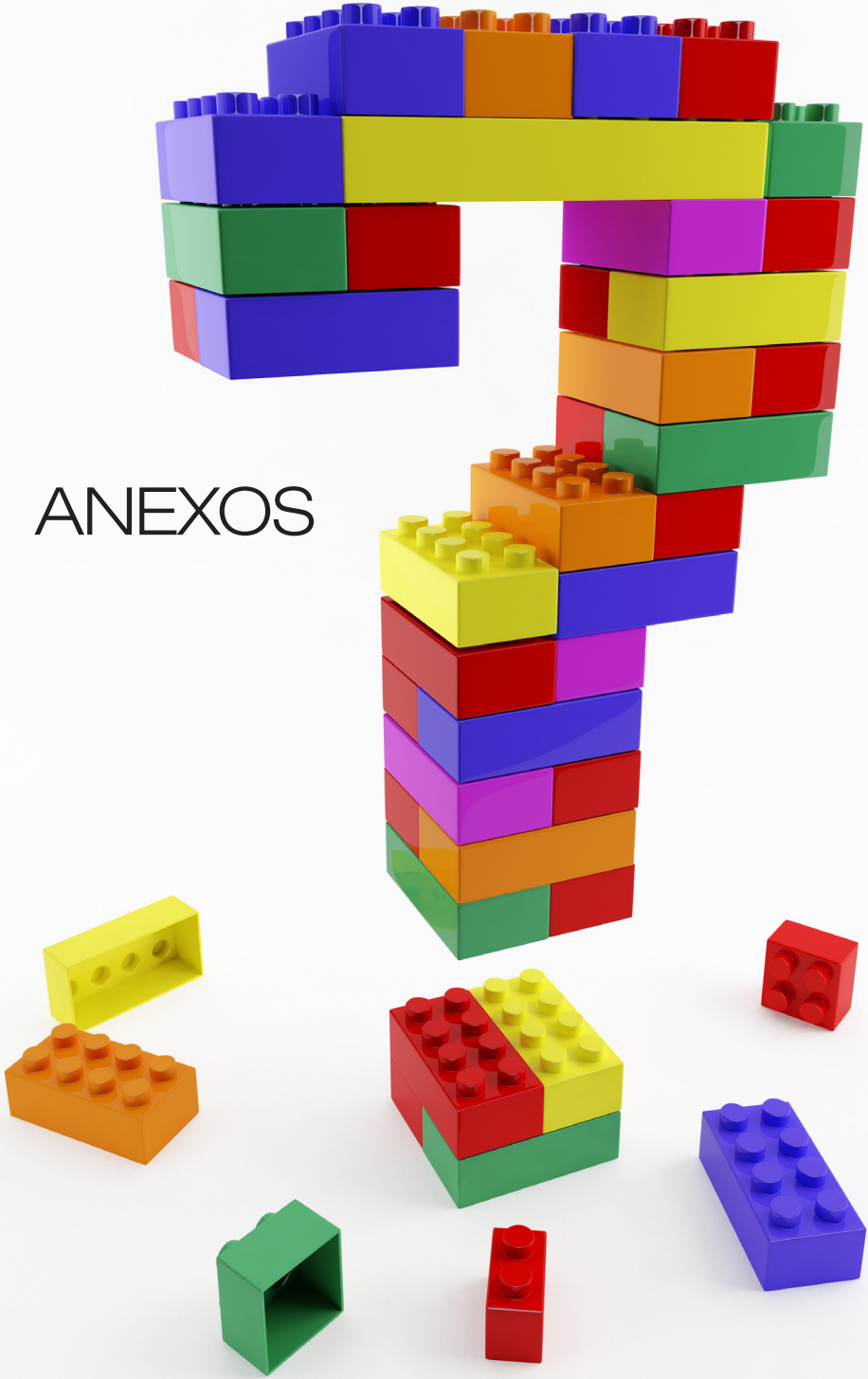
ANEXOS



Peso y talla *

Niñas y niños en su primer año de vida	Niña Peso promedio (gramos)	Niña Talla promedio (centímetros)	Niño Peso promedio (gramos)	Niña 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 Segunda Tercera	Al nacer 2 meses 6 meses
Pentavalente acelular (DPaT+VPI+Hib)	Difteria, tosferina, tétanos, poliomielitis e infecciones por h. influenzae b	Primera Segunda Tercera Cuarta	2 meses 4 meses 6 meses 18 meses
DPT	Difteria, tosferina y tétanos	Refuerzo	4 años
Rotavirus	Diarrea por rotavirus	Primera Segunda Tercera	2 meses 4 meses 6 meses
Neumocócica conjugada	Infecciones por neumococo	Primera Segunda Refuerzo	2 meses 4 meses 12 meses
Influenza****	Influenza	Primera Revacunación***	6 meses** Anual hasta los 59 meses
SRP	Sarampión, rubéola, parotiditis	Primera Refuerzo	1 año 6 años
Sabin	Poliomielitis	Adicionales*****	
SR	Sarampión y rubeola	Adicionales	A partir de los 10 años
Otras vacunas	Varicela******	Primera Refuerzo	1 año 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 incluída en la Cartilla Nacional de Vacunación. El IMSS comienza a ponerla en niños de guardería.

Habilidades

Primer mes de vida

	Marca la respuesta SÍ	NO
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.		
Levantan 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.		
Balbucean.		
Observan y se alegran con un móvil o un juguete.		

	Marca la respuesta SÍ	NO
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.		

	Marca la respuesta SÍ	NO
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.		
Son capaces de expresar lo que desea.		
Su vocabulario consiste en un mínimo de 6 palabras.		

	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.

Tus notas

Tus notas

Tus notas

MANUALES tu salud 1
0 A 5 AÑOS

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

Tercera edición: México 2016
Actualización: Enero 2025
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