



ZERO TO THREE
Early connections last a lifetime



5 años

Un Mundo Grande

Su hijo a los 5–6 años

A los 5 años, su hijo se está asomando a un mundo más grande — y está más listo de lo que quizá haya pensado.

Lo que su hijo puede hacer

Su uso de **lenguaje es fuerte y sigue creciendo:**

- Puede hablar en oraciones de 5 o más palabras y contar historias más largas y detalladas
- Es capaz de mantener una auténtica conversación, turnándose y intercambiando diálogo al platicar
- Plantea preguntas importantes y está empezando a comprender que las palabras pueden tener más de un significado

Su hijo **se mueve con habilidad y coordinación:**

- Puede saltar alternando los pies, brincar, equilibrarse en un pie y trepar con confianza
- Puede dibujar personas y objetos que usted puede reconocer
- Puede cortar en línea recta con tijeras y puede que esté comenzando a escribir letras y palabras sencillas

Su hijo **está creciendo en el juego y la amistad:**

- Quiere complacer a sus amigos y le va mucho mejor turnándose y siguiendo las reglas
- Puede que tenga uno o dos amigos cercanos de los que habla a menudo
- Puede trabajar con otros hacia una meta en común, como construir algo juntos

Su hijo **está creciendo emocionalmente:**

- Está mejorando su capacidad para manejar las emociones grandes, aunque sigue habiendo momentos difíciles
- Tiene un sentido más fuerte del bien y del mal y puede que se moleste cuando se rompen las reglas
- Sabe contar más allá del 10, reconoce la mayoría de las letras y puede que esté empezando a leer palabras sencillas

Cada niño crece a su propio ritmo. Es posible que su hijo alcance los hitos del desarrollo antes o después que otros niños y, aun así estar creciendo bien.

Lo que puede hacer usted

- **Lean juntos lo más que puedan.** Pídale a su hijo que le cuente la historia con sus propias palabras o que invente un nuevo final. Esto fomenta el lenguaje, la memoria y el amor por los libros.
- **Pregúntele: "¿Qué piensas?" o "¿Cómo te has sentido al ver eso?"** Así le demuestra a su hijo que sus ideas importan.
- **Deje que haga más cosas por sí mismo.** Tareas chiquitas como elegir su ropa o ayudar a poner la mesa contribuye a la confianza y el orgullo.



ZERO TO THREE
Early connections last a lifetime



- **Hable de los sentimientos, incluso de los más difíciles.** "Eso suena muy decepcionante." Nombrar las emociones ayuda a los niños a encontrar las palabras que necesitan para manejar cómo se sienten.
- **Cuando su hijo se quede atascado, pregúntele: "¿Qué crees que podrías intentar?"** Esto le ayuda a desarrollar confianza en su propio razonamiento.
- **Explíquele el motivo de las normas en términos sencillos.** Mantenga la calma cuando su hijo lea ponga a prueba. Eso muestra y les enseña autocontrol tras pasar el tiempo.
- **Dedique tiempo para el juego activo todos los días. Correr, trepar y jugar con otros niños desarrolla la fuerza, la coordinación y las habilidades sociales.**
- **Las visitas con amigos y las actividades en grupo le dan a los niños la oportunidad de practicar compartir y resolver conflictos.**

Otras cosas para saber y probar

- Los juegos de cartas y de mesa fomentan la concentración, la capacidad de esperar el turno y la habilidad para aceptar tanto la victoria como la derrota.
- Hagan visitas a la biblioteca, al museo o al parque para despertar la curiosidad y darles cosas nuevas sobre las que hablar.
- Deje que su hijo le ayude con tareas chiquitas —como guardar la ropa limpia o dar de comer a una mascota— para fomentar la responsabilidad y un sentimiento de pertenecer.
- Limite el tiempo de pantalla y asegúrese de que los contenidos sean adecuados para su edad. Véalos junto a su hijo siempre que pueda.

Durante esta visita

El equipo de atención médica medirá la longitud, el peso y el tamaño de la cabeza de su hijo, y revisará su corazón, ojos, oídos, nariz y boca. Su proveedor de atención médica hablará con usted sobre las vacunas en la visita de hoy. El equipo también conversará con usted sobre el crecimiento, el sueño, la alimentación y la seguridad, y habrá tiempo para sus preguntas.

Lo que viene después

El jardín de infancia (kindergarten) es un gran paso, y la mayoría de los niños están más preparados de lo que sus padres esperan. Su hijo seguirá progresando en lectura, escritura y matemáticas. Las amistades se volverán más complejas. A los niños de esta edad les importa mucho que se haga lo justo y encajar con otros o ser parte del grupo. Las emociones grandes siguen en el panorama. Su presencia tranquila y constante es más importante de lo que usted cree. Leer todos los días, mantener rutinas y la conexión entre ustedes en pequeños momentos cotidianos ayudará a su hijo a sentirse seguro y con confianza.

¿Tiene más preguntas?

Hable con el proveedor de atención médica de su hijo o con uno de los profesionales que apoyan a su familia.

©2026 by the Icahn School of Medicine at Mount Sinai. All rights reserved.

Reciba mensajes como este en su teléfono

Envíe **SPARKS**
al **274 448**