

Rutina diaria para estimular el habla (0–36 meses)

Instrucciones: Marca las actividades que realices cada día. Usa la columna "Palabras nuevas" para anotar las primeras palabras o frases que diga el bebé.

Edad	Actividad diaria	Objetivo	Palabras nuevas
0–6 meses	Hablar y cantar 5–10 minutos; responder a arrullos	Estimular contacto social y oído lingüístico	
6–12 meses	Leer 5–10 minutos; nombrar objetos durante el juego	Fomentar asociación objeto–palabra	
12–24 meses	Expansión de frases: repetir y ampliar lo que dice	Aumentar vocabulario y combinar palabras	
24–36 meses	Conversaciones cortas; preguntas abiertas	Mejorar gramática y uso de pronombres	

Consejos rápidos:

- Apaga la TV y la radio durante el tiempo de juego interactivo.
- Evita pantallas antes de los 18–24 meses; prioriza interacción humana.
- Responde siempre a sus intentos vocales; espera 3–5 segundos para fomentar el turno conversacional.
- Usa frases simples y repite palabras clave 2–3 veces en contexto.

Señales de alerta (consultar al pediatra):

- A los 12 meses: sin gorjeos ni primeras palabras intencionadas.
- A los 18 meses: menos de 4 palabras comprensibles.
- A los 24 meses: no imita palabras ni combina palabras.
- A los 36 meses: no nombra objetos cotidianos ni mantiene conversaciones.