

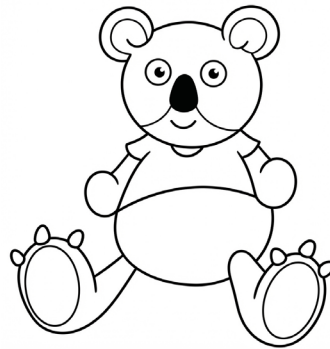
soy maravilloso

¡Hay tanto que hacer
a los 3 años!



Ilustrado por
Allison Valentine

Escrito por
Julia Cook y
Laura A. Jana, MD



Tito es la estrella de este cuento, pero yo soy Oso, ¡su mejor amigo!
Voy con él a casi todas partes.

Búscame en el cuento.

Cuando me encuentres, ¡significará que Tito está mostrando una de
las MARAVILLAS que puede hacer ahora que tiene 3 años!



Mi nombre es Tito, y soy MARAVILLOSO.
Tengo 3 años. Esto significa que tengo uno más que 2.

Este es MI mundo... ¡Hay tanto que hacer a los 3 años! Tengo muchos lugares
que visitar y personas que ver. Me encanta mi mundo porque soy la estrella.



Todos los días, cuando me despierto, lo primero que hago es vestirme.
Puedo vestirme solo y lo hago de MARAVILLA.

Dice mi mamá: “Cuando nieva hace demasiado frío afuera como para ponerte pantalones cortos, y no debes usar tus botas de vaquero sin medias.”



“¡Sí, sí puedo!”

“¿Estás seguro?”

“¡Claro, soy MARAVILLOSO!”

“Sí que lo eres...”



“...pero soy tu mamá.
Debo asegurarme de que
te vistas y te abrigues de
la cabeza a los pies.”

Este es mi gorro favorito. Me gusta tanto que nunca me lo quito. Con mi gorro puesto, mi mamá dice que soy MARAVILLOSO...¡con una fresa en la cabeza!

Mi mamá y mi papá me dijeron que cuando sea grande podré ser lo que yo quiera. Sí que debo ser MARAVILLOSO, ya que puedo ser lo que yo quiera ahora mismo.



Puedo ser un policía.



Puedo ser un astronauta.



Puedo ser un maestro.

Puedo ser un doctor.



¡Puedo hasta ser el REY!



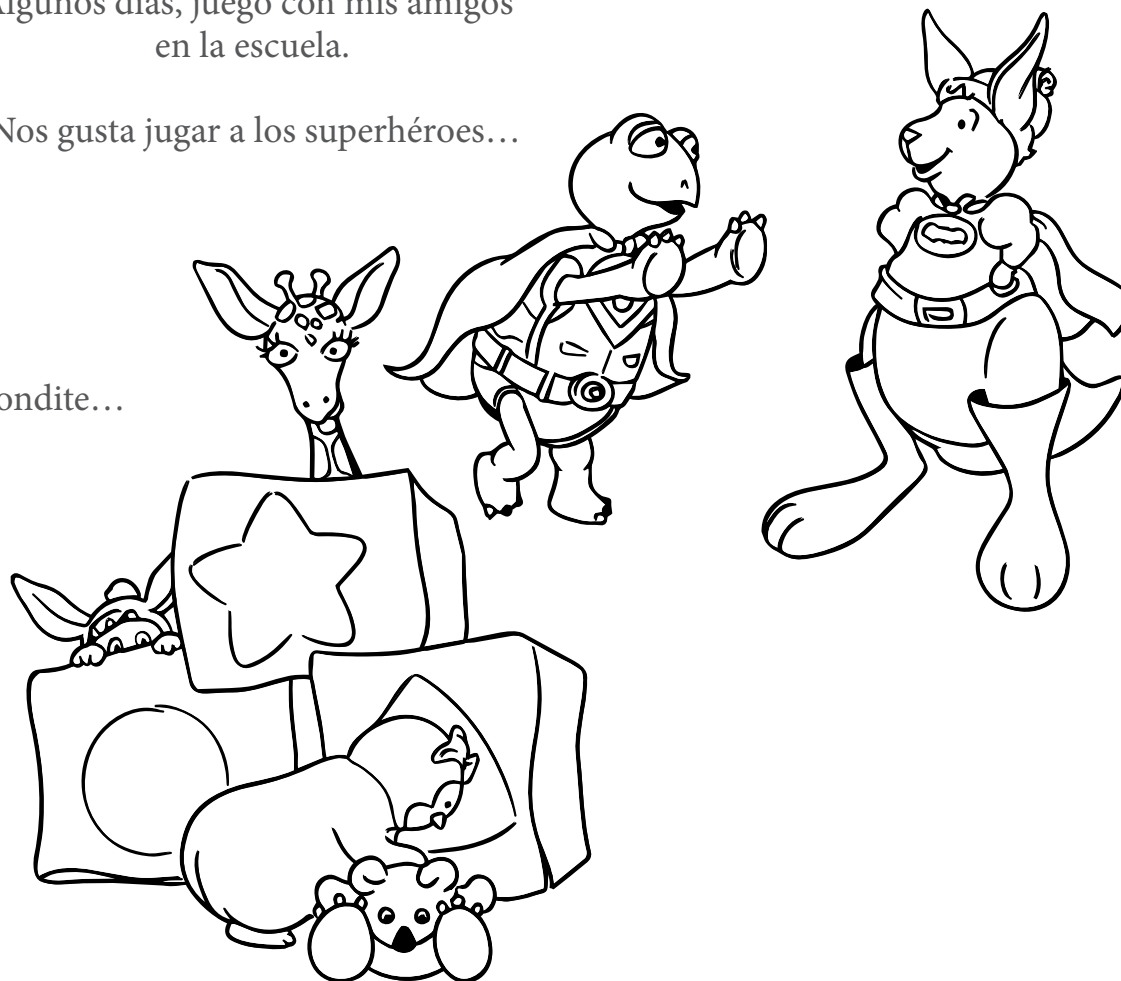
Cuando sea el rey, ¡mi amiga Sofía será la reina!

Indicador del desarrollo: Tito juega con imaginación

Algunos días, juego con mis amigos
en la escuela.

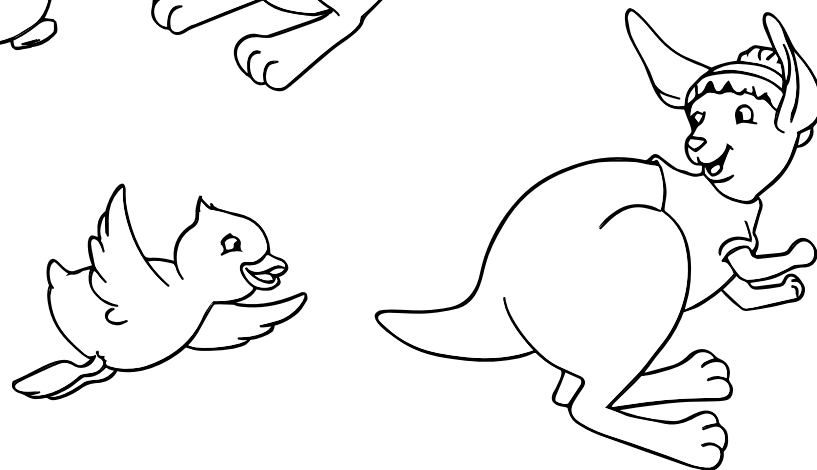
Nos gusta jugar a los superhéroes...

Y al escondite...





...y al papá y la mamá



...y al corre que te pillo.

Soy MARAVILLOSO cuando juego.



Cuando jugamos al gato y el ratón
me ENCANTA ser el primero.

Dice mi maestro: “No puedes ser *siempre* el primero.”

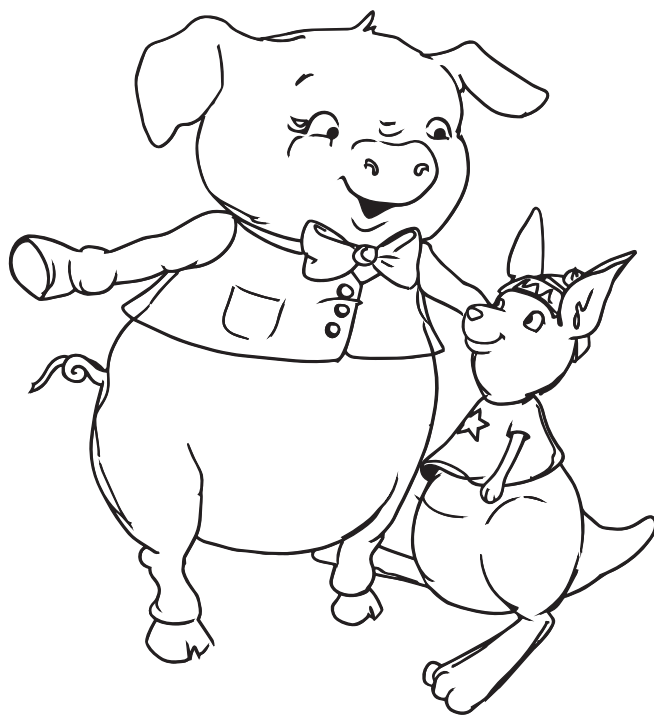
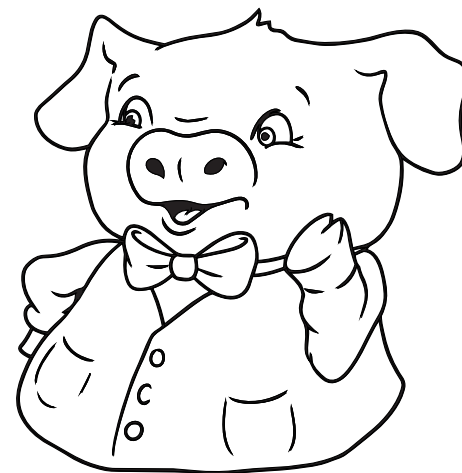


“¡Sí, sí puedo ser el primero!”

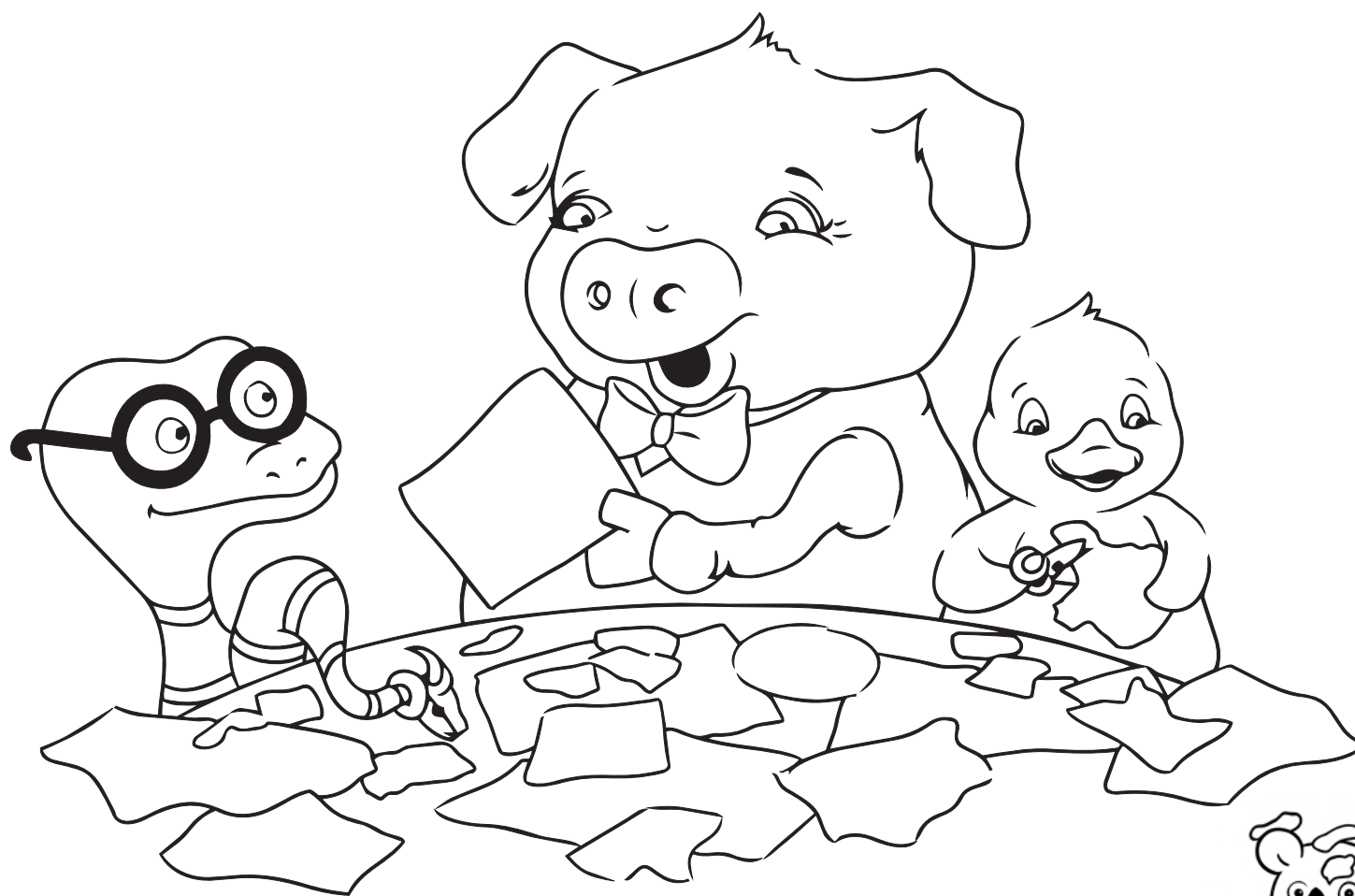
“¿Estás seguro?”

“¡Claro, soy MARAVILLOSO!”

“Sí que lo eres...”

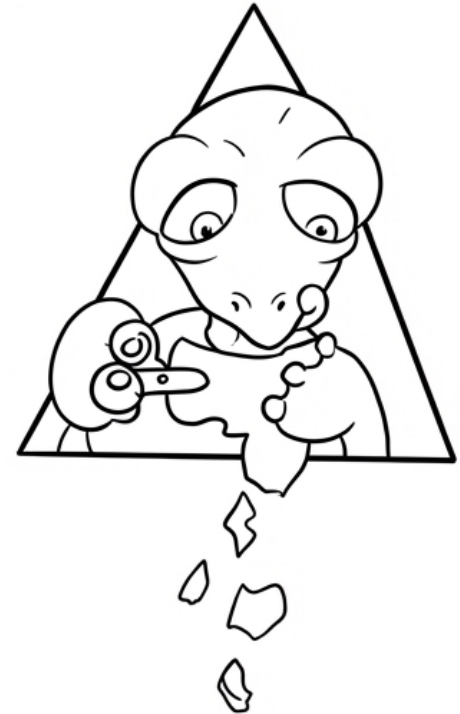
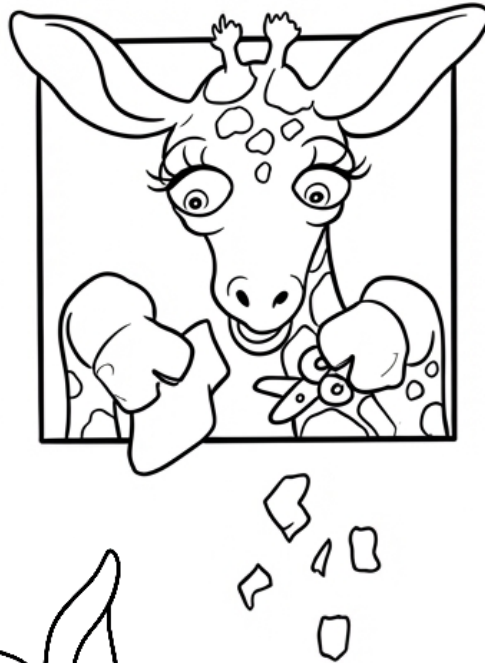


“...pero soy tu maestro.
Es mi deber
enseñarte a ser justo.
Deja que otros niños
también vayan primero.
Muéstrales que eres justo.”

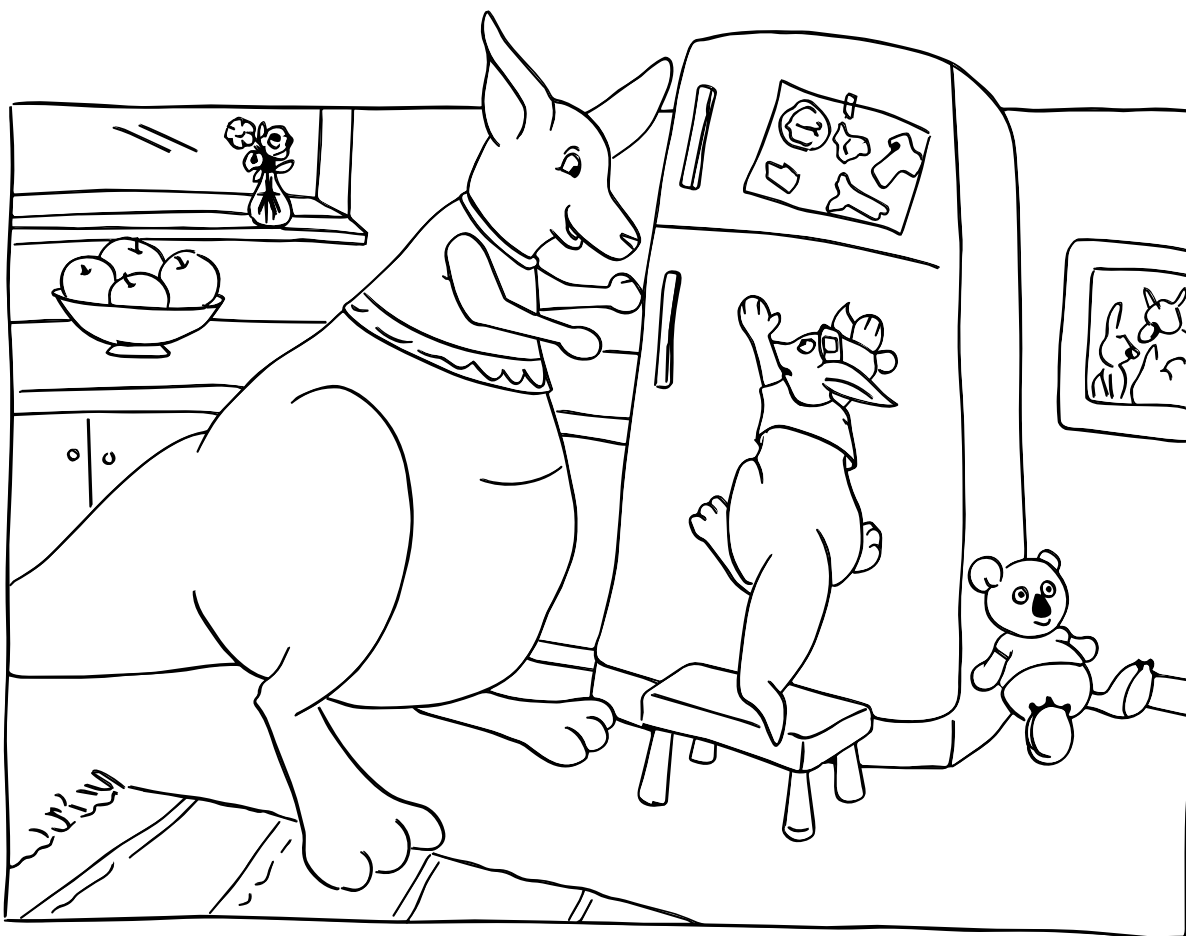


¡Hoy usaremos tijeras para niños en la escuela!





Mi maestro dice que soy
MARAVILLOSO
cuando corto con tijeras.



Cuando mi papá llegó a casa, quise enseñarle lo que hice.

Mi papá dijo: “Me parece que no puedes alcanzar eso solo.”

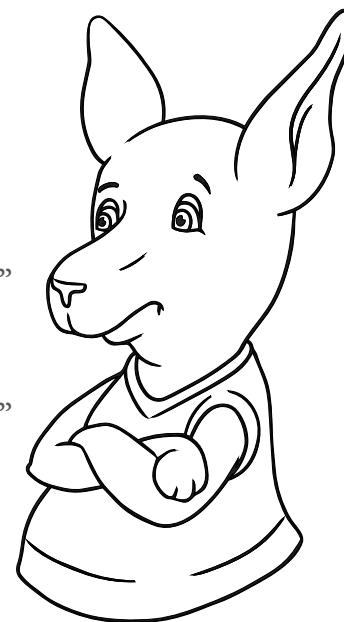


“¡Sí, sí puedo!”

“¿Estás seguro?”

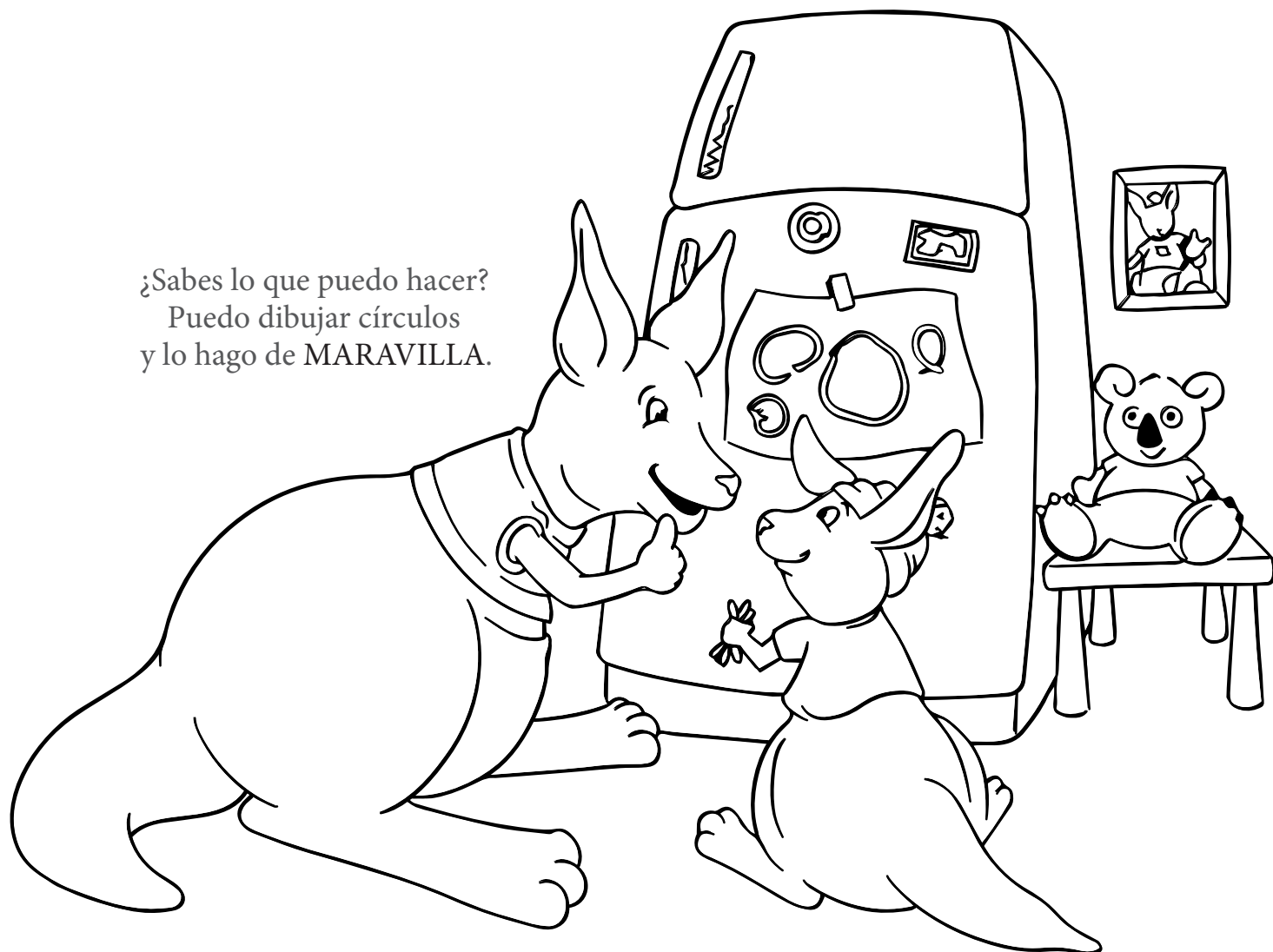
“¡Claro, soy MARAVILLOSO!”

“Sí que lo eres...”



“...pero soy tu papá.
Es mi deber protegerte,
¡y treparse muy alto
es peligroso!
Permíteme bajarte el dibujo.
¡Tengo muchos deseos
de ver lo que has aprendido!”

¿Sabes lo que puedo hacer?
Puedo dibujar círculos
y lo hago de MARAVILLA.





¡Y también puedo leer! Y leo de MARAVILLA.



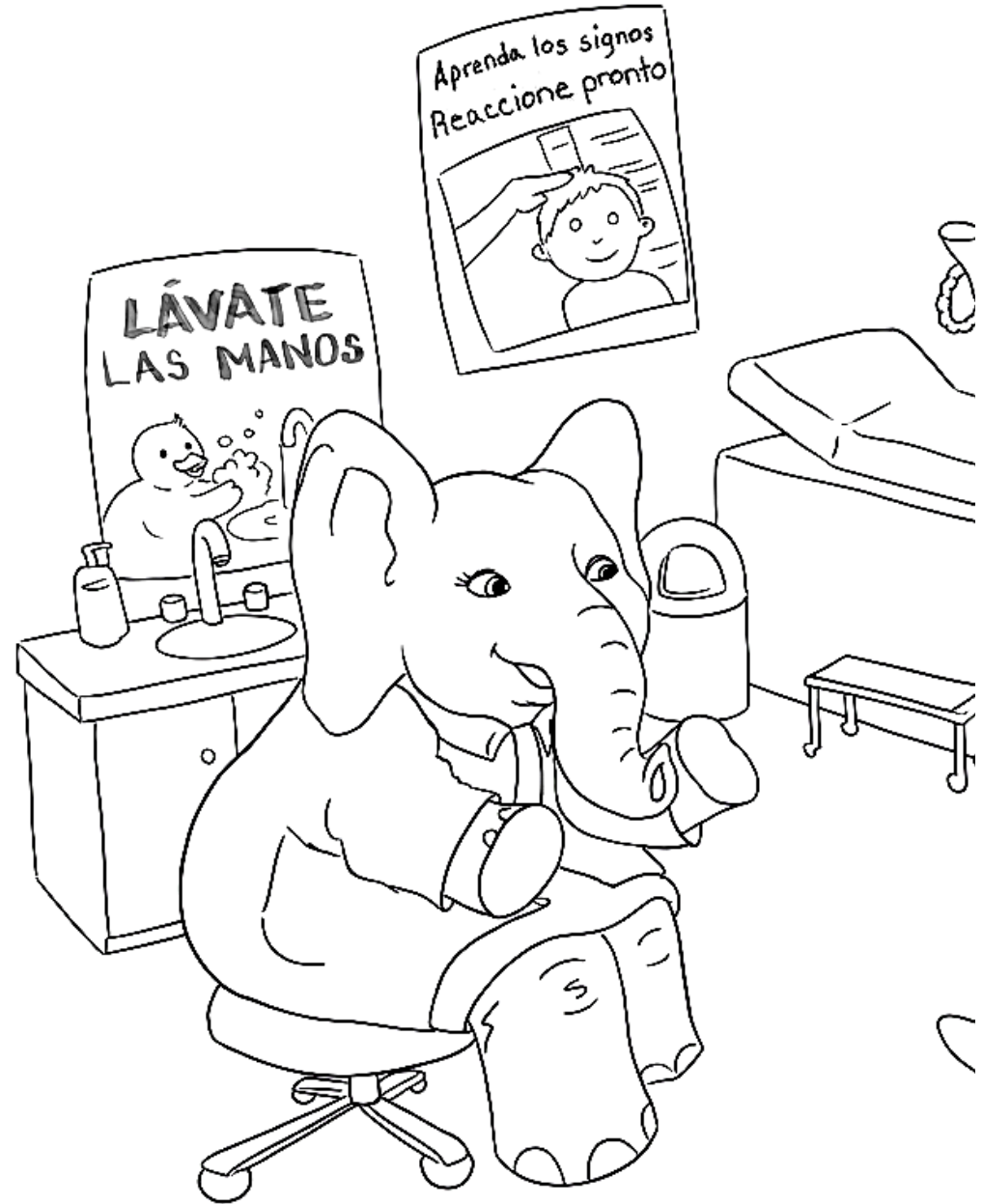
Juega de manera imaginativa



Trata de usar tijeras para niños



Cuenta una historia sencilla



Hoy fue un día muy especial.
Esta tarde fui a ver a mi doctora
para un chequeo de rutina.

Mi mamá y mi papá le dijeron todas las cosas
que puedo hacer ahora que tengo 3 años.

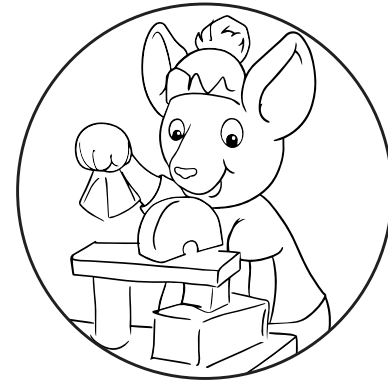
La doctora se puso contenta
al ver lo MARAVILLOSO que soy.



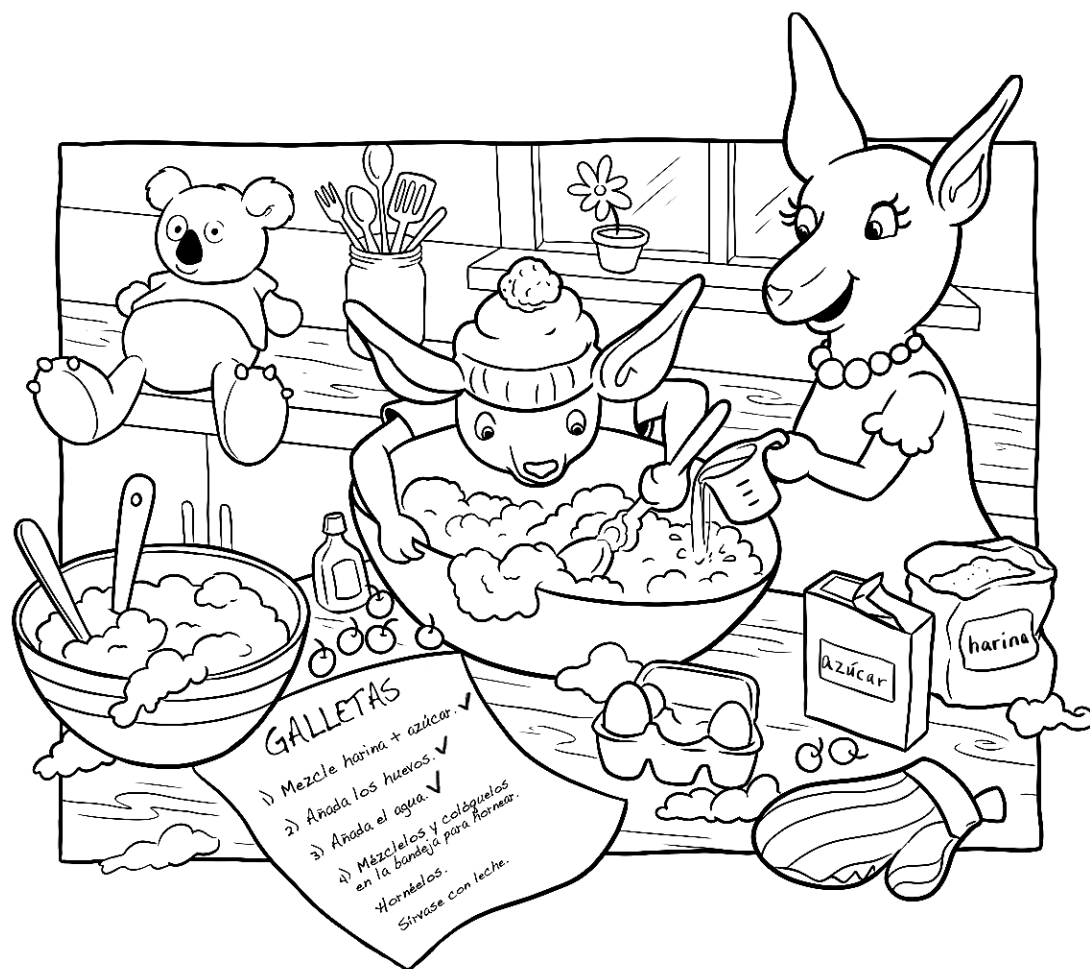
Muestra independencia



Se preocupa si ve a un amigo llorando



Hace torres con bloques



Antes de la cena, mi mamá y yo hicimos galletas.

Mi mamá dice: “¡No puedes cenar galletas solamente!”

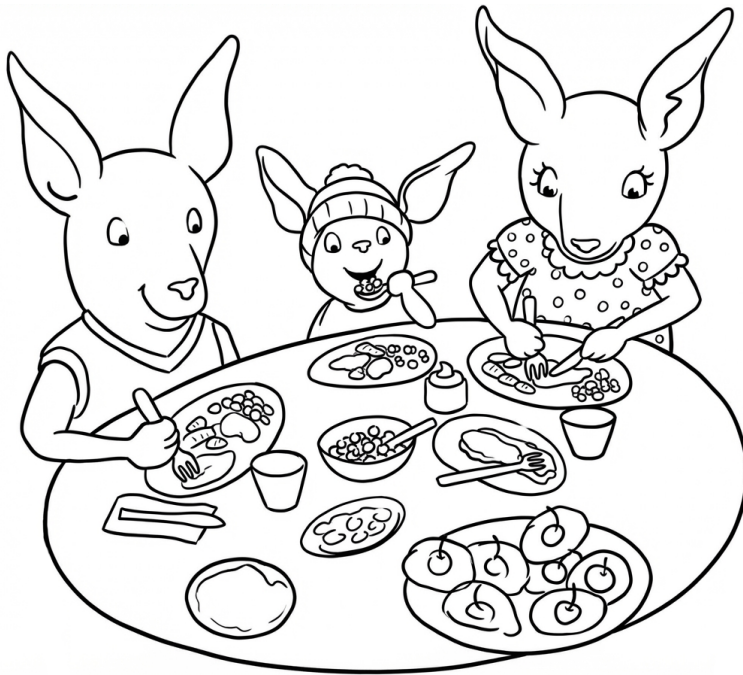


“¡Sí, sí puedo!”

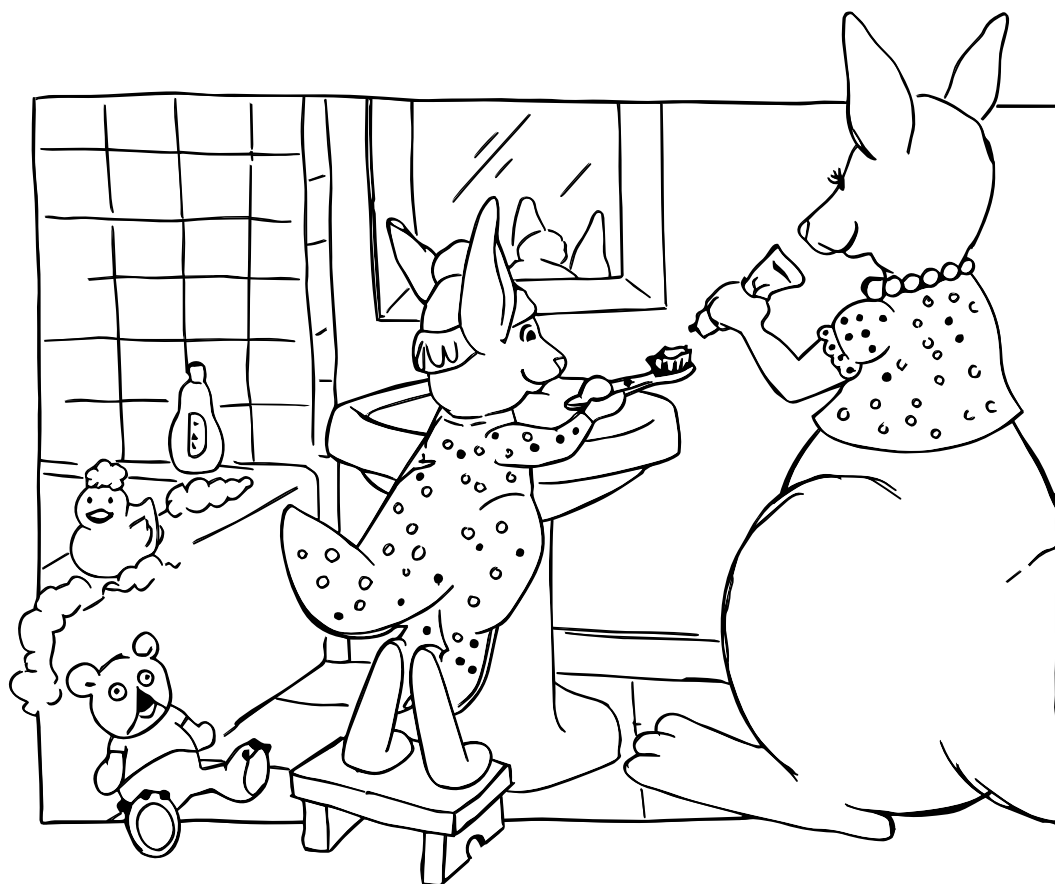
“¿Estás seguro?”

“¡Claro, soy MARAVILLOSO!”

“Sí que lo eres...”



“...pero soy tu mamá.
Es mi deber
asegurarme de que comas
lo que necesitas...”



Todas las noches, a la hora de dormir, me cepillo los dientes solo.
¡Y me los cepillo muy bien porque soy MARAVILLOSO!

Mi mamá dice: “Permíteme ayudarte a poner la pasta en el cepillo.”



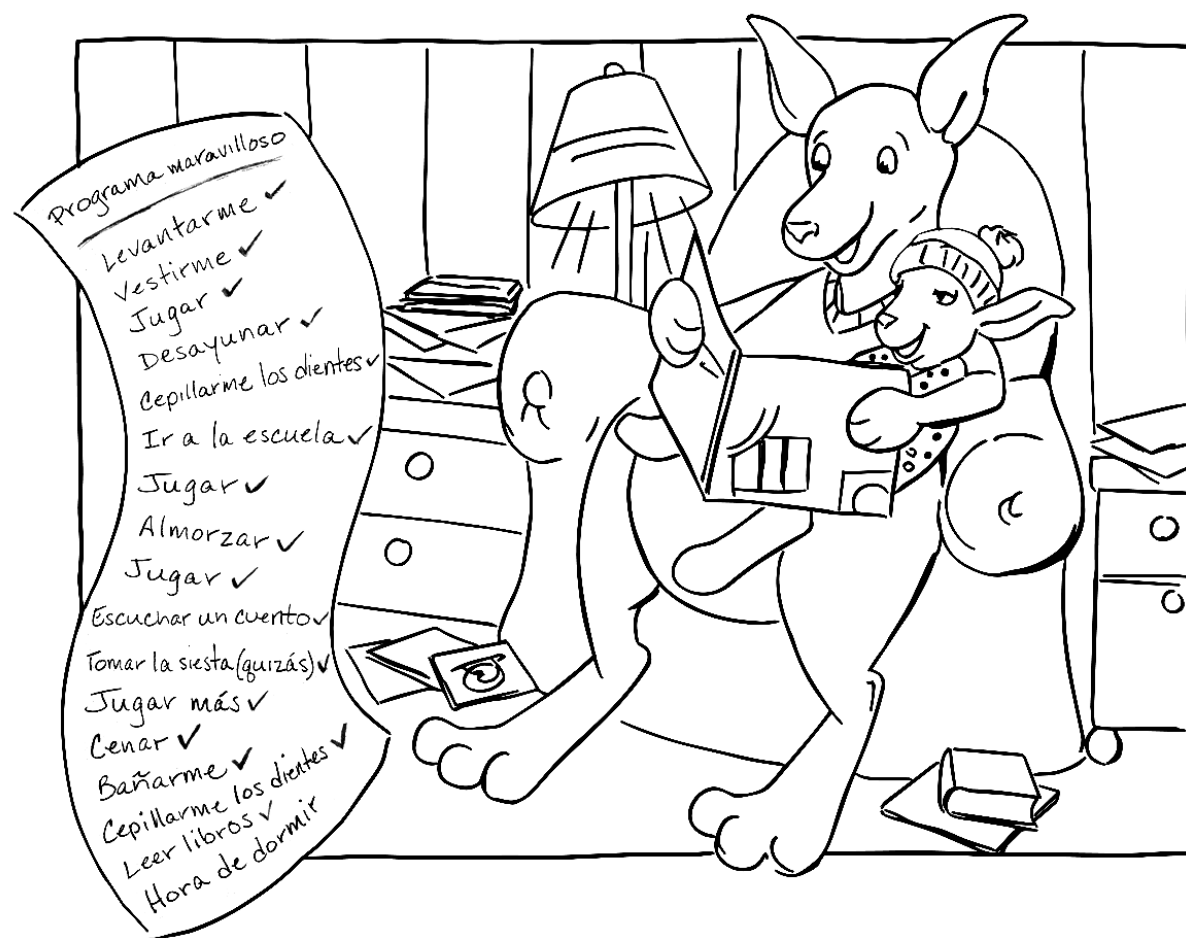
“¡Pero puedo hacerlo solo!”

“¿Estás seguro?”

“¡Claro, soy MARAVILLOSO!”

“Sí que lo eres...”

“...pero soy tu mamá y es mi deber ayudarte a poner la pasta dental.
Debo asegurarme de que no uses demasiada.
Cepíllate los dientes lo mejor que puedas.
Luego, yo miraré cuán bien lo has hecho. ¡Somos un equipo FANTÁSTICO!”



Hay tanto que hacer a los 3 años. Mi día está por acabar.

Mi papá dice: “Un libro más y a la cama.”



“¿Pero por qué? ¿Por qué...
(bostezo)...tengo que irme a
la cama? No estoy cansado,
¡y quiero seguir despierto!”

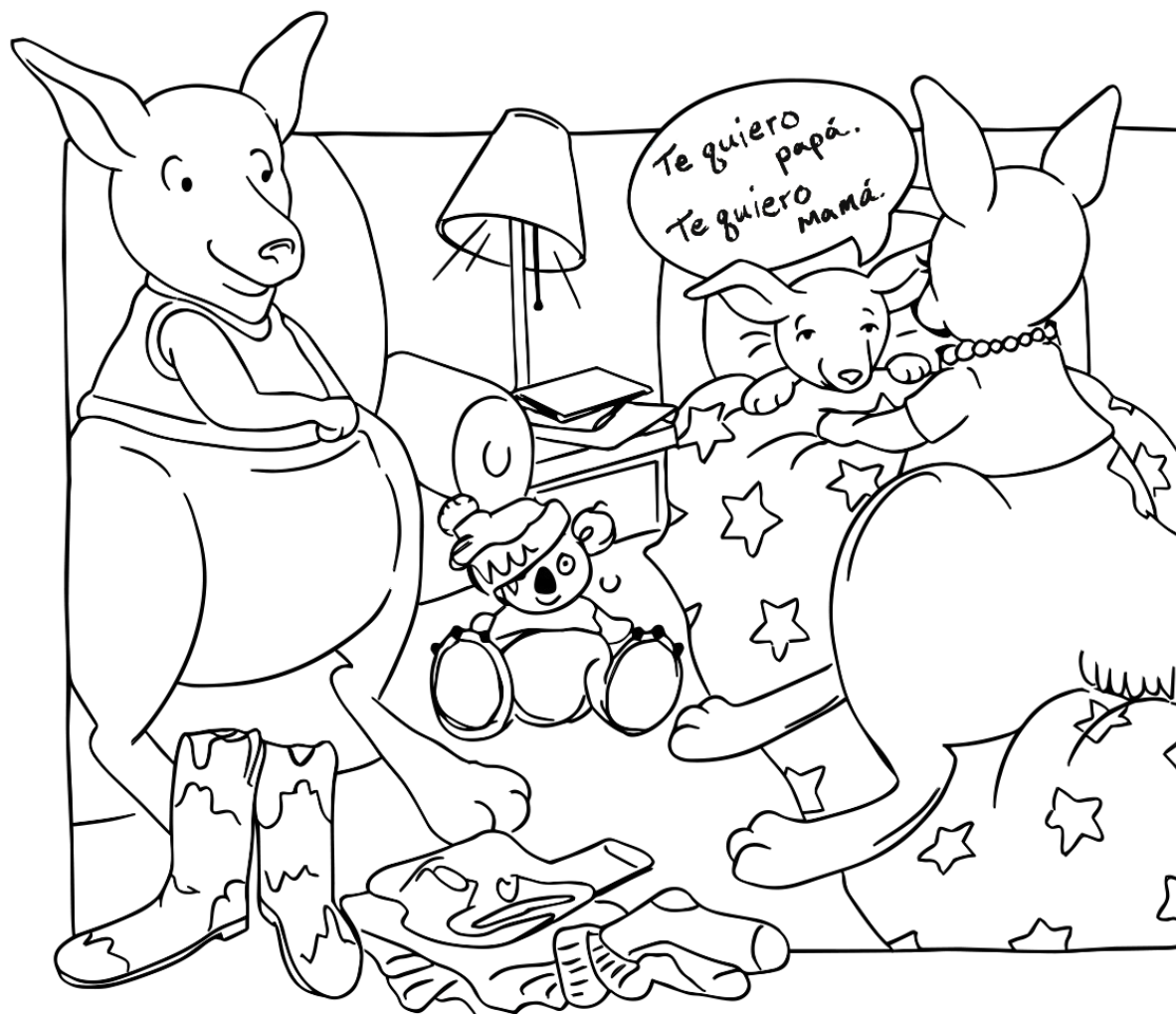
“¿Estás seguro?”

“¡Claro, soy MARAVILLOSO!”

“Sí que lo eres...”



“Debemos asegurarnos de
que descanses lo suficiente.
Ve a la cama para que
puedas descansar.
Recuerda que mañana será
otro gran día, y serás
MARAVILLOSO si te vas
a la cama enseguida.”



Es mejor que me duerma, ¡pues la verdad es que me encanta
ser MARAVILLOSO!

Indicadores del desarrollo *MARAVILLOSOS*

Fíjese en si su hijo de 3 años ha alcanzado los siguientes indicadores del desarrollo.

Lleve este libro y hable con el médico de su hijo durante cada visita
sobre los indicadores del desarrollo que su hijo ha alcanzado y lo que deberá observar a continuación.

Para ver más indicadores del desarrollo, consejos y otros materiales gratuitos,
como la aplicación de los CDC Sigamos el Desarrollo, consulte cdc.gov/Pronto/Familias o llame al
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).



**Descargue la aplicación
gratuita de los CDC
*Sigamos el desarrollo***



más →

Indicadores del desarrollo de los 3 años

Área social/emocional

- ☐ Se tranquiliza dentro de 10 minutos después de que lo deja;
por ejemplo, en la guardería
- ☐ Nota a los otros niños y se une a ellos para jugar

Área del habla y la comunicación

- ☐ Conversa con usted usando por lo menos dos frases de intercambio
- ☐ Hace preguntas con “quien”, “que”, “dónde” o “por qué”;
por ejemplo, “¿dónde está mami o papi?”
- ☐ Dice la acción que está ocurriendo en una imagen o en un libro cuando se lo preguntan; por ejemplo, “corriendo”, “comiendo” o “jugando”
- ☐ Dice su nombre cuando se lo preguntan
- ☐ Habla lo suficientemente bien como para que otros lo entiendan, la mayor parte del tiempo



Área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- ☐ Dibuja un círculo cuando le muestra cómo hacerlo
- ☐ Evita tocar los objetos calientes, como la estufa, cuando usted se lo advierte

Área motora y de desarrollo físico

- ☐ Inserta objetos en un hilo, como cuentas grandes, cereal o macarrones
- ☐ Se pone alguna ropa solito, como pantalones flojos o una chaqueta
- ☐ Usa el tenedor



más →

Consejos para la crianza

Cómo puede ayudar al desarrollo de su hijo:

- Anímelo a que juegue con otros niños. Esto lo ayuda a aprender el valor de la amistad y cómo llevarse bien con los demás.
- Hable sobre las emociones de su hijo y dele palabras para ayudarlo a explicar cómo se siente. Ayude a su hijo a manejar los sentimientos estresantes enseñándole a respirar profundamente, abrazar a su juguete favorito o ir a un lugar tranquilo y seguro cuando esté molesto.
- Establezca algunas reglas simples y claras que su hijo pueda seguir, como usar las manos sin brusquedad al jugar. Si no cumple la regla, muéstrole qué hacer en su lugar. Más tarde, si su hijo sigue la regla, reconózcalo y felicítelo.
- Lea con su hijo. Hágale preguntas como “¿qué está pasando en la imagen?” o “¿qué piensas que pasará después?”. Cuando le dé una respuesta, pídale más detalles.
- Juegue a contar. Cuente las partes del cuerpo, los escalones y otras cosas que use o vea todos los días. A esta edad, los niños están comenzando a aprender los números y a contar.
- Limite el tiempo frente a una pantalla (televisión, tabletas, teléfonos, etc.) a no más de 1 hora al día para ver un programa para niños con un adulto presente. No coloque cosas que tengan pantalla en el cuarto de su hijo. Los niños aprenden hablando, jugando e interactuando con otras personas.
- Permítale que lo ayude a preparar comidas. Dele tareas sencillas, como lavar las frutas y verduras o revolver.

¿Le preocupa el desarrollo de su hijo?

Si su hijo no ha alcanzado algunos de los indicadores, o a usted le preocupa el desarrollo de su hijo, hable con el médico, maestro u otros proveedores y pregunte sobre las pruebas del desarrollo. No espere. ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!

Consulte **[cdc.gov/Preocupado](https://www.cdc.gov/Preocupado)** para obtener más información sobre cómo apoyar a su hijo, o llame al 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636); hay agentes que hablan inglés y español.



“¡Aprendí tanto de este libro! Te muestra las cosas típicas que los hijos hacen día a día, mientras te recuerda que son importantes signos de su desarrollo.”

– Madre de niño de 3 años, Carolina del Norte

“Como médico, utilizaría este libro para hablar sobre el desarrollo de los niños durante los chequeos de rutina.”

– Misty Janssen, MD, Nebraska

“A mis hijos les encantó este libro. Fue muy divertido leerles el libro, ¡y hasta quisieron volver a leerlo otra vez!”

– Madre de niños de 2 y 3 años, Carolina del Norte

“*Soy maravilloso* enfatiza los pasos importantes en el desarrollo de todo niño de 3 años.”

– Judy Shaw EdD, MPH, RN, FAAP,

Bright Futures Guidelines, 3ra edición



En este cuento, un maravilloso canguro llamado Tito nos muestra todos los logros que ha alcanzado ahora que tiene 3 años.

Padres, este libro les enseñará lo que deberán observar a medida que su hijo crece y se desarrolla. Pídanle a su hijo que encuentre los osos. Para su conocimiento, toda página con un oso  también tendrá una estrella ☆ y un indicador del desarrollo al final de la misma. Note si su hijo de 3 años puede hacer algunas de las mismas cosas que Tito puede hacer.

Para obtener más información sobre el desarrollo de los niños, visite www.cdc.gov/pronto.

La traducción y la adaptación cultural de este libro para las familias de habla hispana fueron provistas por Reckitt-Benckiser, los fabricantes de LYSOL.



Aprenda los signos.
Reaccione pronto.

Centros para el Control y la
Prevención de Enfermedades

www.cdc.gov/pronto
1-800-CDC-INFO



**Descargue la aplicación
gratuita de los CDC
*Sigamos el desarrollo***

