

TALLÍTTO			
Talla	Edad	Necesidades de niños, niñas y adolescentes	Consejos para madres, padres y adultos cuidadores
De 13 a 18 años	-190 cm	Sentirse amado	1. Con tu amor y apoyo incondicional me siento segura/a, y cuidado/a 2. Házme sentir aceptado/a por ti, aunque algunas veces parecería que me desgraciada
	-190 cm	Expresar mis sentimientos	3. Ayúdame a comprender mis constantes estados de ánimo y a manejar mis emociones: alarma, ansiedad, alegría, tristeza, etc. 4. Ayúdame a compartir mis sentimientos en vez de contártel sufriendo a solas. Pregúntame: ¿Necesito saber qué está pasando?
	-190 cm	Límites e instrucciones	5. Escúchame antes de regalarme, quiero decirte lo que me sucede
	-180 cm	Reglas y normas	6. Ayúdame a aceptar que mis acciones tienen consecuencias positivas o negativas 7. Dame instrucciones de una forma positiva, no como castigo ni para hacerme sentir mal 8. Se claro, constante y firme, en las reglas familiares o de lo contrario no las creeré
	-180 cm	Elogios	9. Reconoce cuando cumplo con los permisos, actividades escolares y familiares 10. Explícame los beneficios y consecuencias de respetar las normas y las reglas
	-170 cm	Afrontar los problemas y adversidades	11. Orienta sobre los riesgos sobre mi persona, si hago actividades que afecten mi salud física e integridad mental y emocional
	-170 cm	Comunicarse	12. Házme saber que cuenta con ustedes para solucionar un problema, en lugar de seguir pensando que estoy solo/a
	-170 cm	Independencia	13. Házme saber que me escuchas y respetas mis opiniones y que se tiene en cuenta
	-170 cm	Responsabilidad	14. Ayúdame cuando quiera tomar mis propias decisiones y a desarrollar el sentido de la responsabilidad
	-160 cm	Confianza y autoestima	15. Dame mayor participación en las tareas del hogar o en otras actividades que pueda colaborar
	-160 cm	Expectativas	16. Recuerda que estoy en una edad de crecimiento y crecimiento, necesito que me aceptes y confies en mí
	-160 cm		17. Ayúdame a tener un buen concepto de mi persona, evitando descalificarme, ridiculizarme, o emitir comentarios que me lastiman
	-150 cm	Sentirse amado	18. Tus palabras de aprobación fortalecen mi autoestima
	-150 cm	Atención médica	19. Ayúdame a tener metas alcanzables para que aprenda a sentirme orgulloso/a de mis logros
	-150 cm	Expresar mis sentimientos	20. Dedicame tiempo para hablarle de mis preocupaciones, lo que quiero lograr y los retos que habré de enfrentar en la vida
	-140 cm	Tener límites	1. Demuéstrame tu amor dia con dia, me hace sentir aceptado/a y querido/a
	-140 cm	Participar en actividades escolares y comunitarias	2. Házme con cariño, refiriendo con tu querimiento. Es importante para nosotros! Siempre confía en nosotros! 3. Respétame y evita compararme o hacer diferencias con mis hermanas, hermanos y amigos o amigos
	-140 cm	Guía con amor	4. Continúa cuidando de mi salud, alimentación y aseo, es una forma de demostrarle su cariño
	-140 cm	Elogios	5. Animame con tu ejemplo a que hable de mis sentimientos, con la confianza de que seré escuchado/a
	-140 cm	Afrontar la adversidad	6. Enséñame con tu ejemplo a que cómo controlar mis emociones: ira, frustración, miedo, angustia, ansiedad, alegría, tristeza, etc.
	-140 cm	Comunicarse	7. Apóyame con mis tareas escolares y a estudiar, esto hace que sienta menos angustia o miedo a su aprobación
	-140 cm	Expectativas	8. Orienta a mis equivocaciones y dame el ejemplo de como debo hacerlo 9. Házme saber las consecuencias de mis acciones, más no me castigues con golpes y gritos
	-140 cm	Confianza y autoestima	10. Ponme reglas claras y precisas, pero quedate en ellas de lo contrario, ya no te creeré
	-130 cm	Independencia	11. Recuerdo mis esfuerzos en la escuela, en casa y otras actividades que me pidas que hagas
	-130 cm	Reconocimiento de mis propios sentimientos y de los demás	12. Házme sobre qué hacer si un profesor/a o compañero/a en la escuela, con frecuencia me agrede o dice cosas que me lastiman
	-130 cm		13. Explícame como debo cuidarme cuando no estoy con ustedes
	-120 cm	Sentirse amado/a	14. Dame la oportunidad de opinar sobre los asuntos familiares, me hace sentir que soy parte de ella
	-120 cm	Atención médica	15. Ayúdame a tomar mis propias decisiones, para ello necesito de su orientación y apoyo cuando algo se me dificulta
	-120 cm	Seguridad y protección	16. Trátame con respeto, cree en lo que te digo y confía en mí
	-120 cm	Comunicarse	17. Ayúdame a tener metas alcanzables y a sentirme orgulloso/a de mis logros
	-110 cm	Conocer el entorno donde vivo	1. Demuéstrame que eres feliz conmigo y háblame con cariño, las palabras dulces me ayudan a calmarme
	-110 cm	Confianza a la vida	2. Dame tetá mami, me ayudarás a crecer sanamente y tener buena salud
	-110 cm	Aprobación	3. Llévame al médico cuando esté enfermo/a y vigila que tenga un buen desarrollo
	-110 cm	Elogios por mis progresos	4. Llévame a vacunar para que no me enferme
	-110 cm	Independencia	5. Vivir en un lugar limpio y ordenado me hace sentir cómodo/a y tranquilo/a
	-100 cm	Identificar mis sentimientos	6. Brindame tu atención y cariño incondicional para ser una persona feliz y segura
De 3 a 6 años	-70 cm	Alimento	1. Házme sentir parte de la familia y que te gusta estar conmigo
	-70 cm	Atención médica	2. Dame alimentos que me ayuden a crecer sano y vigoroso
	-70 cm	Sentirse amado/a	3. Continúa llevándome al médico periódicamente para no enfermarme con facilidad
	-70 cm	Lugar seguro y limpio donde vivir	4. Llévame a que me apliquen las vacunas
	-70 cm	Seguridad y protección	5. Necesito de tu amor, caricias y de esas palabras dulces que me dan confianza y tranquilidad
	-70 cm	Comunicarse	6. Abrízame y háblame con cariño y con una voz suave que me tranquilice
	-70 cm	Conocer el entorno donde vivo	7. Házme sentir aceptado/a y evita palabras que me lastimen o me sienta rechazado/a
	-70 cm	Confianza a la vida	8. Enseñame con el ejemplo a ser limpia/a y ordenada/o, es parte de mi formación
	-70 cm	Aprobación	9. Encárgate a cuidarme y protegete de estar con personas, lugares y juegos que pongan en riesgo mi seguridad
	-70 cm	Elogios por mis progresos	10. Quédate a mi lado, necesito saber que estas conmigo, que me cuidas y me proteges
	-70 cm	Independencia	11. Escúchame cuando tequiero decir lo que pienso, siento o hago
	-60 cm	Identificar mis sentimientos	12. Enseñame a convivir y disfrutar las reuniones familiares y los paseos con otras personas
	-60 cm		13. Festéjame mis logros personales y escolares, me ayudará a seguir adelante
	-60 cm	Alimento	14. Anímate para que haga cosas sola/a y apóyame con palabras alentadoras como: ¡Muy bien! ¡Muy bien!
	-60 cm	Atención médica	15. Encárgate para que pecho a poco en ayuda de los adultos, me vista, amarre mis cinturones, haga las tareas escolares, recaja mis juguetes
	-60 cm	Sentirse amado	16. Recuerda que estoy aprendiendo, usen su tolerancia y toda su paciencia para enseñarme
	-60 cm	Lugar seguro y limpio donde vivir	17. Ayúdame a reconocer mis emociones y saber porque estoy así. ¿Estás enfadado/a? ¿Qué te pasa? ¿Te sientes muy contento/a? ¿Qué tienes? ¿Te pasa algo?
De 0 a 2 años	-50 cm	Seguridad y protección	18. Teme paciencia si tengo arranques de ira, es que necesito algo que a veces ni yo sé que es
	-50 cm	Conocer el entorno donde vivo	19. Dime de una manera clara y sencilla que puedo hacer y que no, los gritos y castigos no funcionan
	-50 cm	Aprobación	1. Demuéstrame que eres feliz conmigo y háblame con cariño, las palabras dulces me ayudan a calmarme
	-50 cm	Elogios	2. Dame tetá mami, me ayudarás a crecer sanamente y tener buena salud
	-50 cm	Independencia	3. Llévame al médico cuando esté enfermo/a y vigila que tenga un buen desarrollo
	-40 cm	Identificar mis ansiedades	4. Llévame a vacunar para que no me enferme
	-40 cm	Conocer mis emociones	5. Vivir en un lugar limpio y ordenado me hace sentir cómodo/a y tranquilo/a
	-40 cm	Entender que no todo lo que quiero tener	6. Brindame tu atención y cariño incondicional para ser una persona feliz y segura
	-40 cm	Identificar mi ansiedad	7. Abrízame y háblame con cariño y con voz suave cuando me vean impuesto/a y asustado/a
	-40 cm	Conocer mis limites	8. Se paciente conmigo si lloro o grito, eso es porque quiero decirles que algo me pasa, no es por molestar
	-30 cm		9. Enseñame a calmarme cuando lloro o grito. Necesito de ti para lograrlo
	-30 cm	Alimento	10. Llévame a pasear caminando, puede ser jalando algún objeto o juguete
	-30 cm	Atención médica	11. Encárgate que no dejas que te deje el momento idóneo, almacenes objetos para crear con una alta dependencia y la frustración
	-30 cm	Sentirse amado	12. Cuidame para que no me acerque a lugares peligrosos o quiera jugar con objetos que me lastimen o me hagan daño
	-30 cm	Lugar seguro y limpio donde vivir	13. Enseñame con tolerancia y paciencia como hacer lo que me piden
De 0 a 18 años	-10 cm	Conocer el entorno donde vivo	14. Ayúdame en lo que poco a poco vaya logrando hacer cosas por mi mismo/a, hablar, caminar como solo/a, ir al baño, etc)
	-10 cm	Aprobación	15. Con cariño ayúdame a reconocer mis emociones con frases como: ¡Estás alegre! ¡Estás triste! ¡Estás triste! ¡Estás enfadado!
	-10 cm	Elogios	16. Recuerda que estoy aprendiendo, usen su tolerancia y toda su paciencia para enseñarme
	-10 cm	Independencia	17. Ayúdame a reconocer mis emociones y saber porque estoy así. ¿Estás enfadado/a? ¿Qué te pasa? ¿Te sientes muy contento/a? ¿Qué tienes? ¿Te pasa algo?
	-10 cm	Identificar mis limites	18. Teme paciencia si tengo arranques de ira, es que necesito algo que a veces ni yo sé que es
	-10 cm		19. Dime de una manera clara y sencilla que puedo hacer y que no, los gritos y castigos no funcionan
	-10 cm	Alimento	1. Demuéstrame que eres feliz conmigo y háblame con cariño, las palabras dulces me ayudan a calmarme
	-10 cm	Atención médica	2. Dame tetá mami, me ayudarás a crecer sanamente y tener buena salud
	-10 cm	Sentirse amado	3. Llévame al médico cuando esté enfermo/a y vigila que tenga un buen desarrollo
	-10 cm	Lugar seguro y limpio donde vivir	4. Llévame a vacunar para que no me enferme
	-10 cm	Seguridad y protección	5. Vivir en un lugar limpio y ordenado me hace sentir cómodo/a y tranquilo/a
	-10 cm	Conocer el entorno donde vivo	6. Brindame tu atención y cariño incondicional para ser una persona feliz y segura
	-10 cm	Aprobación	7. Abrízame y háblame con cariño y con voz suave cuando me vean impuesto/a y asustado/a
	-10 cm	Elogios	8. Se paciente conmigo si lloro o grito, eso es porque quiero decirles que algo me pasa, no es por molestar
	-10 cm	Independencia	9. Enseñame a calmarme cuando lloro o grito. Necesito de ti para lograrlo
	-10 cm	Identificar mis ansiedades	10. Llévame a pasear caminando, puede ser jalando algún objeto o juguete
	-10 cm	Conocer mis emociones	11. Encárgate que no dejas que te deje el momento idóneo, almacenes objetos para crear con una alta dependencia y la frustración
	-10 cm	Entender que no todo lo que quiero tener	12. Cuidame para que no me acerque a lugares peligrosos o quiera jugar con objetos que me lastimen o me hagan daño
	-10 cm	Identificar mi ansiedad	13. Enseñame con tolerancia y paciencia como hacer lo que me piden
	-10 cm	Conocer mis limites	14. Ayúdame en lo que poco a poco vaya logrando hacer cosas por mi mismo/a, hablar, caminar como solo/a, ir al baño, etc)
	-10 cm		15. Con cariño ayúdame a reconocer mis emociones con frases como: ¡Estás alegre! ¡Estás triste! ¡Estás triste! ¡Estás enfadado!
	-10 cm	Alimento	16. Recuerda que estoy aprendiendo, usen su tolerancia y toda su paciencia para enseñarme
	-10 cm	Atención médica	17. Ayúdame a reconocer mis emociones y saber porque estoy así. ¿Estás enfadado/a? ¿Qué te pasa? ¿Te sientes muy contento/a? ¿Qué tienes? ¿Te pasa algo?
	-10 cm	Sentirse amado	18. Teme paciencia si tengo arranques de ira, es que necesito algo que a veces ni yo sé que es
	-10 cm	Lugar seguro y limpio donde vivir	19. Dime de una manera clara y sencilla que puedo hacer y que no, los gritos y castigos no funcionan
	-10 cm	Seguridad y protección	20. Llévame a festas familiares o al parque con niños y niñas de mi edad para que conozca a otras personas
	-10 cm	Conocer el entorno donde vivo	21. Cuidame cuando estoy aprendiendo a gatear, caminar y comer
	-10 cm	Aprobación	22. Festejame las cosas que estoy aprendiendo hacer solo/a o con tu compañía
	-10 cm	Elogios	23. Valorá mis logros con palabras de apoyo: ¡Vas bien! ¡Muy bien! ¡Tu puedes! ¡Bien hecho! ¡Repite conmigo! ¡Lo lograste!
	-10 cm	Independencia	24. Ayúdame en lo que poco a poco vaya logrando hacer cosas por mi mismo/a, hablar, caminar como solo/a, ir al baño, etc)
	-10 cm	Identificar mis ansiedades	25. Con cariño ayúdame a reconocer mis emociones con frases como: ¡Estás alegre! ¡Estás triste! ¡Estás triste! ¡Estás enfadado!
	-10 cm	Conocer mis limites	26. Recuerda que estoy aprendiendo, usen su tolerancia y toda su paciencia para enseñarme
	-10 cm		27. Ayúdame a reconocer mis emociones y saber porque estoy así. ¿Estás enfadado/a? ¿Qué te pasa? ¿Te sientes muy contento/a? ¿Qué tienes? ¿Te pasa algo?
	-10 cm	Alimento	28. Llévame a festas familiares o al parque con niños y niñas de mi edad para que conozca a otras personas
	-10 cm	Atención médica	29. Cuidame cuando estoy aprendiendo a gatear, caminar y comer
	-10 cm	Sentirse amado	30. Enseñame a conocer que hay a mi alrededor como son sus formas, colores, olores, texturas, sabores y ruidos
	-10 cm	Lugar seguro y limpio donde vivir	31. Dedica tiempo para jugar conmigo y pasear juntos un ratito todos los días