

Alimentació

- La dieta ha de ser variada i equilibrada, igual que la de la resta de la família. El menú l'elabora una persona adulta, i el nen/a té la possibilitat de menjar-lo o no. No se li han d'oferir variacions en el menú que toca, i si decideix no menjar, sense fer cap guerra, se li ha de retirar el plat i no se li ha de donar res fins a l'àpat següent, en què repetirem el ritual. No s'ha de tenir por de les negatives a menjar per part de l'infant, ja que no duren més de 1-2 dies.
- No premiar ni castigar el nen o nena perquè mengi molt o poc.
- Cal introduir, si no s'ha fet abans, fruites vermelles, peix blau, fruita seca (triturada).

Cura i higiene

- El bany ha de continuar sent diari, i s'ha d'intentar mantenir la seva pell sempre seca, canviar-li els bolquers cada vegada que sigui necessari. A l'hora de netejar-lo hem de fer servir, sempre que sigui possible, aigua i sabó sense cap altre tipus de cosmètics. Hem de mantenir el ritual de netejar les mans abans d'anar a dinar i després.

Prevenció de riscos

- Mantenir el fum de tabac lluny del nen/a i evitar cremades amb cigarretes, encenedors, etc.

Seguretat i prevenció de lesions

- És convenient recordar les mesures generals de prevenció de caigudes, cremades, ennuegaments, intoxicacions i ofegaments. Si l'infant efectua desplaçaments en automòbil –de forma regular o ocasionalment- cal tenir un dispositiu de retenció apropiat pel seu pes i la seva alçada.
- Els productes de neteja han d'estar fora del seu abast, així com les begudes alcohòliques.

Evolució madurativa

- Ara ja camina perfectament, és capaç de córrer sense ensopegar i pujar escales sense cap problema. Mica en mica va confiant més en les seves possibilitats i salta i baixa escales.
- A partir d'ara i fins als 2 anys més o menys, ve una edat de continua confrontació amb els pares. El nen o nena explora el món en què viu i es troba que, a vegades, li posen límits. És important fixar ara els límits encara que sembli que ens hi estem barallant tot el dia. El nen o nena necessita un referent que l'orienti i li posi aquests límits, i els pares han de tenir aquest paper. A poc a poc anirà entenent quines coses es poden fer i quines no.

- Com es troba amb uns pares que ara no li riuen tot el que fa i, a vegades, li diuen “no”, el nen o nena aprèn a dir que no, i típicament ho fa amb el menjar, l'hora d'anar a dormir i vestir- se/desvestir-se. És important no entrar en el joc de baralles i enfrontaments per tal que abandoni aquests comportaments. Com més cas se li fa, més temps repetirà la conducta.