



HACER QUE SU BEBÉ DEJE EL BIBERÓN

La Academia Americana de Pediatría recomienda que, cuando un bebé comienza a comer alimentos sólidos alrededor de los 6 meses de edad, es momento de comenzar a utilizar una taza para bebés. Para cuando su bebé tiene de 12 a 18 meses de edad, deberían haber dejado de utilizar el biberón.

El uso de biberones a largo plazo puede provocar: _____ Beneficios de una taza para bebés: _____

- Saltar comidas o no comer suficientes alimentos sólidos.
- Obesidad infantil.
- Caries o descomposición de dientes por usar biberón.
- Cuanto más espere, más difícil será que deje de usar el biberón.
- Ayuda a desarrollar los músculos de la boca para el habla.
- Promueve el desarrollo de dientes sanos.
- Reduce el riesgo de infecciones de oído.
- Fortalece la coordinación manual y visual.

Consejos para dejar el biberón: _____

- Comience ofreciendo solo agua en una taza para bebés.
- Al momento de las comidas, coloque fórmula o leche materna en una taza para bebés, en vez de en el biberón.
- Cree una rutina para la hora de dormir sin un biberón. Esto ayudará a su bebé a aprender a calmarse por sí mismo.
- Reemplace un biberón con una taza para bebés. La siguiente semana, reemplace otro biberón con una taza para bebés. Continúe retirando un biberón por semana hasta que se reemplacen todos.
- Tenga paciencia y comprenda que esta transición puede tomar tiempo.
- Sea constante y respete su nueva rutina. Intente no ceder y ofrecer un biberón.
- Asegúrese de que los miembros de su familia y los cuidadores sepan que está haciendo que su bebé deje el biberón y pídales que no le ofrezcan uno a su bebé.
- Ojos que no ven, corazón que no siente. Intente mantener los biberones fuera de la vista del bebé.

TIPOS DE TAZAS PARA BEBÉS



Qué buscar

Evite utilizar tazas para bebés con tetinas o boquillas de goma, en vez de una taza para bebés con una boquilla dura o de plástico.

Qué buscar

Pajilla firme y corta (anima la succión).

Considere una pajilla con peso (mantiene el final de la pajilla en el líquido, incluso cuando se inclina la taza para bebés)

Termo para niños pequeños: espere hasta los 12 a 18 meses (es más difícil que lo usen)



Qué buscar

Tazas pequeñas de 2 onzas, algunas tienen fondos con peso para que su bebé tenga más facilidad para agarrarlas.

Qué buscar

Similar a las tazas abiertas, pero incluye una tapa membrana de silicona para minimizar los derrames.



Otros consejos para seleccionar una taza para bebés:

- Encuentre una con el personaje preferido de su bebé, su color favorito o un diseño divertido. Esto le ayudará a tener más interés en la taza.
- Pruebe diferentes tipos de tazas. Cada bebé es diferente, algunos bebés pueden preferir un tipo por sobre otro.
- Encuentre uno que sea fácil de limpiar.
- No se desanime si su bebé no muestra interés. Siga ofreciendo la taza durante el día. Puede que lleve un tiempo que desarrolle interés.