



Los Si y Los No con Biberones – Una Guía para los Proveedores de Cuidado a los Niños

La alimentación de niños es una parte clave de su trabajo. Es importante alimentarlos de manera correcta. Mas abajo se encuentran algunas sugerencias importantes que usted debe saber para alimentar a los niños en su cuidado.

Los Si

- ✓ Asegure que el niño este recto o aliméntelo sentado. Esto evita el ahogamiento y disminuye el riesgo de infecciones de oído.
- ✓ Los niños que no pueden sentarse siempre deben ser cargados en los brazos cuando comen del biberón.
- ✓ Use biberones del plástico duro o biberones del plástico duro con alineadores de plástico para disminuir el riesgo de romperse.
- ✓ Es lo mejor no dar el biberón a más de un niño a la vez, porque puede ser difícil actuar en las señales del hambre (p.ej alejándose del biberón) si usted alimenta a más de un niño.
- ✓ Ofrézcales a los niños líquidos en los vasos para niños llamados en ingles “sippy” cuando ellos estén listos en su desarrollo, lo cual puede ser tan pronto como a los 7 meses. Para prevenir caries dentales, sólo ofrézcales el jugo en un vaso para niños llamados en ingles “sippy” y nunca en un biberón.

Los No

- ✓ Los niños no deben tener biberones en sus cunas ni cargar biberones durante el día.
- ✓ No obligue a los niños a terminar sus biberones; es importante saber los signos que demuestran que el niño está satisfecho (p.ej voltearse la cabeza a otro lado, ya no querer más biberón).
- ✓ Nunca apoye el biberón contra otra cosa para mantenerlo en posición para alimentar al niño. Esto puede causar el ahogamiento y puede resultar en infecciones de oído, caries, problemas de lenguaje y de nutrición.
- ✓ La leche que sobra en el biberón después de una hora ya no está bien para beber debido a bacterias de la saliva del niño. Debe ser tirado a la basura.

InfaNET Nutrition for Child Care Providers – Building Blocks for Healthy Infants

- ✓ Los biberones sólo deben ser usadas para la fórmula o leche de pecho. **NUNCA** ponga el jugo u otras comidas como el cereal infantil en un biberón.
 - ¡Aunque se piensa que los niños duermen mejor después de comer comidas sólidas, esto no es verdad! Los investigadores han enseñado que el dormir durante toda la noche es debido a motivos del desarrollo y no motivos de nutrición.
- ✓ Los biberones nunca deben ser usadas como chupones. Esto puede resultar en caries dentales y calorías adicionales que el niño no pueda necesitar.