

Publicado en *Mom & me Centroamérica* | 1000 Primeros Días del Bebé (<https://www.momandme.nestle.com>)

[Inicio](#) > ¿Por qué incluir cereales infantiles con trigo después de los 6 meses de vida?

Comparte esto  
X



## ¿Por qué incluir cereales infantiles con trigo después de los 6 meses de vida?

¿Cuál mamá no se preocupa por darle lo mejor a sus hijos, especialmente en sus primeros años de vida, cuando ellos son más frágiles?

<https://www.momandme.nestle.com/incluir-cereal-infantil-trigo-a-los-6-meses> <sup>[1]</sup>

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



# ¿Por qué incluir cereales infantiles con trigo después de los 6 meses de vida?

¿Cuál mamá no se preocupa por darle lo mejor a sus hijos, especialmente en sus primeros años de vida, cuando ellos son más frágiles?

Viernes, Septiembre 11th, 2015

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Compartir](#)

Existen **lineamientos** o **guías** para saber con cuáles alimentos iniciar el proceso de alimentación complementaria. En algunos casos, la recomendación es iniciar con frutas y, en otros, con cereales e, incluso, con vegetales, pero lo que se mantiene en todos los casos es que la intención es **introducir un alimento a la vez** y probar qué tan bien lo tolera el bebé dando exclusivamente ese alimento por 3 días consecutivos, lo anterior, justamente, para poder retirar temporalmente de la dieta aquel alimento que no sea bien tolerado o que cause alergia.

Los lineamientos de inclusión de alimentos se basan en criterios como los de la **Academia Americana de Pediatría**, la cual ha indicado, por ejemplo, que es adecuado para los bebés, en su segundo semestre de vida, la inclusión de cereales como el arroz, la avena y el trigo.

Se ha visto, en estudios, que incluir **cereales** ricos en gluten ?como el trigo, el centeno o la cebada? antes de los 7 meses de vida, puede ser conveniente para reducir, más adelante, el riesgo de sufrir enfermedad celiaca.

La enfermedad celiaca es una complicación gastrointestinal que se presenta cuando el organismo reacciona a la proteína de este tipo de cereales y dicha reacción puede ir deteriorando el buen funcionamiento del intestino.

Este tiempo, en el cual se pueden incluir ciertos alimentos que tienen el potencial de generar alergias, con el fin de que su introducción no tardía pueda reducir el riesgo de que la alergia se presente, es lo que se conoce como **ventana de oportunidad** y es, también, respaldado por la Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología.

Es importante, asimismo, tener en cuenta que el **segundo semestre de vida** es un buen momento para la inclusión de este tipo de alimentos pues, aún se mantiene un consumo importante de leche materna, alimento que brinda un factor adicional de protección dada su capacidad de regular las funciones del sistema inmune.

[Leer más](#) <sup>[6]</sup>

**URL de origen:** <https://www.momandme.nestle.com/incluir-cereal-infantil-trigo-a-los-6-meses>

## Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/incluir-cereal-infantil-trigo-a-los-6-meses>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/incluir-cereal-infantil-trigo-a-los-6-meses&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/cereales\\_infantiles](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/incluir-cereal-infantil-trigo-a-los-6-meses&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/cereales_infantiles)

qué incluir cereales infantiles con trigo después de los 6 meses de vida?

[3]

<https://twitter.com/share?text=%C2%BFPor%20qu%C3%A9%20incluir%20cereales%20infantiles%20con%20trigo%20despu%C3%A9s%20de%20los%206%20meses>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/incluir-cereal-infantil-trigo-a-los-6-meses>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/1831>

[6] <https://www.momandme.nestle.com/javascript%3A%3B>