

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

[Inicio](#) > Juego durante la alimentación, ¿permitido?

Comparte esto

X



Juego durante la alimentación, ¿permitido?

El inicio de la alimentación complementaria a la leche materna, puede ser un período de gran emoción y alegría para toda la familia; no obstante, en algunas ocasiones, se convierte en causa de ansiedad o estrés para los padres, por el tiempo involucrado, rechazo a ciertos alimentos o posibles desordenes ocasionados.

<https://www.momandme.nestle.com/juego-durante-la-alimentacion-permitido> [1]

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



Juego durante la alimentación, ¿permitido?

El inicio de la alimentación complementaria a la leche materna, puede ser un período de gran emoción y alegría para toda la familia; no obstante, en algunas ocasiones, se convierte en causa de ansiedad o estrés para los padres, por el tiempo involucrado, rechazo a ciertos alimentos o posibles desordenes ocasionados.

Viernes, Septiembre 11th, 2015

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

En el último caso, comúnmente se ha creído que los niños no deben jugar con sus alimentos, y esto podría ser acertado en edades más avanzadas, pero en el caso de menores de 1 año, el experimentar con ellos, es natural e, inclusive, podría llegar a mejorar su aceptación.

Permitir que el bebé se familiarice con las texturas, sabor y color de los nuevos alimentos, contribuye a crear una experiencia adecuada y grata desde el inicio. Esto se logra al ofrecer una pequeña cantidad de la papilla, como los cereales Nestum o de los colados de frutas y vegetales, para que el bebé “juegue” con los mismos, previo a su introducción. En la mayoría de los casos, el mismo intentará llevárselos a la boca, logrando un primer intento exitoso.

De forma similar, en el momento en que el bebé manifieste interés, es muy importante permitir que tome los alimentos con sus dedos, aún cuando sea poca la cantidad que logre consumir.

Para evitar el desorden excesivo y garantizar buenos resultados en este período, se recomienda:

- ?- Brindar una pequeña cantidad de la comida por aparte, para que el bebé juegue o experimente con ella.
- Utilizar baberos que faciliten el proceso de limpieza del bebé posterior a las comidas.
- Preferir utensilios y superficies fáciles de limpiar.
- Asegurar una adecuada higiene de las manos del bebé, así como de todos los utensilios involucrados en el proceso.

Evitar los regaños y restricciones excesivas durante toda la alimentación complementaria, así como permitir cierta libertad para con los alimentos y la forma de consumirlos, es ideal para construir un ambiente tranquilo y positivo durante las comidas en la infancia.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/juego-durante-la-alimentacion-permitido>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/juego-durante-la-alimentacion-permitido>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/juego-durante-la-alimentacion-permitido&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/juego_durante_la_alimentacion_¿permitido?

[3]

<https://twitter.com/share?text=Juego%20durante%20la%20alimentaci%C3%B3n%20C2%BFpermitido%3F&url=https://www.momandme.nestle.com/juego-durante-la-alimentacion-permitido>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/juego-durante-la-alimentacion-permitido>

permitido

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/1951>

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