

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

[Inicio](#) > Cereales infantiles para propiciar el crecimiento y desarrollo de los bebés

Comparte esto

X



## Cereales infantiles para propiciar el crecimiento y desarrollo de los bebés

Estamos claros de que un bebé necesita energía y nutrientes para crecer y desarrollarse adecuadamente y, una vez que inicia el proceso de alimentación complementaria a la leche materna, se vuelve clave la correcta selección de los alimentos, a fin de lograr suplir esas necesidades.

<https://www.momandme.nestle.com/cereales-infantiles-propician-crecimient...> [1]

[2] [3] [4]



# Cereales infantiles para propiciar el crecimiento y desarrollo de los bebés

Estamos claros de que un bebé necesita energía y nutrientes para crecer y desarrollarse adecuadamente y, una vez que inicia el proceso de alimentación complementaria a la leche materna, se vuelve clave la correcta selección de los alimentos, a fin de lograr suplir esas necesidades.

Viernes, Septiembre 11th, 2015

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

Los carbohidratos son la principal fuente de energía para todo ser humano y no es diferente para los bebés, de manera que alimentos como los cereales, las frutas, los vegetales y la leche materna ¿en este caso?, serán los principales integrantes de su alimentación.

Los cereales infantiles son ¿de las opciones que ya mencionamos? una excelente herramienta para propiciar un buen crecimiento y desarrollo, dado que pueden contener hasta 9 veces más nutrientes esenciales para el bebé, que los cereales que se podrían preparar en casa.

Hay que tener muy presente que no solo nos interesa cumplir con la energía que el bebé necesita, sino con los nutrientes que harán que sus órganos y sistemas funcionen correctamente.

Veamos algunos beneficios que podría encontrar una madre en un cereal infantil fortificado y elaborado con yogurt, respecto a un cereal elaborado en casa con los mismos alimentos base.

## Hallaríamos:

- Entre 85% y 90% más vitamina C y hierro, los cuales el bebé requiere para fortalecer todo su sistema de defensa a las enfermedades; además, el hierro también le será de utilidad para transportar oxígeno y nutrientes a todo el cuerpo por medio de la sangre.

- Entre 75% y 80% más vitamina A, la cual, además de fortalecer el sistema de defensas, es parte importante para el desarrollo de sus capacidades visuales.

- Alrededor de un 25% más de zinc, indispensable para el sistema de defensas y en la prevención y manejo de las diarreas.

[Leer más](#) <sup>[6]</sup>

**URL de origen:** <https://www.momandme.nestle.com/cereales-infantiles-propician-crecimiento-bebes>

## Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/cereales-infantiles-propician-crecimiento-bebes>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/cereales-infantiles-propician-crecimiento-bebes&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/cereales\\_](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/cereales-infantiles-propician-crecimiento-bebes&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/cereales_infantiles_)

[infantiles para propiciar el crecimiento y desarrollo de los bebés](https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/cereales_infantiles_infantiles_para_propiciar_el_crecimiento_y_desarrollo_de_los_bebes)

[3]

<https://twitter.com/share?text=Cereales%20infantiles%20para%20propiciar%20el%20crecimiento%20y%20desarrollo%20de%20infantiles-propician-crecimiento-bebes>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/cereales-infantiles-propician-crecimiento-bebes>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/2116>

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