

Es Hora de Dejar el Biberón

Hay muchos motivos por los que los padres no le dejan de dar biberón a sus hijos:

- A su bebé le encanta.
- La familia no puede soportar el llanto.
- Es más fácil darle un biberón que un vaso.
- Los padres no quieren que su bebé crezca.
- Alguien hace al padre o a la madre sentir mal por quitarle el biberón a su bebé.

Pero existen aún MEJORES razones para dejar de darle biberón. El seguir dándole biberón por más tiempo puede:



- Pudrir los dientes de un niño. Este tipo de “deterioro dental por el biberón” puede dañar sus dientes permanentes.
- Causar niveles bajos de hierro en la sangre del niño.
- Arruinar el apetito del niño para comer otros alimentos.
- Causar sobrepeso.
- Causar infecciones de oído.

Si su hijo tiene más de 1 año de edad y sigue tomando biberón, éstas son algunas cosas que puede hacer:

Haga que su hijo deje el biberón poco a poquito.

- Ofrézcale un vaso en vez del biberón.
- Reemplace el biberón con un vaso en una alimentación a la vez. Haga esto por un par de días hasta que su hijo se acostumbre. Entonces dele en un vaso en otra alimentación.
- Cada día sírvale menos leche en el biberón. Si su hijo tiene que tomar biberón para irse a dormir, dele agua en el biberón.





NOTA: si su hijo se enferma, no vuelva a darle biberón en las alimentaciones que ya tomaba en un vaso, pero espere a que se sienta mejor para dejar de darle biberón en otras alimentaciones.

Deje de darle biberón por completo.

- Deshágase de todos los biberones. Pida a su hijo que tire todos los biberones en la basura o usted mismo(a) guárdelos fuera del alcance.
- Llorará como por 3 noches. Cada noche un poquito menos. Para la semana, su hijo estará acostumbrado a su nueva rutina.
- Comience con la nueva rutina durante la hora de la siesta o a la hora de dormir. Léale un cuento. Dele un vaso de leche y un refrigerio y después límpiele o lávele los dientes a su hijo. Haga de este momento un momento especial y afectuoso, ya que esto es un gran cambio para su hijo.

Consejos útiles

- Dele muchos abrazos, amor y atención especial a su hijo.
- Dígale a menudo a su niño “que niño grande” o “que niña grande”.
- ¡No se eche para atrás! Después será más difícil.



¡Buena suerte!