

## LA PRIMERA TAZA DEL BEBÉ



Cuando su bebé tenga entre 6 y 8 meses, ofrézcale una taza. Aprender a usar una taza es un paso importante para el desarrollo del bebé. ¡Su hijo cuenta con usted para ayudarlo a crecer y aprender!

### ¡TIEMPO PARA UNA TAZA!

Ayude a que su bebé esté listo para dejar el biberón entre los 12 y los 14 meses. Usar un biberón por más tiempo del recomendado puede afectar los dientes de leche, causar infecciones de oído y falta de apetito.

Enseñe a su bebé cómo usar una taza. Ayúdele a llevar lentamente la taza a sus labios para que pueda tomar pequeños sorbos de agua. Pruebe estas sugerencias:

- Ofrezca una taza abierta en las comidas y tentempiés cuando esté sentado en su silla de alimentación.
- Use una taza pequeña y abierta. Es útil usar una taza con 2 asas cuando el bebé aprende. Ayúdele a sostener la taza para que él también pueda agarrarla.
- Cuando él use una taza, felicítelo y dígame que está orgullosa.
- Prepárese para goteos y derrames. ¡Sea paciente y permítale practicar! Él mejorará con el tiempo.
- Mantenga los biberones fuera de la vista cuando pruebe la taza. Si no ve el biberón, es menos probable que lo pida.
- ¡Sea un buen modelo a seguir! Deje que lo vea tomar de una taza. Aprende mucho con solo mirarlo.
- Ponga agua en la taza entre comidas y tentempiés. Tomar sorbos de fórmula, jugo, leche o bebidas azucaradas con frecuencia causará caries en los dientes.



## ¿CUÁLES SON MIS OPCIONES?

### > TAZA ABIERTA



Una taza sin tapa. Esta es la mejor opción. Su hijo aprenderá cómo poner sus labios alrededor de la taza para tomar. Tomar de una taza ayuda a desarrollar los músculos de la boca que son necesarios para el habla.

### > TAZA CON BOCA



Una taza con tapa y boca. El líquido debe fluir libremente a través de la boca. Enseñe a su bebé la importante habilidad de tomar de una taza. Evite las tazas con popote con válvulas para derrames. Los bebés chupan de estas tazas como de los biberones. Una válvula también dificulta la limpieza de la taza.



### > TAZA CON POPOTE

Una taza con un popote agregado o incorporado. El popote ayuda al desarrollo del habla y la habilidad de masticar alimentos.

Recuerde, ¡depende de usted proteger los dientes de su hijo! ¡Usted puede ayudar a que su hijo crezca bien y esté saludable!



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.