

¿Es mi niño difícil para alimentar?

Roberto y Lisa tienen un niño de 15 meses que comía toda clase de vegetales hasta que cumplió un año. Ahora no quiere comer ninguno de los vegetales que sus padres le ofrecen. ¿Qué le diría usted a Roberto y Lisa respecto a su interés en que su niño coma vegetales?

For instructor

¿Es mi niño difícil para alimentar?

Tal parece que su hijo está dando un poco de problema para comer, pero eso es normal a esa edad. Ofrézcale una variedad de vegetales con sus alimentos favoritos o con alguna salsa. Si no le gusta el vegetal que usted le ofrece, no le de mucha importancia. El comenzará a comer vegetales otra vez cuando esté listo.

¿Toma mi hija demasiada leche?

Mi hija tiene dos años y le encanta tomar leche en su vaso con las comidas y meriendas. Un amigo me dijo que podría estar tomando demasiada leche. ¿Como sé si es cierto?

For instructor

¿Toma mi hija demasiada leche?

Un niño entre las edades de 1 a 3 años solo necesita dos porciones de leche diarias. No necesita más de 16 onzas de leche al día. Los niños pequeños se toman entre 4 y 6 onzas cada vez que toman leche. De manera que si su hija tiene sed, ofrézcale más agua.

Dejando de tomar el biberón

Mi hijo acaba de cumplir un año y toma algunos líquidos en su vaso, pero aún quiere su biberón para tomarse la leche por la noche. ¿Qué puedo hacer para que deje de tomar el biberón por la noche?

For instructor

Dejando de tomar el biberón

Hacer que un niño deje de tomar del biberón es un proceso gradual que requiere que usted sea paciente y consecuente. En lugar de leche, podría tratar de ofrecerle en el biberón agua u otro líquido que no contenga azúcar. Comience con un biberón a la vez para que la experiencia no le produzca tensión ni a usted ni al niño. También es muy importante informar a los miembros de la familia que cuidan al niño lo que usted está haciendo para que puedan apoyarle en sus esfuerzos.

For instructor

¿Estoy sirviéndole mucha comida a mi niño?

¿Estoy sirviéndole mucha comida a mi niño?

Yo creo que le estoy sirviendo mucha comida a mi niño. Él Usted está haciendo lo correcto al no obligar a su niño a deja mucha comida en el plato. No quiero obligarlo a que se comerse todo lo que haya en el plato. De acuerdo a la edad de la coma toda, pero detesto el desperdicio. ¿Cuánta comida su niño, lo mejor es darle de 1-2 cucharadas de comida debo servirle? cada año. Para su niño de dos años sírvale dos cucharadas de comida. Le pedirá más si todavía tiene hambre. Recuerde que los niños tienen estómagos muy pequeños y no necesitan tanta comida como nosotros.

¿Puede el exceso de jugo causar aumento de peso?

Mi niño tiene 3 años de edad y si lo dejo se pasa el día tomando jugo. Una amiga me dijo que tomar tanto jugo diariamente le puede causar aumentar de peso. ¿Es esto cierto?

For instructor

¿Puede el exceso de jugo causar aumento de peso?

El jugo, que contiene vitamina C, es bueno para su niño, pero él solo necesita de 4 a 6 onzas de jugo diarias. Si un niño se llena de jugo, puede ser que no quiera comer otros alimentos. Además, el exceso de jugo puede causar un aumento de peso rápido. Es mejor darle agua cuando tenga sed.

¡Ayúdenme! ¡Mi hijo se niega a comer!

Mi hijo tiene 2 años y medio y se niega a comer lo que le sirvo. No quiero establecer la costumbre de cocinar algo diferente para él pero me preocupa que no esté comiendo suficiente. ¿Qué debo hacer?

For instructor

¡Ayúdenme! ¡Mi hijo se niega a comer!

Como madre/padre usted decide lo que va a ofrecerle. Es decisión de su hijo si come o no. Hace muy bien en no preparar una comida diferente para él. Cuando él no quiera comer lo que usted le ofrece, dígame: “Esto es lo que vamos a comer hoy”. Si está aumentando de peso y sigue creciendo, está comiendo suficiente.

¡Ayúdenme! ¡Mi hijo hace un batidero cuando come!

Mi hijo acaba de cumplir dos años y hace un batidero cuando come.
¿Qué puedo hacer?

For instructor

¡Ayúdenme! ¡Mi hijo hace un batidero cuando come!

Su hijo aún está aprendiendo cómo comer y el batidero es parte del proceso de aprendizaje. Trate de no darle mucha importancia al asunto. Además, a muchos niños de esa edad se les hace más fácil si tienen tenedores y cucharas de un tamaño adecuado para ellos. Para que la limpieza sea más fácil ponga debajo de la silla periódicos o cualquier material que sea fácil de limpiar o que se pueda desechar. Lo más importante es recordar que tiene que tener paciencia durante ese periodo de aprendizaje.

¿Come suficiente mi hijo?

He notado que mi hijo de 3 años no está comiendo tanto esta semana como la semana pasada. ¿Debería preocuparme por esto?

For instructor

¿Come suficiente mi hijo?

Es normal para los niños de esa edad comer más unos días o semanas que otras. Lo mejor que puede hacer es no darle mucha importancia al asunto. Siga ofreciéndole comida, pero deje que él decida cuánto quiere. Si está aumentando de peso y sigue creciendo, está comiendo suficiente.

¿Es mi niño difícil para alimentar?

Roberto y Lisa tienen un niño de 15 meses que comía toda clase de vegetales hasta que cumplió un año. Ahora no quiere comer ninguno de los vegetales que sus padres le ofrecen. ¿Qué le diría usted a Roberto y Lisa respecto a su interés en que su niño coma vegetales?

For instructor

¿Es mi niño difícil para alimentar?

Tal parece que su hijo está dando un poco de problema para comer, pero eso es normal a esa edad. Ofrézcale una variedad de vegetales con sus alimentos favoritos o con alguna salsa. Si no le gusta el vegetal que usted le ofrece, no le de mucha importancia. Él comenzará a comer vegetales una vez cuando esté listo.

¿Toma mi hija demasiada leche?

Mi hija tiene dos años y le encanta tomar leche en su vaso con estas cosas y meriendas. Un amigo me dijo que podría estar tomando demasiada leche. ¿Como sé si es cierto?

For instructor

¿Toma mi hija demasiada leche?

Un niño entre las edades de 1 a 3 años solo necesita dos porciones de leche diarias. No necesita más de 16 onzas de leche al día. Los niños pequeños se toman entre 4 y 6 onzas cada vez que toman leche. De manera que si su hija tiene sed, ofrézcale más agua.

Dejando de tomar el biberón

Mi hijo acaba de cumplir un año y toma algunos líquidos en su vaso, pero aún quiere su biberón para tomarse la leche por la noche. ¿Qué puedo hacer para que deje de tomar el biberón por la noche?

For instructor

Dejando de tomar el biberón

Hacer que un niño deje de tomar del biberón es un proceso gradual que requiere que usted sea paciente y consecuente. En lugar de leche, podría tratar de ofrecerle en el biberón agua u otro líquido que no contenga azúcar. Comience con un biberón a la vez para que la experiencia no le produzca tensión ni a usted ni al niño. También es muy importante informar a los miembros de la familia que cuidan al niño lo que usted está haciendo para que puedan apoyarle en sus esfuerzos.

For instructor

¿Estoy sirviéndole mucha comida a mi niño?

¿Estoy sirviéndole mucha comida a mi niño?

Usted está haciendo lo correcto al no obligar a su niño a comerse todo lo que haya en el plato. De acuerdo a la edad de su niño, lo mejor es darle de 1-2 cucharadas de comida por cada año. Para su niño de dos años sírvale dos cucharadas de comida. Le pedirá más si todavía tiene hambre. Recuerde que los niños tienen estómagos muy pequeños y no necesitan tanta comida como nosotros.

¿Puede el exceso de jugo causar aumento de peso?

Mi niño tiene 3 años de edad y si lo dejo se pasa el día tomando jugo. Una amiga me dijo que tomar tanto jugo diariamente le puede causar aumentar de peso. ¿Es esto cierto?

For instructor

¿Puede el exceso de jugo causar aumento de peso?

El jugo, que contiene vitamina C, es bueno para su niño, pero él solo necesita de 4 a 6 onzas de jugo diarias. Si un niño se llena de jugo, puede ser que no quiera comer otros alimentos. Además, el exceso de jugo puede causar un aumento de peso rápido. Es mejor darle agua cuando tenga sed.

¡Ayúdenme! ¡Mi hijo se niega a comer!

Mi hijo tiene 2 años y medio y se niega a comer lo que le sirvo. No quiero establecer la costumbre de cocinar algo diferente para él pero me preocupa que no esté comiendo suficiente. ¿Qué debo hacer?

For instructor

¡Ayúdenme! ¡Mi hijo se niega a comer!

Como madre/padre usted decide lo que va a ofrecerle. Es decisión de su hijo si come o no. Hace muy bien en no preparar una comida diferente para él. Cuando él no quiera comer lo que usted le ofrece, dígame: “Esto es lo que vamos a comer hoy”. Si está aumentando de peso y sigue creciendo, está comiendo suficiente.

¡Ayúdenme! ¡Mi hijo hace un batidero cuando come!

Mi hijo acaba de cumplir dos años y hace un batidero cuando come.
¿Qué puedo hacer?

For instructor

¡Ayúdenme! ¡Mi hijo hace un batidero cuando come!

Su hijo aún está aprendiendo cómo comer y el batidero es parte del proceso de aprendizaje. Trate de no darle mucha importancia al asunto. Además, a muchos niños de esa edad se les hace más fácil si tienen tenedores y cucharas de un tamaño adecuado para ellos. Para que la limpieza sea más fácil ponga debajo de la silla periódicos o cualquier material que sea fácil de limpiar o que se pueda desechar. Lo más importante es recordar que tiene que tener paciencia durante ese periodo de aprendizaje.

¿Come suficiente mi hijo?

He notado que mi hijo de 3 años no está comiendo tanto esta semana como la semana pasada. ¿Debería preocuparme por esto?

For instructor

¿Come suficiente mi hijo?

Es normal para los niños de esa edad comer más unos días o semanas que otras. Lo mejor que puede hacer es no darle mucha importancia al asunto. Siga ofreciéndole comida, pero deje que él decida cuánto quiere. Si está aumentando de peso y sigue creciendo, está comiendo suficiente.