La práctica hace la perfección

Cómo ayudar a tu bebé a pasar del biberón a la taza

# ¿Por qué debería comenzar a enseñarle a usar la taza a mi bebé?

El traspaso al uso de tazas para bebé, también llamadas tazas de entrenamiento, es una parte importante del desarrollo. Tu bebé aprenderá a beber de a sorbos en vez de succionar y tendrá menos probabilidades de tener caries.

# ¿Cuándo debería dejar que mi bebé intente usar una taza?

Tu bebé debe ser capaz de sentarse sin ayuda, lo que normalmente sucede aproximadamente a los 6 meses.

Sin embargo, todos los bebés son diferentes, por lo que deberías comenzar cuando tu bebé esté preparado. Tu bebé debería dejar el biberón antes de los 14 meses de edad.

# ¿Qué tipo de taza debería usar?

Encuentra la que se adapte mejor a tu bebé. Puede tener una tapa a prueba de derrames, un pico o asas. Evita las tazas con sorbetes o válvulas mientras tu bebé todavía está aprendiendo a beber en un vaso, ya que harán que tu bebé succione cuando debería estar aprendiendo a dar sorbos.

ESPAÑOL**CONSEJOS**

**CÓMO PROTEGER LOS DIENTES DE TU BEBÉ**

* No dejes que tu bebé camine o corra con una taza para bebé o biberón. Esto evitará que se caiga y se lastime.
* Deja que tu bebé juegue con tazas vacías para que se acostumbre a sostenerlas.

Empieza ofreciéndole un poco de agua una vez por día durante los horarios de la comida.

* No es necesario que empieces con tazas para bebés. Puedes empezar con tazas pequeñas y abiertas, también.
* El cambio puede hacerse

más fácil ofreciendo otras fuentes de consuelo, como cantar, leer y jugar, en lugar de ofrecer el biberón inmediatamente.

Evita darle a tu bebé el biberón o una taza para bebé durante la hora de la siesta o a la hora de dormir, salvo que solo

contengan agua.

* Siempre limpia los dientes de tu bebé antes de ponerlo en la cama.
* Ayuda a mantener a tu bebé

sin caries programando visitas con tu dentista pediátrico una vez que aparezca el primer diente o al año de edad.

La Academia Americana de Pediatría recomienda no darle a tu bebé jugos antes del año de edad. Para niños de 1 a 3 años, limite los jugos a 4 oz. por día.

**1-800-WIC-1007**

**Formulario # 260**

[**www.mass.gov/wic**](http://www.mass.gov/wic)

**Esta instituciic://www.mass.gov/wic" \h de edad. Para ni edade**