

Cualquier padre que ha sido testigo de la historia de amor entre el bebé y la botella sabe que la seguridad es principal atractivo de una botella. Pero la mayoría de los pediatras recomiendan que los padres comiencen destete a su hijo de la botella en alrededor de 12 meses, por una serie de razones. Los dos más importantes son:

1. Beber botella prolongada puede dañar los dientes de leche. Niños pequeños móviles tienden a llevar sus botellas alrededor, bebiendo en el camino, a diferencia de los niños, que suelen ser alimentados en los brazos de un padre; la botella se retira tan pronto como la sesión de alimentación ha terminado. Si la botella contiene algo más que agua, lo que tienes es una solución ácida que se lavaba en los dientes y la descalcificación de ellos, lo que puede conducir a la caries.



2. Bebedores de botellas tienden a ingerir más leche - normalmente hasta 32 onzas al día. Los niños pequeños necesitan solamente dos a tres porciones de lácteos al día, lo que equivale a 16 a 24 onzas de leche. Mientras que la leche es un alimento saludable, los niños que beben demasiado de él pueden no querer comer suficientes alimentos sólidos, perdiendo de nutrientes importantes como el hierro.

En el momento en que son un año de edad, los niños tienen las habilidades motoras para sentarse arriba, sostener una taza, y beber de ella, por lo que ya no necesitan una botella, al menos no para la nutrición. Niños de un año de edad son mucho menos tercos, tienen una memoria más corta, y están más interesados en complacer a sus padres que un niño sólo seis meses mayor. Pero, si te has perdido esta ventana y su niño está fuertemente apegado a su botella, no se desespere. Usted puede llevarlo fuera de ella. **He aquí algunas estrategias para probar.**

Antes del gran cambio

Cuando los bebés tienen entre 9 y 12 meses de edad, a menudo están dispuestos a hacer el cambio del biberón al vaso. A esta edad, están más interesados en lo que está pasando alrededor de ellos que en la succión de un pecho o el biberón. Sin embargo, la eliminación gradual de la botella tan temprana significa la planificación anticipada. Estos son algunos consejos:

- * A partir de los 6 meses, deje que los niños de vez en cuando beban de una taza de entrenamiento, así que cuando usted finalmente consigue deshacerse de la botella, su hijo ya se familiarizó con la taza.
- * Deje que los bebés se acostumbren a la taza mientras están en la bañera. Pueden verter agua fuera de ella, beber de ella, o incluso hacer un lío con ella.
- * No siempre ofrecer jugo en una taza y la leche en una botella. De lo contrario, su hijo puede negarse a beber leche de una taza cuando le baje la botella.
- * Si usted amamanta exclusivamente hasta que el bebé tiene entre 9 y 12 meses, puede omitir la introducción de la botella por completo. A esta edad, los bebés tienen la coordinación necesaria para beber de una taza.

La eliminación gradual

Este enfoque moderado funciona mejor con los niños pequeños. Durante un período de alrededor de un mes:

- * Disminuir las botellas que ofrece, uno a la vez, y reemplazarlos con tazas de leche o una merienda.
- * Poner el agua en las botellas de leche que usted sirve pero dar al niño la leche sin diluirla en una taza.
- * Primero eliminar gradualmente las botellas menos importantes (generalmente los del mediodía).

Durante esta transición, estas ideas creativas pueden facilitar el proceso:

- * Deje que su niño escoja una nueva taza especial, o decorar una que ya posee.
- * Intente utilizar una pajita divertido – que hace tazas más atractivo.

Si destetar a su niño de 12 a 15 meses de edad, poco a poco, lo más probable es que va a ser capaz de renunciar incluso la botella de acostarse o por la mañana sin una queja.



Para ir de golpe

Para un niño que está fuertemente unido a la botella como un objeto transicional, un enfoque gradual puede ser demasiado doloroso. Y ya puede estar abajo a apenas una o dos botellas diarias. Una retirada repentina puede ser dolorosa para todos, pero puede ser el método más eficaz. Aquí están algunas ideas para facilitar el proceso:

- * Haga que su niño esté familiar con la idea de no botellas antes de que realmente las fase a cabo. Alrededor de una semana antes del gran día, dile que ahora que él es un chico tan grande, es hora de que se dio por vencido sus botellas. Recuérdele cada día que pronto no va a tener botellas más. A continuación, retire físicamente las botellas de la casa y le hizo ver que no están alrededor.
- * Deje que su hijo participe en el proceso. Explique que usted entiende lo difícil puede ser este cambio para él. Una de las ventajas de destete de un niño mayor es que se puede hablar de lo que está pasando y por qué.
- * Ofrézcale una recompensa, como una merienda que le encanta, porque ya ha sobrevivido a través de un día o de la noche sin su botella.
- * Tener una taza de agua o jugo listo para el momento del día en que parece exigir la botella más.
- * Hable con su hijo acerca de la sustitución de la botella con un objeto suave. Por ejemplo, sugieren que abraza el oso de peluche cada vez que alcanza la botella.

La extracción de la botella de la vida de su hijo por lo general implica un poco de probar y error - ya veces lágrimas. Pero aquí está la buena noticia: **Una vez que usted decida de un plan y aferrarse a él, obtendrá resultados.**

Fuente: American Baby



Información proporcionada por:

**Childcare Enhancement
With A Purpose
(CCEP)**

**Stephanie Eger
Coordinador del Proyecto**

**Amelia Hardin
Dee McNalley
Especialistas en Desarrollo**

**United Cerebral Palsy
of Huntsville & TN Valley
256.859.4900**



United Cerebral Palsy

**Comprendiendo Discapacidades
Creando Oportunidades**

Todo sobre

Destetar



**FINANCIADO POR EL
DEPARTAMENTO DE RECURSOS
HUMANOS**