

...a los 18 meses, la mayoría de los niños puede sostener una taza sin tapa y beber de ella sin derramar el contenido.

## tacita entrenadora con popote



La mayor parte de las tacitas con popote son anti-derrame y parecen una buena idea. Su niño derramará menos sobre la carpeta, los muebles y sobre él mismo.

### ¿pueden ser un problema las tacitas con popote?

**Sí, usar con frecuencia durante**

el día una tacita con popote puede causar...

**Caries** - Pueden aparecer caries si el niño está todo el día bebiendo de sorbitos leche, jugo y otras bebidas. Algunos niños andan por la casa, en el auto, e incluso van a la cama con su tacita.

**Poco apetito** - Su niño puede tener la pancita llena de demasiada leche o jugo. Tal vez esté inquieto a la hora de la comida, pero es posible que no tenga hambre.

**Hábitos alimenticios no saludables** -

Caminar por la casa con una tacita no es un hábito de alimentación sana. Es mejor que su niño se acostumbre a beber y comer en la cocina.

Más adelante en su vida esto ayudará a que no coma y beba distraído.

### sea lista al usar tacitas con popote:

El objetivo de las tacitas entrenadoras es ayudar a su niño a pasar del biberón a una taza sin tapa.

1. No permita que su niño camine por la casa con su tacita entrenadora.
2. Use una taza con las comidas y los bocadillos. Luego guárdela.
3. Nunca lleve a su niño a la cama con una tacita entrenadora. Cantar, leer y acunarse ayudará a que su niño se relaje a la hora de dormir.
4. Los niños necesitan comer cada 2 o 3 horas. Lleve un bocadillo cuando salga a hacer el mandado, como una banana, galletas integrales o cereal del desayuno.



© Nutrition Matters, Inc.

## ¿puede su niño beber de una taza sin tapa?

de las comidas

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

cantidades de leche, servir el biberón.

¿necesita una taza sin tapa.

¿es

¿una alfombra, un plato plástico o su niño

¿puede

¿puede su niño beber de la taza entrenadora.

### ¿puede su niño beber de una tacita sin tapa? ¿necesita beber de una taza sin tapa?

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla

¿puede su niño beber de una taza sin tapa, así como llevarla