

Attachment L – Research Stimuli for Child Care Providers – Spanish

DECLARACIÓN DE CARGA DE OMB: De acuerdo con la Ley de Reducción de Papeleo de 1995 (Paperwork Reduction Act), una agencia no puede llevar a cabo o patrocinar, y una persona no está obligada a responder a una recopilación de información a menos que muestre un número de control de OMB válido. El número de control válido de OMB para esta recopilación de información es 0584-0524. El tiempo requerido para completar esta recopilación de información se estima en promedio de 15 minutos por respuesta, incluyendo el tiempo para revisar las instrucciones, buscar fuentes de datos existentes, reunir y mantener los datos necesarios, y completar y revisar la recopilación de información.

¿Cómo sabré si un bebé tiene hambre o está lleno?

Tabla 1

¿Cómo sabré si un bebé tiene hambre?

Busque las siguientes señales:



- Abre y cierra la boca



- Dobla los brazos y las piernas



- Chupa sus labios, manos, dedos de las manos, dedos de los pies, juguetes o ropa



- Mueve la cabeza hacia la cuchara o intenta llevarse la comida a la boca



- Intenta alcanzar o apunta hacia la comida



- Llora. Esto es una señal tardía de hambre

- Se toca la cara con las manos
- Realiza el reflejo de búsqueda en el pecho de la persona que lo tiene en brazos

- Se emociona cuando ve la comida
- Sonríe, mira fijamente a la persona que la tiene en brazos o hace gorgoritos mientras come

- Usa palabras o sonidos para comunicar que quiere comida
- Hace movimientos y ruidos como si estuviera chupando

Tabla 2

¿Cómo sabré si el bebé está lleno?

Busque las siguientes señales:



- Estira los brazos y las piernas



- Mueve la cabeza en dirección opuesta a la persona



- Rechaza la comida



- Cierra los labios

- Chupa lentamente o deja de chupar
- Relaja los dedos
- Come más lento
- Mueve la cabeza en señal de “no”
- Usa palabras o sonidos para comunicar que terminó de comer
- Juega o lanza la comida
- Se duerme
- Mira hacia los lados y no presta atención durante la alimentación

Por lo general, notará más de una de estas señales a la vez. Cuando vea más de una señal, puede parar de alimentar al bebé.

Disposición madurativa



Las destrezas que muestra cada bebé al comer son un buen indicio de las texturas que ya podría comer.

El desarrollo de cada bebé es único. Los alimentos que se introducen en la dieta del bebé durante el primer año, dependerá de su desarrollo. Esto está relacionado con cuán bien el bebé puede controlar sus músculos grandes y pequeños, así como digerir ciertos alimentos. Aunque la edad y el tamaño a menudo están relacionados con la **disposición madurativa**, no deben usarse como los únicos factores al decidir qué y cómo darle de comer a cada bebé. Las **destrezas que muestra cada bebé al comer** son un buen indicio de cuáles texturas ya podría comer.

El modelo de comidas para bebés del CACFP es flexible. Esto le permitirá a usted, como proveedor de los servicios de cuidado infantil, alimentar a cada bebé según su disposición madurativa, lo que garantizará que cada bebé coma lo que necesite para crecer y estar saludable. Discutiremos dicha flexibilidad más a fondo posteriormente en este capítulo.

Las destrezas de cada bebé al comer

Según cada bebé crece y se desarrolla, puede empezar a comer alimentos y texturas distintas. Las destrezas que use el bebé al comer le dejarán saber si está listo para probar un alimento nuevo.

Algunas de dichas destrezas son:



Reflejo de búsqueda –

Cuando un objeto toca la boca, los labios, las mejillas o la barbilla de un bebé, el bebé gira la cabeza hacia el objeto y abre su boca. Este reflejo le permite encontrar y agarrar el pezón.



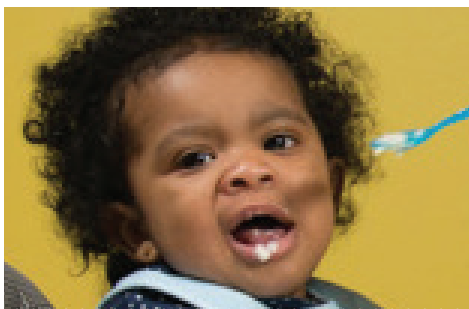
Reflejo de succión y

deglución – Cuando un bebé abre los labios y la boca al ser tocados y comienza a chupar. Según el líquido entra en su boca, su lengua lo mueve a la parte trasera de la boca para tragárselo.



Reflejo de protrusión de la lengua –

Cuando se le tocan los labios, el bebé saca la lengua. Este reflejo le permite comer del seno o de un biberón, pero no de una cuchara o un vaso. Cuando se le da comida sólida antes de tiempo, el reflejo de sacar la lengua puede confundirse con que no le gusta la comida que se le está dando.



Reflejo nauseoso – Cuando se pone una cuchara o comida sólida en la boca, la comida es expulsada rápidamente de la boca con la lengua. Este reflejo es una razón importante por la que esperar a que el bebé tenga alrededor de 6 meses



Reflejo de prensión

palmar – Cuando un bebé usa toda su mano para agarrar pedazos grandes de comida u objetos



Reflejo de agarre de

pinza – Cuando un bebé empieza a usar el pulgar y el índice para agarrar pedazos más pequeños de comida u objetos.

¿Está listo su bebé para comer alimentos sólidos?

Su bebé tiene alrededor de 6 meses ¡y está creciendo muy rápido! Darle a su bebé la comida correcta en el momento correcto es importante para su salud y su nutrición. A su bebé le llegará a gustar muchos tipos y texturas de comida (sin grumos, con grumos...) durante su primer año.

¿Cómo saber cuándo su bebé está listo para comer alimentos sólidos?

Su bebé está listo para comer alimentos sólidos si:



- Puede sentarse en una silla de niño con buen control de la cabeza.



- Abre la boca cuando ve la comida venir o trata de alcanzarla.



- Usa la lengua para mover la comida de la cuchara a la boca para tragársela, y no la expulsa



¿Por qué debe darle comida sólida a su bebé?

Empezar a darle comida sólida a su bebé alrededor de los 6 meses es importante porque:

- Su bebé está creciendo y necesita más calorías y nutrientes que pueden encontrarse en la comida sólida.
- Le da a su bebé la oportunidad de probar alimentos distintos, que al gustarle a una edad temprana, seguirá comiendo según crece.



Consejo:

Recuerde continuar dándole a su bebé leche materna o fórmula enriquecida con hierro incluso después de empezar a comer alimentos sólidos.



¿Ya empezó a darle alimentos sólidos a su bebé? ¡Avísenos!

Llene este formulario y entrégueselo al personal de la guardería.

Fecha de hoy:

Fecha de nacimiento del bebé:

Nombre del bebé (nombre y apellido):

Nombre de la madre o padre (nombre y apellido):

¿Qué alimentos ya le ha dado a su bebé? _____

¿Ha tenido su bebé una reacción alérgica a algún alimento? _____

¿El médico o proveedor de salud de su bebé le dijo que su bebé tiene alguna alergia o intolerancia alimentaria?

Sí No

• Si sí, ¿qué alimentos no debemos darle a su bebé en la guardería? _____

Si su bebé tiene una reacción a un alimento, ¿a quién debemos llamar?

Nombre: _____ Número de teléfono: _____

Si su bebé tiene una reacción a un alimento en la guardería, ¿hay algún medicamento que su proveedor de servicios de salud le haya indicado que debe darle? _____

¿Hay alimentos que su familia no come debido a razones religiosas? Sí No

• Si sí, ¿qué alimentos no come su familia? _____

¿Hay algo más que debamos saber sobre qué y cómo come su bebé? _____

Firma de la madre o padre: _____





Bebés Amamantando son Bienvenidos Aquí





**Bebés Amamantandos
son Bienvenidos Aqui**



**Bebés Amamantados
son Bienvenidos Aquí**