

[Inicio](#) > La importancia de la masticación para el futuro del bebé

Share this Artículo

X



La importancia de la masticación para el futuro del bebé

Aunque para cualquier persona la acción de masticar es algo inherente y natural, para tu bebé es algo nuevo que debe aprender y que será crucial para su crecimiento.

<https://www.babyandme.nestle.co/la-importancia-de-la-masticacion-para-el...> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



La importancia de la masticación para el futuro del bebé

(0 Comentarios)

Aunque para cualquier persona la acción de masticar es algo inherente y natural, para tu bebé es algo nuevo que debe aprender y que será crucial para su crecimiento.

Lunes, Junio 8, 2020 - 14:44

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

Este proceso, que se da entre los 7 y 12 meses de edad, determina una serie de habilidades como el habla y la coordinación. Además, al masticar las encías reciben masajes que alivian el malestar producido por el brote de los nuevos dientes. Aunque para cualquier persona la acción de masticar es algo inherente y natural, para tu bebé es algo nuevo que debe aprender y que será crucial para su crecimiento. Este proceso, que se da entre los 7 y 12 meses de edad, determina una serie de habilidades como el habla y la coordinación. Además, al masticar las encías reciben masajes que alivian el malestar producido por el brote de los nuevos dientes.

Para tener en cuenta

- Procura estar siempre cerca de tu bebé cuando esté comiendo estos alimentos para prevenir que se atore o asfixie. Sin embargo, no le demuestres angustia ni miedo.
- Puedes empezar con pequeños trozos de pan, galletas o frutas como manzana, pera o banano.
- Poco a poco puedes ir aumentando la consistencia de las carnes y verduras. Debes dejar de licuarlas y empezar a dárselas en trocitos que lo obligarán a masticar y ejercitar los músculos de su carita.
- Es muy importante evitar ciertos alimentos que pueden producir asfixia como: maíz pira, nueces, almendras, maní, uvas pasas y dulces pequeños.
- Intenta darle los alimentos en su mano para que así mejore su coordinación mano – boca, que se da cuando tu bebé empieza a llevar por sí mismo la comida a su boca.
- Ten en cuenta que esta etapa es clave para que tu hijo adquiera buenos hábitos alimenticios para el resto de su vida.

Nuestra Sugerencia: Los Cereales Infantiles NESTUM® son una excelente opción durante la alimentación complementaria ya que se los puedes preparar en papilla y también puedes hacer deliciosas recetas que le ayudarán a tu hijo a reconocer texturas, colores y sabores y también en su proceso de masticación. Recuerda que a esta edad puedes darle NESTUM® Arroz, Trigo Miel, Trigo con Frutas y 5 Cereales.

Sabías que: Dar solamente alimentos licuados al bebé a partir de esta edad puede traer problemas en el desarrollo de su masticación y más adelante en el proceso del lenguaje.

Recuerda que: Puedes preparar diversas recetas mezclando los cereales infantiles con frutas y vegetales que darán un aporte ideal de fibra, vitaminas y minerales, para ayudar al sistema digestivo de tu bebé, evitando problemas como el estreñimiento, y favoreciendo su crecimiento y desarrollo.

Rincón del experto: Aprovecha que tu bebé ya tiene un desarrollo motor que le permite tomar los alimentos en forma de pinza para así empezar a darle nuevos alimentos en trozos e incentivar su masticación.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.babyandme.nestle.co/la-importancia-de-la-masticacion-para-el-futuro-del-bebe>

Enlaces

[1] <https://www.babyandme.nestle.co/la-importancia-de-la-masticacion-para-el-futuro-del-bebe>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyandme.nestle.co/la-importancia-de-la-masticacion-para->

el-futuro-del-

bebe&media=https://www.babyandme.nestle.co/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/alimentacion_8_meses_la
importancia de la masticación para el futuro del bebé

[3]

https://twitter.com/share?text=La%20importancia%20de%20la%20masticaci%C3%B3n%20para%20el%20futuro%20del%20beb%C3%A9%20la%20importancia-de-la-masticacion-para-el-futuro-del-bebe

[4] https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyandme.nestle.co/la-importancia-de-la-masticacion-para-el-futuro-del-bebe

[5] https://www.babyandme.nestle.co/printpdf/201556

[6] https://www.babyandme.nestle.co/javascript%3A%3B