

## **MSU Extension Publication Archive**

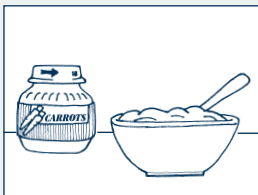
Archive copy of publication, do not use for current recommendations. Up-to-date information about many topics can be obtained from your local Extension office.

A Guide for Feeding Your Baby 6 to 12 Months – Spanish Language Version  
Michigan State University Extension Service  
January 2001  
2 pages

The PDF file was provided courtesy of the Michigan State University Library

**Scroll down to view the publication.**

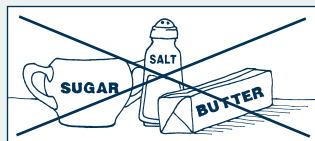
## Algunas Cosas Importante para Recordar



### Alimente al bebé usando un plato, no el frasco.

Ponga un poco de comida para el bebé en un platito. Bote cualquier sobrante de comida que quede en el plato, después de que su bebé termina de comer.

No le agregue sal, azúcar, grasa ni especias a la comida del bebé.

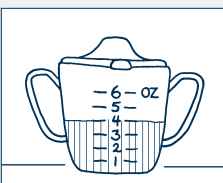
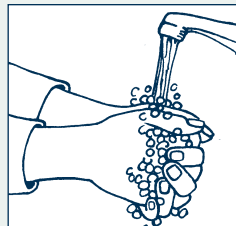


### No le dé miel de abeja a su bebé.

Puede causar botulismo infantil, una enfermedad mortal.

### Mantenga las cosas limpias.

- Lavarse las manos y las del bebé con jabón antes de alimentar al bebé.
- Lave la charola de la silla del bebé con agua caliente y jabón cada vez que la use.



### Use una taza para darle jugo y agua al bebé.

Limite el jugo y el agua. Si los bebés toman demasiado jugo o agua, no tendrán hambre para comer otros alimentos que necesitan.

## Algunas Cosas Importante para Recordar

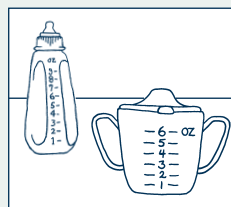
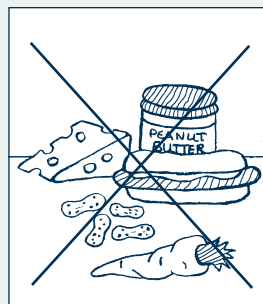


### Los bebés comen desordenadamente.

Los bebés necesitan tiempo y práctica para aprender a comer. Comerán desordenadamente mientras aprenden a usar sus dedos y una cuchara.

### Siéntese con su bebé mientras el come.

No le dé al bebé alimentos en que se puede ahogar, como nueces, cacahuates o mani, palomitas de maíz, salchichas (hot dogs), pedazos de carne o queso duro, vegetales crudos, o gran cantidades de mantequilla de mani (cacahuete).



### Use una taza.

Quitale gradualmente el biberon al bebé a los 12 meses, para desacostumbrarlo. Si espera más tiempo, el bebé no la querrá dejar.

El Departamento de Salud Comunitaria de Michigan y La Universidad Estatal de Michigan son instituciones proveedoras de servicios y programas que practican la Acción Afirmativa y la Igualdad de Oportunidades en el Empleo. El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) prohíbe la discriminación en la administración de sus programas.

La Universidad Estatal de Michigan (MSU) no discrimina en ninguna de sus normas, procedimientos o practicas por razones de raza, color, nacionalidad, sexo, religión, edad, incapacidad, afiliación política, orientación sexual y estado civil o familiar. Publicado en apoyo al trabajo de Extensión de MSU, como resultado de las actas congresionales del 8 de mayo y 30 de junio, del año 1914, en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Arlen G. Leholm, Director del Programa de Extensión de MSU, East Lansing, MI 48824.

Esta información es para propósitos educativos solamente. Referencia a productos comerciales o nombres de marca no implica el endoso por parte de MSU Extension ni parcialidad contra aquellos no mencionados. Este boletín se convierte en propiedad pública en el momento de su publicación y puede ser reimprimado palabra por palabra, separado o como parte de otra publicación, con crédito a MSU. La reimpresión no puede ser utilizada para endosar o anunciar un producto comercial o una compañía.

MSU Extension Bulletin E-2598Sp

DCH-0277S, Michigan Department of Community Health, Authority: P.A. 368 of 1978  
 Producido por MSU ANR Communications. Rep. 1:01 - 25M - KF/CP

# Una Guía para Alimentar a su Bebé

## Seis a Doce Meses

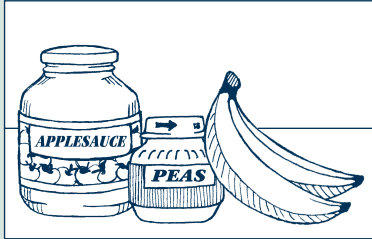


# Edades Sugeridas y Claves de Crecimiento para Agregar Alimentos Nuevos

## Alimentos para el bebé (6 a 12 meses)

Continúa alimentando al bebé con leche materna o fórmula infantil enriquecida con hierro, durante el primer año. El cereal infantil es el primer alimento sólido que los bebés deben comer.



Edad	Claves de Crecimiento para Agregar Alimentos	Alimentos para Introducir
6 a 8 meses	<p>El bebé puede:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agarrar y sostener cosas.</li> <li>• Sentarse sin apoyo.</li> <li>• Empezar a masticar.</li> </ul>	<p><b>Primero:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vegetales cocidos, colados, o puré.</li> <li>• Frutas suaves, coladas, o puré. Las frutas suaves, no tienen que ser cocidas.</li> </ul> <p><b>Después:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carne colada; puré de frijoles, pollo finamente picado; pescado cocido sin espinas.</li> </ul>
8 a 10 meses	<p>El bebé puede:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Darle una mordida a la comida.</li> <li>• Agrarrar pedacitos y comérselos.</li> <li>• Usar una taza con ayuda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se puede introducir cereal mixto para bebé.</li> <li>• Yemas de huevo cocidas, en puré.</li> <li>• Requesón (cottage cheese) y yogur.</li> </ul> <p>Comidas para comer con los dedos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuadros de pan tostado o galletas.</li> <li>• Pedacitos de vegetales cocidos y frutas suaves, peladas.</li> <li>• Pedacitos de carne molida, pollo o pescado cocidos, sin huesos/ espinas, ni partes duras.</li> </ul> <p>Continúa introduciendo al bebé frutas y vegetales nuevos, así le gustaría al bebé una variedad de alimentos.</p> 
10 a 12 meses	<p>El bebé puede:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Masticar y tragar alimentos suaves, en puré.</li> <li>• Usar una taza.</li> <li>• Empezar a usar una cuchara.</li> </ul>	<p>Pedacitos de alimentos cocidos o suaves que comen el resto de la familia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cereales, pan y galletas.</li> <li>• Vegetales y frutas.</li> <li>• Queso, requesón (cottage cheese) y yogur.</li> <li>• Carne cocida; frijoles, chícharos o lentejas cocidas, o yemas de huevo cocidas.</li> </ul>

Hable con el médico de su bebé para más información.

## Notas:

