



QUÉ ES LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

La alimentación complementaria es la introducción gradual de alimentos y líquidos a partir de los 6 meses de edad, sin dejar de lado la leche materna como su principal alimento hasta los 12 o 24 meses.



Cuando le des nuevos alimentos...

- Presta atención a sus señales de hambre y saciedad.
- No te preocupes si el bebé no come mucho al principio, es normal mientras experimenta con nuevos sabores y texturas.
- Cocina los alimentos de manera limpia y segura.
- Si tienes alguna duda o inquietud sobre la alimentación complementaria, no dudes en consultar a tu pediatra.



La alimentación complementaria es un proceso de descubrimiento. Permitir que tu bebé se ensucie es parte de su aprendizaje natural, ¡déjalo explorar y disfrutar!

