

[Inicio](#) > Alimenta su curiosidad por nuevos alimentos

Compartir Artículo

X



Alimenta su curiosidad por nuevos alimentos

Las verduras pueden ser los enemigos de nuestros peques, pero son esenciales para su bienestar y crecimiento feliz. Si embargo, sabemos que hacer que tu hijo coma bien todos los días puede ser una tarea difícil, pero tranquila mamá, no estás sola. Especialmente cuándo se trata de niños pequeños, mayores de un año.

<https://www.babyandme.nestle.ec/alimenta-su-curiosidad> [1]

[2] [3] [4]



Alimenta su curiosidad por nuevos alimentos

(0 opiniones)

Las verduras pueden ser los enemigos de nuestros peques, pero son esenciales para su bienestar y crecimiento feliz. Si embargo, sabemos que hacer que tu hijo coma bien todos los días puede ser una tarea difícil, pero tranquila mamá, no estás sola. Especialmente cuándo se trata de niños pequeños, mayores de un año.

Martes, Febrero 2, 2021 - 18:45

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

Por eso, cocinar juntos con su osito de peluche es una actividad ideal para ayudar a tu peque a familiarizarse con nuevos alimentos y aumentar la probabilidad de aceptarlos fácilmente.

Recuerda que es importante hacer de cada paso de su alimentación un momento feliz para establecer confianza y desarrollar así hábitos alimenticios saludables para su crecimiento.

¿Qué debes hacer?

Aquí hay una forma divertida que podría funcionar de maravilla.

Hazle una propuesta simple:

¿Qué tal si cocinan juntos la cena para su peluche favorito?

Lava algunos vegetales y dáselos como material para protagonizar la cena.

Podrías jugar a probarlos y tener reacciones positivas frente a ellos.

Involúcralos verbalmente con frases como

¿Crees que tu osito tiene hambre? ¿Qué crees que le gustaría comer esta noche? ¿Zanahoria? ¿No? Ok, entonces, ¿qué tal un poco de brócoli?

Y listo, sigue haciendo esta actividad cada vez que quieras que tus pequeños angelitos se familiaricen mejor con un nuevo sabor.

La felicidad de tu hijo inicia en su barriguita y crece desde ahí.

Descubre más [actividades](#) ^[6]

AVISO IMPORTANTE. Se recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida seguido de la introducción de alimentos complementarios nutritivos adecuados, junto con la lactancia materna sostenida hasta los dos años de edad o que se extienda por el mayor tiempo posible.

[Leer más](#) ^[7]

URL de origen: <https://www.babyandme.nestle.ec/alimenta-su-curiosidad>

Enlaces

[1] <https://www.babyandme.nestle.ec/alimenta-su-curiosidad>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyandme.nestle.ec/alimenta-su-curiosidad&media=https://www.babyandme.nestle.ec/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/alimentos.jpg&description=su curiosidad por nuevos alimentos](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyandme.nestle.ec/alimenta-su-curiosidad&media=https://www.babyandme.nestle.ec/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/alimentos.jpg&description=su%20curiosidad%20por%20nuevos%20alimentos)

[3] <https://twitter.com/share?text=Alimenta%20su%20curiosidad%20por%20nuevos%20alimentos&url=https%3A//www.babyandme.nestle.ec/alimenta-su-curiosidad>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyandme.nestle.ec/alimenta-su-curiosidad>

[5] <https://www.babyandme.nestle.ec/printpdf/46237>

[6] <https://www.babyandme.nestle.ec/99-maneras-de-hacerlo-feliz-0>

[7] <https://www.babyandme.nestle.ec/javascript%3A%3B>