

¿Cuándo puedo empezar A APRENDER A USAR UN VASO?

<<< Alrededor de los 6 meses de edad, puedo comenzar a aprender a usar un vaso! Ayúdame a aprender usando un **VASO ABIERTO**.



Un vaso abierto es un vaso sin tapa, pico para sorber o popote.

Tome esta lección para más consejos:

- Qué hacer si su bebé rechaza el vaso
- Cómo prevenir la caries dental
- Cuándo empezar la leche de vaca

Para Empezar:

- Visite wichealth.org
- Seleccione **Inscríbese**
- Ingrese su información
- Elija un nombre de usuario y una contraseña
- Seleccione **Empezar**
- Elija la categoría: **Alimentar a su niño de 6 a 24 meses de edad**
- Elija la lección: **El primer vaso del bebé**

Cuando estoy listo para un **VASO ABIERTO**, te mostraré estas señales:

- > **Muevo mi cabeza hacia la comida o los vasos** cuando otras personas los tienen.
- > **Puedo sentarme sin ayuda** Esto incluye la ayuda de un cojín o una silla.
- > **Tengo control sobre mi cabeza** Puedo sostenerla erguida sin ayuda.
- > **Tengo un agarre fuerte.** ¡Puedo recoger y sostener objetos!
- > **Puedo sellar mis labios en el borde del vaso.**

¿QUÉ DEBES PONER EN MI VASO?

Cuando tengo 6 a 12 meses de edad, puedes poner leche materna, fórmula o pequeñas cantidades de agua en mi vaso.

LOS VASOS ABIERTOS:

- ✓ Son mejores para mis dientes que los biberones o los vasitos para sorber.
- ✓ Me ayudan a desarrollar mi coordinación entre manos y ojos
- ✓ Son más fáciles de limpiar que los biberones.



¡PUEDES AYUDARME A APRENDER!

Al principio, ofrézame una muy pequeña cantidad de líquido en el vaso. Una onza es buena para practicar. Puedes inclinar suavemente el vaso para ayudarme a practicar tragar pequeñas cantidades.



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.