

Simplifique la transición del biberón a la taza pensando de manera creativa.



en algún lugar, hay una taza
mágica que hará desaparecer
el biberón de su hijo

RELATO DE KARLENE: "Estoy orgullosa de que mi hija pasara del biberón a la taza"

"Para mí, alimentar a mi bebé es un acto de amor. Me gusta nuestro tiempo juntos para hablar, aunque no nos comuniquemos con palabras. Me gusta tenerlo en brazos. Lo que más me gusta es tener un bebé que depende de mí para todo. El biberón era una fuente de alivio tanto para mí como para mi bebé.

Karyanah-Faith es la más pequeña. Cuando el médico sugirió que le hiciera usar una taza a los seis meses, me resistí a la idea. Después de todo, significaba que mi bebé estaba creciendo. Pero, ¿qué había de malo en que un niño siguiera tomando biberón hasta los dos años o más?

Después de varios días de resistirme, me di cuenta que era egoísta. Soy madre y las madres ayudan a sus hijos a superar etapas importantes. Festejan la independencia, no promueven la dependencia. Y siempre protegen a su hijo. Me di cuenta de que mi hija dependía de mí para todo, incluso para saber cómo proteger sus dientes de las caries que provoca el biberón en los bebés.

Por eso, comencé la transición del biberón a la taza. Primero, le di tazas vacías para jugar durante algunos días. No hace falta comprar tazas especiales, las comunes sirven. Primero incluí la taza en la comida del mediodía. (A Karyanah-Faith aún le gustaba que la sostuvieran en

brazos cuando se despertaba y a la hora de ir a dormir.) Igualmente la sostuve en mi regazo mientras le ofrecía la taza.

No fue ningún problema. Y seguí ofreciéndole la taza todos los días. Después de algunas semanas, se la di en el desayuno y luego en la cena. Un día, a los 14 ó 15 meses, había dejado el biberón. Probablemente, fue más traumático para mí que para ella.

Aprendí algunos trucos que facilitaron la transición. Cosas simples, como pajillas o popotes con formas, desvían la atención de la taza. Las canciones como "Porque ya es una niña grande" (cantada con la melodía de "For He's a Jolly Good Fellow") hacen que parezca una aventura. Y volvíamos al biberón en momentos de estrés, como cuando Karyanah-Faith estuvo enferma o cambió de guardería.

Estoy orgullosa de que mi hija pasara del biberón a la taza. Como no toma biberón, no tengo que preocuparme por los dientes cariados o si toma demasiada leche. Y lo mejor de todo es que cuando Karyanah-Faith cumpla los temibles dos años, tendremos que luchar con una cosa menos, hasta que comencemos a enseñarle a usar el baño."

Sugerencias de Karlene para facilitar la transición del biberón a la taza.

- Use el biberón sólo para alimentar. No permita que el bebé camine o juegue con el biberón.
- No le permita que lleve el biberón a la cama.
- Déle agua en una taza si el bebé tiene sed por la noche.
- Prepare jugo como algo especial durante el destete, pero no lo sirva nunca en el biberón.
- Proporcione otras formas de reconfortarlo como cantar, leer y jugar.



Karlene y Karyanah-Faith



For more information about infant oral health please visit: <http://www.ct.gov/dph/homebyone>
Cover photography by Michael Young www.yamstudio.com
Reprinted with permission of the Massachusetts WIC Program

