

# 12 a 18 meses

## HITOS DE LA ALIMENTACIÓN Y LA DEGLUCIÓN

Estos hitos abarcan el desarrollo de la alimentación y la deglución en los niños.



Cada niño se desarrolla a su propio paso y manera, incluso dentro de la misma familia, y puede alcanzar ciertos hitos antes o después que otros niños. Si su hijo no alcanza muchos de los hitos apropiados a la etapa para su edad, visite **ASHA ProFind** para encontrar un patólogo del habla y el lenguaje (también conocido en español como logopeda, fonoaudiólogo, terapeuta del habla o foniatra) certificado por ASHA para una evaluación.

### ¿Qué puede hacer mi niño?

- Se sienta erguido con los pies en el piso o sobre una superficie plana (puede sentarse en una silla alta, un asiento elevador, en el piso, etc.).
- Usa utensilios o los dedos para comer.
- Bebe de un vaso para niños sin ayuda; puede beber de un vaso abierto, pero se le derrama algo de líquido.

### ¿Cómo bebe y come mi niño?

- Utiliza la lengua para mover los alimentos de un lado a otro de la boca.
- Bebe usando una pajilla sin ayuda y sin derramar el líquido.

### ¿Qué debe comer y beber mi niño?

- Alimentos de consistencia mixta, como sopa de pollo o un sándwich.
- Leche humana, leche entera pasteurizada, agua.

### ¿Qué puedo hacer para ayudar?

Usted conoce bien a su hijo, así que no espere a obtener ayuda si tiene problemas para lactar, tomar el biberón o comer alimentos sólidos. Recibir ayuda a tiempo puede prevenir problemas de alimentación y fomentar una relación sana con la comida para usted y su hijo.

Continúa al dorso »

## ¿Qué puedo hacer para ayudar?

- **Ayude a su hijo a aprender las señales de hambre y saciedad.** Esto crea hábitos alimenticios saludables y una relación positiva a largo plazo con los alimentos.
- **Los niños aprenden a través del juego, así que expóngalos a nuevos alimentos haciendo que las comidas sean emocionantes o divertidas.** Por ejemplo, hagan un picnic para almorzar al aire libre o pinten con los dedos usando puré de manzana.

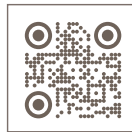


**Sirva una variedad de alimentos a su hijo. No se desanime si no le gusta algo las primeras veces que lo come.**



**OBTENGA AYUDA HOY MISMO.**

[asha.org/profind](https://asha.org/profind)



**¿DESEA CONSULTAR LOS HITOS DE LA ALIMENTACIÓN Y LA DEGLUCIÓN PARA OTRAS EDADES?**

[asha.org/feeding-milestones-spanish/](https://asha.org/feeding-milestones-spanish/)