



interSEEDnGrow
Developmental & Speech Therapy Services Provider

SEMILLAS PARA EL CRECIMIENTO: Presentación del utensilio de uso en las comidas

Los infantes crecen en los bebés y los bebés crecen a niños pequeños independientes. En cuanto que el niño crece, se dará cuenta de que él o ella va a querer hacer más y más cosas por sí mismos. Por lo general, las primeras cosas que un niño en crecimiento se desee probar por su cuenta incluir alimentarse, vestirse a sí mismo, y cepillarse los propios dientes. Los niños pequeños comienzan generalmente el uso de utensilios cuando llegan a la marca de 18 y 24 meses. Puede ayudar a su hijo a explorar su independencia, enseñándoles cómo utilizar utensilios y la forma de alimentarse por sí mismos.

Método uno de los Cinco: enseñar a su hijo a usar una cuchara

1-Darle a su hijo su propia 'cuchara niño'. Mientras su hijo está aprendiendo a usar una cuchara, no tienen a usar utensilios de adultos normales. Estos utensilios metálicos más pesados pueden dañar las encías o los dientes de su hijo. Su hijo también puede encontrarlos demasiado pesado para maniobrar. En su lugar, comprar propio juego de cucharas de plástico, hecho para un niño pequeño.

Cucharas de niño son con goma blanda para que sea más fácil de agarrar el mango.

2-Ayudar a guiar a su hijo a través del movimiento de comer con una cuchara. Si su niño todavía está aprendiendo cómo manejar la cuchara, puede ayudarla poniendo su mano sobre la suya. Mover su mano a través de todo el proceso de recogiendo la comida y luego llevar la cuchara a la boca.

Hacer este movimiento mucho más lentamente de lo que usted haría para comer con una cuchara de sí mismo. Su niño todavía se está ajustando a la sensación de comer con un utensilio.

3-dale su hijo un poco de comida para practicar. Coloque una pequeña cantidad de alimentos en un plato para que su niño puede practicar el uso de la cuchara. Poner una pequeña cantidad de comida en el plato y ayuda si accidentalmente se desliza del palto.

Ten otro plato con más comida preparada en el banquillo. Cuando se ha utilizado la cuchara para comer la pequeña cantidad de comida en su plato, añadir un poco más comida de la segunda copa.

4-permanecer al lado de su hijo, mientras que practica el uso de la cuchara. Su hijo es más probable que se adapta de usar una cuchara rápidamente. Sin embargo, aún debe permanecer a su lado mientras practica de manera que pueda ayudarla con grandes bocados o con la inclinación de la cuchara de la manera correcta si la comida está a punto de deslizarse fuera de ella.

Su niño probablemente continuará siendo un comedor sucio hasta que llega a las edades de 2,5 o 3.

Método Dos de cinco: enseñar a su hijo a usar un Tenedor

1-Elige el tenedor adecuado para su niño. Al elegir un tenedor para su niño, elige a los que tienen un mango de agarre ancho, con un revestimiento de goma para facilitar el agarre.

Busque tenedores del niño con las puntas de metal en lugar de las de plástico de modo que usted está seguro de que puede penetrar la comida, pero asegúrese de que los dientes son romos o redondeadas por lo que no será peligroso para su niño a utilizar.

2-Presente el tenedor a su hijo poco después de que se inicia con una cuchara. Muéstrole cómo empujar o apuñalar a la comida en su plato. Puede tomar algún tiempo para acostumbrarse antes de que realmente se puede decir la diferencia entre el tenedor y la cuchara; esto significa que ella puede tratar de usar un tenedor de la misma manera que usaría una cuchara. Algunos alimentos que usted puede dar a su hijo para que pueda practicar apuñalar a su comida incluyen:

Hervida o verduras cocidas como las papas o zanahorias que se han cortado en trozos.

Trozos de fruta como manzanas, melones, sandía, o los plátanos.

Trozos de pollo y pequeñas cortadas a trozos de pan.

3-ayudar a su hijo a mantener una actitud positiva. Trate de evitar que su hijo desanimarse dándole comida que es fácil de comer con un tenedor (véz el paso anterior). Evitar los alimentos que son más difíciles de comer con el fin de mantener su positiva y motivada. Cuando su hijo es capaz de comer alimentos más duros, asegúrese de darle apoyo por su excelente trabajo.

Fideos pueden ser un alimento difícil de comer con un tenedor. Asegúrese de que está justo al lado de su niño para proporcionar apoyo y aliento si ella está comiendo fideos como un espagueti.

Método Tres de cinco: Configuración de un área de práctica

1-Establecer una zona libre de distracción que es fácil de limpiar. Al practicar o enseñar a su niño a alimentarse por sí mismo, trate de preparar la zona donde se va a alimentar a su disminuir su frustración (y el trabajo añadido!) Y sacar provecho de su éxito, que es la parte más importante de toda esta experiencia. Cuando la alimentación, asegúrese de que no hay otras cosas en su mesa o cercanos que se distrajera de comer.

2-Protección contra tiraero. Ponga toalla debajo del plato de su hijo. Esto hará más fácil la limpieza. También puede proteger a su hijo de tirareo cuando le pone un babero a a. El babero debe cubrir la mayor parte del pecho de su niño para que su ropa está protegida.

Si usted no tiene un babero, vista al niño con ropa vieja que no te importa que ensucie. Al hacer esto, usted no tendrá que pasar por la molestia de tratar de conseguir una mancha si su hijo se sucia sobre ella misma.

3-Hacer un lugar para su niño en la mesa de comedor de la familia. Siente al niño en la mesa del comedor, junto con toda la familia durante la hora de la comida. Sí, puede ser bastante larga hora de la comida cuando se tiene que esperar a que terminara su comida, pero es importante que vea todos los miembros de la familia comer con cubiertos.

Tenga en cuenta que usted y su familia son modelos a seguir. Muéstrole cómo utilizar los utensilios para que ella aprende por observación.

4-Animar y alabar a su hijo mientras aprende a comer con utensilios. El estímulo y la alabanza son clave para ayudar a su niño a usar sus propios utensilios. Cuando termina su comida por su propia cuenta, sin embargo desordenado que tiene, alabar y decirle que ella hizo un buen trabajo. Esto le dará a su confianza la próxima vez que come.

Método Cuatro de cinco: Creación de una hora de la comida Positivo

1-Crear un horario para las comidas. La creación de un programa de alimentación que ayuda a enseñar a su hijo que el consumo es una parte de la vida cotidiana y que alimenta a sí misma es algo que tendrá que ser capaz de hacer cuando sea grande

Sin embargo, sólo porque las comidas son rutinarias, no significa que deberían faltar en la diversión. Escoja utensilios que son coloridos como, platos, y para que su niño pueda comer. Busque unos con diseños divertidos, como las imágenes de los dinosaurios o animales.

2-Apoye a su hijo cuando ella quiere ser independiente. Habrá días en que su hijo simplemente querrá que le alimente de ella y eso está bien. Al día siguiente, es posible que ella está de nuevo preparada para la tarea de alimentar a sí misma. Su deseo de alimentarse por sí misma es su oportunidad para dejar que tienen en él.

Esté preparado para la independencia de su hijo a ser un poco incómodo; recuerda que ella está enseñando una habilidad—un poco de salsa de pasta vida en su mantel vale la pena.

3-Recuerde que los errores están bien. Asegure a su hijo cuando se comete un error, no importa cómo es sucio puede ser el mismo error. Lo importante es que aprenda de sus errores y continúa con la práctica.

Trate de no frustrarse cuando se comete un error y la comida sale volando. Mientras que puede ser molesto para limpiar los desechos de su niño, aprender a usar los utensilios es una parte esencial de la vida temprana de su niño. Mantener una actitud positiva le ayudará a su hijo a seguir intentando.

4-Explíquele lo que está haciendo durante las comidas. Explicar por qué usted está eligiendo usar una cuchara, en lugar de un tenedor, cuando se come cereal con leche. Del mismo modo, explicar la necesidad de usar un tenedor al comer pasta.

Cómo ayudar a su hijo a entender sus opciones le ayudará a tomar sus propias decisiones en el futuro.

5-Sea paciente y razonable. Dar subsidios durante la hora de comer y ser razonables con sus expectativas. No se puede esperar a que terminara todo su alimento en cinco minutos sólo porque se lo ha dicho. Sepa que el tiempo de alimentación puede ser desalentador para ella también. Lo importante es asegurarse de que la hora de la comida debe ser un momento agradable para ambos usted y su niño.

6-Trate de incorporar variaciones de la comida favorita de su hijo en cada comida. Si su hijo le gusta el espagueti, trate de presentarla a otras pastas o el uso de una salsa diferente. Si le gusta

la banana, añadirlos a su panqueques, avena o yogur. Hacer esto le ayudará a mantener su interés en su comida para que pueda seguir practicando el uso de sus utensilios.

Método Cinco de cinco: Cómo determinar si el niño está listo para Utensilios

1- Dale alimentos de comida de dedos al niño antes de pedirle que use una cuchara. Su niño puede estar listo para usar una cuchara en el momento en que alcanza de 12 a 15 meses de edad. [2] Sin embargo, si no la ha introducido comida de dedo alimentos en ese momento, por lo que debe hacer antes de empezar a enseñarle a usar una cuchara. El consumo de alimentos de los dedos le ayudarán a su hijo a aprender a llevar la comida a la boca. Comer con los dedos incluyen:

rodajas de frutas y verduras.

galletas secas y cereales.

2-cuidado? Signos de que su hijo quiere usar una cuchara. Después de que su niño se ha acostumbrado a comer con los alimentos del dedo, usted puede notar que ella comienza mira sus utensilios durante la hora de la comida. Incluso podría indicar su deseo de sostener una cuchara. Si se presenta este fenómeno, que le permita tratar de usar la cuchara por sí misma.

Esté preparado para un desastre y recordar siempre a aplaudir sus esfuerzos.

3-Entender que la destreza de su hijo tomará tiempo para desarrollarse. Por los 18 meses, su hijo más probable es que han descubierto la manera de utilizar la cuchara correctamente, aunque todavía habrá momentos en los que va a volver a utilizar sus manos para alimentarse por sí misma. Ella volverá a comer con los dedos porque en esta etapa de su destreza todavía no es el desarrollado.

Referencia: <http://m.wikihow.com/Get-Your-Toddler-to-Eat-with-Utensils>