

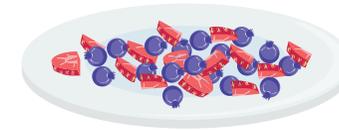
Evite las bebidas azucaradas para dejar espacio para los alimentos saludables.

NACIMIENTO

6 MESES

1 AÑO

2 AÑOS



No le dé agua hasta que tenga 6 meses de edad.

Después de los 6 meses, puede ofrecerle agua con alimentos sólidos.

Entre el año y los 2 años, si decide ofrecerle jugo, no le dé más de 4 onzas (1/2 taza) al día junto con una comida. Intente ofrecerle trozos de fruta cortados en lugar de jugo.

Desde el nacimiento hasta el año, no le dé jugos ni bebidas azucaradas.

Entre el año y los 2 años, no le dé bebidas azucaradas como refrescos, bebidas deportivas, limonada y ponche de frutas.