



Publicado en *Alimentación infantil - Nestlé Bebé* (<https://www.nestlebebe.es>)

[Inicio](#) > ¡A comer!

Compártelo

X



¡A comer!

Los padres están encantados cuando el bebé alcanza la edad de comer en la mesa con los mayores. Poco a poco se convertirá en un comensal en toda regla, lo que no es poco. Incorporar al bebé en la comida familiar es un hecho que marcará la vida de la familia, ¡con sus satisfacciones pero también con sus problemas!

<https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/comer> ^[1]

_ [2] _ [3] _ [4]



Categoría:

El ser mamá y papá

¡A comer!

(0 valoraciones)

Jueves, Octubre 4th, 2018

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compártelo](#)

Los padres están encantados cuando el bebé alcanza la edad de comer en la mesa con los mayores. Poco a poco se convertirá en un comensal en toda regla, lo que no es poco. Incorporar al bebé en la comida familiar es un hecho que marcará la vida de la familia, ¡con sus satisfacciones pero también con sus problemas!

La edad de la primera vajilla. Antaño se regalaba una "vajilla infantil" de plata como regalo de nacimiento: un precioso juego de plato y cuchara pequeños que marcaba, algo anticipadamente, desde luego, la entrada del bebé en el espacio de la mesa y la convivencia familiar con su incorporación a la comida familiar.

Hoy en día ya no es así, nuestros bebés se darán sus primeros banquetes con utensilios lúdicos y bien adaptados a sus necesidades... Por lo general los recibimos como regalo, y aunque no los tengamos desde hace demasiado tiempo, y los sustituyamos fácilmente, con el uso adquieren una cierta importancia que los convierte casi en objetos fundamentales en el "ritual" de la comida. Con frecuencia el niño no quiere comer si no es en el plato de Mickey o

Kitty, con la cuchara rosa y no con la azul, etc. Cedemos de buena gana, ¿qué no haríamos con tal de que se acabe todo el plato y que aprenda a manejar la cuchara como un niño grande! Los libros de puericultura nos dicen que **un bebé empieza a comer solo con cuchara y sin derramar nada entre los 15 y los 18 meses**. En realidad, aunque tienen la capacidad motriz para hacerlo, los niños de corta edad deciden comer solos a edades muy diferentes. Unos no quieren tocar una cuchara hasta una edad avanzada, mientras que otros forman un escándalo si se intenta darles la comida ¡cuando incluso son todavía incapaces de llevarse la cuchara a la boca sin derramar nada! En esto, todo depende de tu capacidad de afrontar serenamente los intentos de autonomía de tu hijo. Siempre está bien que aprenda a espabilarse y que desee tomar iniciativas, pero hay días en que una no tiene ni el tiempo ni las ganas de limpiar los fideos incrustados en la trona, el puré que hay por las paredes o la compota que hay en las baldosas de la cocina.

Las aventuras durante la comida familiar

Ciertamente, **incorporar al bebé en la comida familiar** ^[6] **exige paciencia**. Existen tanto pequeños glotones que se acaban el plato en menos que canta un gallo, como pequeños ensimismados o distraídos que remolonean, parlotean un cuarto de hora entre cuchara y cuchara, remueven el puré cincuenta veces, hacen diversas operaciones de selección muy interesantes, se lanzan a largas improvisaciones de percusión cuchara-trona y se ríen cuando se les anima a acelerar el ritmo. O que oponen un rechazo categórico que puede degenerar en drama si notan que hay nervios en el ambiente. Las comidas de los bebés cuando rondan los 18 meses, mes arriba mes abajo, en ocasiones pueden transformarse en una pesadilla si tenemos algo de prisa, estemos cansados o preocupados por cualquier razón. Echamos la vista atrás: ¿quién no tiene recuerdos desastrosos de las comidas en familia? Un hermano sumido en sus pensamientos, una madre enojada por oscuras razones, un padre distraído, o muchos otros casos, el resultado es el mismo, y tú no pensabas más que en una cosa: ¡levantarte de la mesa cuanto antes! Por descontado no tiene nada que ver con lo que tú estás viviendo en estos momentos con tu adorable pequeño, que no para de hacer gorgoritos feliz mientras toma su cena. ¡Y está claro que no se corresponde con el horizonte familiar que te has marcado! Es cierto, pero estamos hechos de tal manera que parece poco probable que seamos capaces de comer juntos con alegría y buen humor todos los días del año...

Si tienes como mínimo dos niños pequeños, ya sabes que en esas comidas no tienes más remedio que convertirte en "la mala de la película": "No, no comas con las manos"; "ponte derecho, por favor"; "ocúpate de tu plato y deja el de tu hermana"; "se dice por favor y no yo quiero"; "para de dar patadas a la silla"; "si no te acabas el calabacín, no te pondré más pasta"; " ¡te esperas a que todos hayamos terminado antes de ir a buscarte el postre!"

La cena es, en efecto, un momento que concentra muchos desafíos: el reencuentro con los padres cuando estos trabajan, los diversos gustos en torno a los alimentos... Los niños de corta edad tienen una habilidad inaudita para jugar con nuestra sensibilidad, rechazan un plato para reprocharnos que no hayamos estado con ellos hoy, se obstinan en no comer precisamente aquello que nos interesa que coman... Si te sirve de consuelo: la comida ideal y alegre muchas veces no es más que una imagen publicitaria.

Las cenas de diario: ¡bebés y padres con ritmos distintos!

No siempre es fácil hacer de las cenas con un bebé o dos niños pequeños un momento de paz y placer, cuando hemos regresado a casa por la tarde, tras una jornada agotadora y después de dedicarnos, a mil y una actividades domésticas para intentar preparar la cena y acostar a los niños cuanto antes.

En ese momento del día, bebés y padres están en sintonías completamente distintas. Jean Piaget, gran especialista en el desarrollo de la inteligencia infantil, nos enseña que entre los 8 y los 12 meses el bebé descubre con pasión cómo coordinar nuevos modelos de acción y aplicarlos a las situaciones nuevas: empieza a actuar con deleite sobre su entorno. En la mesa, un campo de investigación inmenso y nuevo para él, mientras tú cabeceas en la silla él vive experiencias fabulosas y estimulantes, su dinamismo acaba de rematarte, pero ¡qué orgullosa estás de sus progresos! Parece que incluso te transmite algo de su energía... De los 12 a los 18 meses, la cosa degenera. Siempre según Piaget, se pasa al descubrimiento de nuevos medios mediante la experimentación activa. El comportamiento del niño es totalmente imprevisible; "actúa y manipula las situaciones", en otras palabras: entregado a su inventiva, crea desorden... mucho desorden, y su capacidad de estropicio con una taza, una cuchara y unos alimentos, es fenomenal, e inversamente proporcional a tu cansancio... Así que sobreponete, respira, sopla, olvida las contrariedades de la oficina, renuncia a tener una cocina y un niño immaculados, baja el listón de tus exigencias dietéticas y pasa un buen rato con tu hijo. Lo más importante de todo esto, es lo que pasa entre vosotros dos, no lo que pasa con su plato.

URL de origen: <https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/comer>

Enlaces

[1] <https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/comer>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/comer&media=https://www.nestlebebe.es/sites/g/files/sxd771/f/styles/thumbnail/public&description=¡A comer!>

[3] <https://twitter.com/share?text=%C2%A1A%20comer%21&url=https%3A//www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/comer>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/comer>

[5] <https://www.nestlebebe.es/printpdf/818831>

[6] <https://www.nestlebebe.es/node/760786>