

¿Tu bebé ya puede "probar" lo que comes durante el embarazo y la lactancia?

Las preferencias de sabores de tu bebé se pueden influenciar desde la etapa más temprana. Por ejemplo, algunos de los aromas de tu dieta, como el ajo, el curry, el anís, el plátano y la vainilla pueden atravesar la placenta y llegar al líquido amniótico durante el embarazo, lo que significa que el bebé está expuesto a algunos sabores incluso antes de nacer. De manera similar, los sabores de algunos de los alimentos que consumen las mamás en la etapa de lactancia llegan hasta la leche materna, donde comienzan a influenciar las futuras preferencias. Ciertamente, debido a su exposición temprana a una variedad de sabores, los niños amamantados tienden a adaptarse más rápidamente a los nuevos alimentos que los bebés alimentados con biberón y suelen preferir, a más tarde, algunos de los sabores a los que estuvieron expuestos durante el lactancia.