



https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia_logo_pdf.png



https://enfamilia.aep



https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/th

Alimentación complementaria precoz en los bebés amamantados



La leche materna es el alimento fundamental en los primeros 6 meses de vida. A partir de los 6 meses es recomendable incluir otros alimentos en la dieta del bebé.

Algunos estudios sugieren que la introducción temprana de alimentos distintos de la leche podría ser de utilidad para prevenir la alergia alimentaria.

Para conocer si el dar alimentos precozmente contribuye a disminuir la alergia a alimentos, se ha realizado un estudio en el que se comparan dos grupos de bebés. En un grupo se introduce la alimentación complementaria a los 6 meses. En el otro, se comienza entre los 3 y 6 meses. Los alimentos que se utilizan son yogur, sésamo, huevo, pescado blanco, cacahuete y trigo. Al comparar la aparición de alergias cuando los niños tenían entre 1 y 3 años de edad no se encontraron diferencias.

Como conclusión, en los niños amamantados no es recomendable incluir alimentos potencialmente alergénicos de forma temprana.

Más información en:

- [Evidencias en Pediatría](#)

Artículo publicado el 22-7-2017, revisado por última vez el 24-6-2019

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/alimentacion-complementaria-precoz-en-bebes-amamantados>