

WHY DOES MY CHILD REFUSE TO EAT AT MEAL TIME?



THEY JUST MIGHT NOT BE HUNGRY!

**A CHILD MAY HAVE A VERY SMALL TUMMY.
AND**

**APPETITE CAN SLOW DOWN AROUND AGES 2-5
WHEN THEY ARE GROWING MORE SLOWLY.**

**AVOID ITEMS THAT FILL THEM UP
BETWEEN MEALS:**



**TOO MANY SNACKS
JUICE
SWEETS**



**CONTINUE TO OFFER: 3 HEALTHY MEALS &
2-3 HEALTHY SNACKS
EACH DAY**

¿POR QUÉ MI NIÑO REHÚSA COMER AL TIEMPO DE COMIDA?



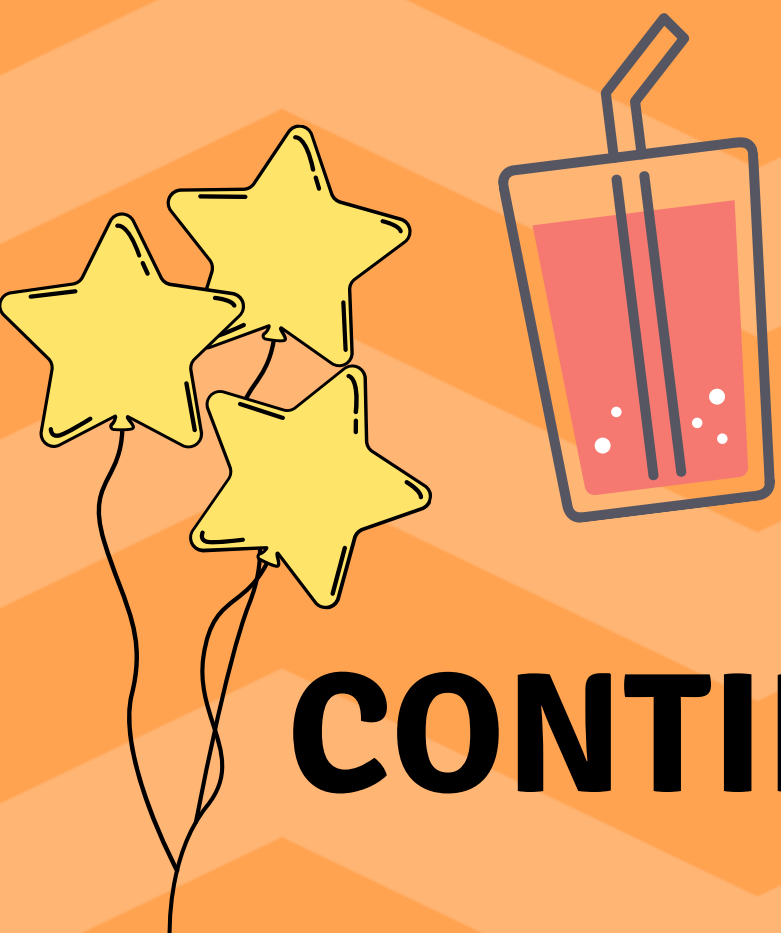
¡ES POSIBLE QUE ELLOS NO TENGAN HAMBRE!

UN NIÑO PUEDE TENER UN ESTÓMAGO MUY PEQUEÑO

Y

APETITO PUEDE DESACELERAR ALREDEDOR DE LAS EDADES DE DOS A CINCO AÑOS CUANDO ELLOS ESTÁN CRECIENDO MÁS DESPACIO.

EVADA COSAS CON QUE SE LLENAN A LOS NIÑOS ENTRE COMIDAS:



REFRIGERIOS
DEMASIADOS
JUGO
DULCES



TRES COMIDAS
SALUDABLES Y DOS A
TRES REFRIGERIOS
CADA DÍA

CONTINÚA OFRECER: