

Preguntas que debe hacerle al proveedor de atención médica de su bebé sobre la prevención de alergias a los alimentos

Las alergias a los alimentos son cada vez más comunes en los Estados Unidos. Hable con su pediatra u otro proveedor de atención médica sobre las formas en que puede ayudar a prevenir una alergia a los alimentos en su bebé antes de que aparezca.

Las pautas actuales recomiendan ofrecerle a su bebé alimentos con maní seguros para bebés cuando esté listo para comer alimentos sólidos, generalmente entre los 4 y los 6 meses de vida. Las pautas también recomiendan ofrecer una dieta variada que incluya otros alimentos que suelen causar reacciones alérgicas.

Antes de que su bebé cumpla 6 meses:

- ¿Qué puedo hacer para reducir la posibilidad de que mi bebé desarrolle alergia al maní?
- ¿Algún factor aumenta las probabilidades de que mi bebé desarrolle alergia al maní?
- ¿Cómo sabré cuándo puedo comenzar a darle de comer a mi bebé alimentos con maní seguros para bebés?



Si su bebé tiene eccema grave o alergia al huevo:

- ¿Es necesario someter a mi bebé a una prueba para detectar alergias a los alimentos antes de darle alimentos con maní?
 - Si la respuesta es sí, ¿qué tipo de pruebas se necesitan?
- ¿Debo hablar con un alergólogo antes de introducir alimentos con maní?
- ¿Sería conveniente darle a mi bebé alimentos con maní en el consultorio del médico o en la clínica la primera vez?

Antes de comenzar a ofrecerle alimentos sólidos a su bebé:

- ¿Qué alimentos con maní seguros para bebés puedo darle a mi bebé? ¿Tiene consejos o recetas que pueda utilizar?
- ¿Qué cantidad de alimentos con maní debo darle a mi bebé? ¿Y con qué frecuencia?
- ¿Hay algún alimento con maní que NO SEA SEGURO para darle de comer a mi bebé?
- ¿Cuáles son los signos y los síntomas de que mi bebé pueda estar teniendo una reacción alérgica a los alimentos? ¿Qué debo hacer si observo estos signos?

Otras preguntas que quizá quiera hacer:

- ¿Qué otros alimentos que suelen causar reacciones alérgicas debería considerar darle a mi bebé?
- ¿Cuándo debo comenzar a darle a mi bebé estos otros alimentos?
- ¿Está bien darle a mi bebé varios alimentos nuevos al mismo tiempo?

Visite [FoodAllergyPrevention.org](https://www.FoodAllergyPrevention.org) para encontrar consejos sobre cómo alimentar de manera segura a su bebé con los primeros alimentos sólidos, cómo reconocer una reacción alérgica a los alimentos e información acerca de las investigaciones sobre la prevención de alergias a los alimentos.