

CONTENIDO

8

Introducción

10

Resumen de los principios de orientación

12

Duración de la lactancia materna exclusiva y edad de introducción de los alimentos complementarios

14

Mantenimiento de la lactancia materna

16

Alimentación perceptiva

18

Preparación y almacenamiento seguros de los alimentos complementarios

20

Cantidad necesaria de alimentos complementarios

22

Consistencia de los alimentos

23

Frecuencia de comidas y densidad energética

24

Contenido nutricional de los alimentos complementarios

27

Uso de suplementos de vitaminas y minerales o productos fortificados para niños y madres

28

Alimentación durante y después de la enfermedad

30

Uso de estos principios de orientación