



TABLA COMPARATIVA: PAPILLAS V/S BLW V/S MIXTO

Criterio / Método	Papillas (Tradicional)	BLW (Baby-Led Weaning)	Mixto
¿Quién da el alimento?	Adulto con cuchara.	Bebé se alimenta solo.	Ambos según momento.
Tipo de preparación	Papillas o purés suaves.	Alimentos enteros, cortados seguros.	Combina papillas y sólidos.
Tiempo en comer	Más corto.	Más lento y exploratorio.	Variable según el día.
Desarrollo de autonomía	Progresivo, con guía del adulto.	Promueve autonomía del bebé desde el inicio.	Intermedio: adulto guía y bebé explora.
Relación con la comida	Inicialmente más dirigida.	Más libre y exploratoria.	Flexible, adaptada a ambos.
Gestión del desorden	Bajo: se controla más fácilmente.	Alto: hay más desperdicio y suciedad.	Medio: variable según el momento del día.

*Recuerda que esta tabla es orientativa.
Todos los métodos pueden ser válidos si se adaptan con cariño, seguridad y según las necesidades de tu familia.*

