¡Puedo probar nuevos alimentos!



¡Estoy aprendiendo a probar nuevos alimentos!



ECHO AUTISM COMMUNITIES

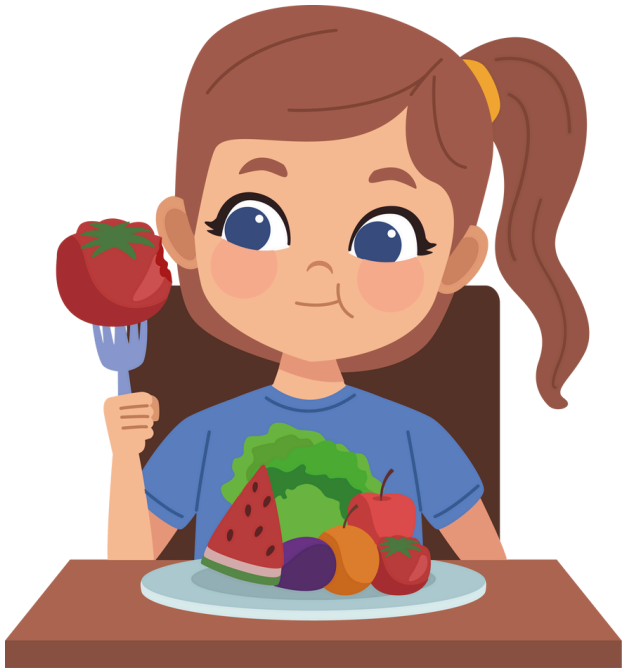
A veces veo comida que no he probado antes. Puede que se vea, huela o sienta diferente. ¡Eso está bien!



Puedo mirar la comida. Puedo olerla. Puedo tocarla con los dedos o con la lengua.



Después, ¡podré probar un poquito! No tengo que comerlo todo.



Puedo tomar un pequeño bocado y ver cómo se siente en mi boca.



Si no me gusta puedo decir “No, gracias”.



Si me gusta, puedo comer más. ¡Quizás encuentre algo nuevo que me guste!



Todos se emocionan cuando pruebo algo nuevo. ¡Me ayuda a crecer fuerte y saludable!



Probar nuevos alimentos requiere práctica. Estoy aprendiendo a probarlos.



Puedo probar alimentos nuevos cuando me sienta preparado. Eso es algo bueno.



Cada pequeño intento me ayuda a mejorar. ¡Estoy haciendo mi mejor esfuerzo!

