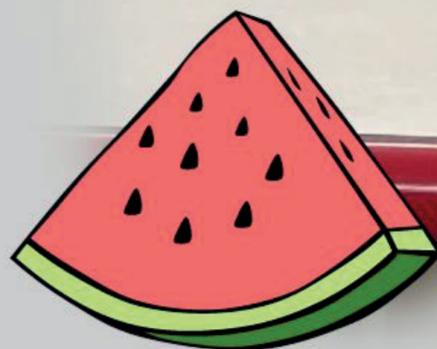


# 8 PRINCIPAIS MUDANÇAS que ocorrem na alimentação do bebê no primeiro ano de vida





Com a chegada do primeiro aninho do bebê, é normal ter mudanças na alimentação. A criança passa a reconhecer melhor os alimentos, melhora a mastigação, começa a se movimentar e gastar muito mais energia do que nos primeiros meses de vida. É importante que a família não se assuste com essas mudanças e respeite o tempo de cada criança.

**Abaixo, listamos as 8 principais mudanças que podem ocorrer nessa época. Confira:**





**1** Dê ao bebê a mesma comida dos adultos. Agora já pode ser introduzido um pouco de sal e os bebês eles já conseguem comer alimentos com as mesmas consistências da família.

**2** Os alimentos sólidos passam a ser mais importantes que o leite por conta dos nutrientes que eles oferecem, porém, o aleitamento materno ou uso de fórmula infantil continuam sendo fundamentais, sempre que possível.



**3**



Agora podem ser oferecidos leite de vaca e seus derivados, pois o intestino do bebê já está maduro, porém, o leite tem uma proteína que ainda pode não ser muito aceita, portanto, comece oferecendo os derivados, como iogurtes naturais e queijo branco.





**4**

Novos lanches podem ser incluídos! Explore receitas saudáveis com laticínios, carboidratos (farinhas) e frutas, como panquecas, muffin, pão de queijo.

**6**

É natural que o bebê passe a recusar alimentos que antes amava. Agora que ele está começando a andar, tudo é interessante e eles não querem ficar sentados no cadeirão. Tenha paciência e respeite o tempo dele.



**8**

Sucos são permitidos (máximo de 100ml por dia), porém, prefira as frutas in natura, pois elas têm mais fibras. Opte por sucos integrais, feitos em casa e sem açúcar, quando achar necessário oferecer à criança.

**5**

O crescimento dos bebês diminui de velocidade, por isso pode ter uma redução do apetite. Fiquem tranquilos, pois isso é normal nessa fase!

**7**

Alguns industrializados são permitidos! Farinhas orgânicas, biscoitos integrais, mas devem ser sem açúcar, combinado?



**NÃO ESQUEÇA:**  
uma vida bem vivida precisa ser bem nutrida!





# ALIMENTAÇÃO SEGURA: Nutricionista e Lactarista

## Conheça como é feita a alimentação no Berçário Prime.



Nossos bebês contam com uma alimentação balanceada no almoço e jantar que fica sob os cuidados de nossa Nutricionista. Contamos também com Lactarista, que prepara as mamadeiras, frutinhas e papinhas com muito carinho e higiene, sempre de acordo com as Normas da Vigilância Sanitária.

A compra, o preparo e o consumo de alimentos são acompanhados pela Nutricionista, que desenvolve atividades diferenciadas com os alunos, além de oferecer atendimento individualizado aos pais.

### Quer saber mais sobre esse assunto?

Nossa equipe está pronta para conversar com você.

Cuidar e estimular o desenvolvimento dos nossos bebês é nosso maior objetivo.

Você deseja um ensino de excelência para o seu filho desde o Berçário?  
**Venha para o Colégio Dom Bosco.**



# Quer saber mais sobre o Berçário do Colégio Dom Bosco?

**Nossa equipe está pronta e à disposição para uma conversa.**

**Agende uma visita.**

## **Sede Horto**

Rua Salvador Tolezano, 495 – Mandaqui, São Paulo - SP

## **Sede IESI**

Av. Santa Inês, 1079 – Mandaqui, São Paulo - SP

WhatsApp  
Ou por nosso WhatsApp (11 2232-3232)



**CLIQUE AQUI**



GRUPODOMBOSCO.COM.BR