

CONSELLOS PARA MELLORAR A ACEPTACIÓN DOS ALIMENTOS POR PARTE DOS NENOS

Nas primeiras etapas da vida, é habitual que os máis pequenos rexeiten algún alimento baseándose na aparencia, na textura, etc, aínda que non os probaran nunca. Isto corresponde a unha reacción normal no seu desenvolvemento, e débémola aceptar como unha etapa máis no seu proceso de aprendizaxe. Para que esta actitude non se prolongue no tempo, podemos aplicar as seguintes estratexias:

1. Consellos no momento de planificar o menú familiar e mercar alimentos
2. Consellos no momento de planificar e preparar a comida na casa
3. Consellos no momento de sentarse á mesa

Consellos no momento de planificar o menú familiar e mercar alimentos	>
Consellos no momento de planificar e preparar a comida na casa	>
Consellos no momento de sentarse á mesa	>