

## SIGNES D'ALERTA

- Vòmits freqüents.
- Tos durant la ingesta o després.
- Sortida de menjar pel nas.
- Ennuegaments freqüents.
- Febrícula (febre per sota de 38°) o malestar després dels àpats.
- Episodis freqüents d'infeccions respiratòries. Bronquitis o pneumònies recurrents.
- Canvi en el to de veu o del plor després dels àpats.
- Rebuig a certes textures i/o a embrutar-se.
- Temps excessiu en la ingesta (més d'una hora per àpat) o escàs (10 minuts).

Davant de qualsevol signe d'alerta, consultar a l'especialista.



Com mengen  
els nostres fills?

Grup de treball Logopedes  
ACAP



Associació Catalana  
d'Atenció Precoç

ALIMENTACIÓ I HÀBITS  
A LA PETITA INFÀNCIA



El nen des del naixement fins els 3 anys, evolucionarà de la succió a la masticació.

Per un bon desenvolupament de la funció alimentària i de la parla, és imprescindible una alimentació variada en textures i dureses.

L'alimentació és nutrició, relació i convivència. Un ambient relaxat on compartir bones experiències ens ajudarà a crear bons hàbits.

Les dificultats per adaptar-se als canvis d'alimentació o la persistència de xumet i/o biberó més enllà dels 2 anys s'haurien de consultar amb l'especialista (logopeda).



### PAUTES D'ALIMENTACIÓ

L'ambient ideal per alimentar l'infant hauria de ser:

- Tranquil i sense presses.
- Compartit amb la resta de la família. El model de l'adult és primordial.
- Sense distractors. Evitar TV, tablets i mòbils.

El nen hauria de:

- Ser el més autònom possible.
- Romandre assegut durant l'àpat.

### XUMETS

La funció del xumet és relaxar al nen i s'ha de fer servir en els moments en què la relaxació sigui necessària. NO abusar-ne!

### ESTRIS

Els estris per alimentar el nadó i el nen (biberó, coberts, got) han de ser proporcionals a la boca de l'infant.

El forat del biberó determinarà el cabal de la llet. NO engrandir el forat de la tetina. Existeixen al mercat estris adaptats a necessitats especials. (Consultar amb el professional).



## SIGNES D'ALERTA

- Vòmits freqüents.
- Tos durant la ingesta o després.
- Sortida de menjar pel nas.
- Ennuegaments freqüents.
- Febrícula (febre per sota de 38°) o malestar després dels àpats.
- Episodis freqüents d'infeccions respiratòries. Bronquitis o pneumònies recurrents.
- Canvi en el to de veu o del plor després dels àpats.
- Rebuig a certes textures i/o a embrutar-se.
- Temps excessiu en la ingesta (més d'una hora per àpat) o escàs (10 minuts).

Davant de qualsevol signe d'alerta, consultar a l'especialista.



## Grup de treball Logopedes ACAP



Associació Catalana  
d'Atenció Precoç



# Com mengen els nostres fills?

ALIMENTACIÓ I HÀBITS  
A LA PETITA INFÀNCIA

Pere Vergés, 1-7°. 08020 - Barcelona  
93 498 71 28 - [acap@acap.cat](mailto:acap@acap.cat)

El nen des del naixement fins els 3 anys, evolucionarà de la succió a la masticació.

Per un bon desenvolupament de la funció alimentària i de la parla, és imprescindible una alimentació variada en textures i dureses.

L'alimentació és nutrició, relació i convivència. Un ambient relaxat on compartir bones experiències ens ajudarà a crear bons hàbits.

Les dificultats per adaptar-se als canvis d'alimentació o la persistència de xumet i/o biberó més enllà dels 2 anys s'haurien de consultar amb l'especialista (logopeda).

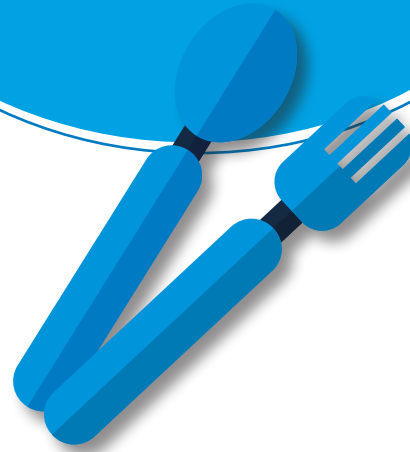


### ESTRIS

Els estris per alimentar el nadó i el nen (biberó, coberts, got) han de ser proporcionals a la boca de l'infant.

El forat del biberó determinarà el cabal de la llet. NO engrandir el forat de la tetina.

Existeixen al mercat estris adaptats a necessitats especials. (Consultar amb el professional).



### PAUTES D'ALIMENTACIÓ

L'ambient ideal per alimentar l'infant hauria de ser:

- Tranquil i sense presses.
- Compartit amb la resta de la família. El model de l'adult és primordial.
- Sense distractors. Evitar TV, tablets i mòbils.

El nen hauria de:

- Ser el més autònom possible.
- Romandre assegut durant l'àpat.

### XUMETS

La funció del xumet és relaxar al nen i s'ha de fer servir en els moments en què la relaxació sigui necessària. NO abusar-ne!

