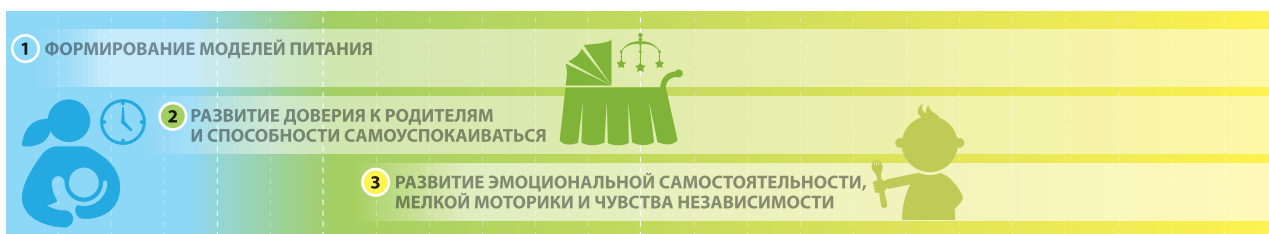


Правильное введение прикорма для обеспечения здоровья и роста в краткосрочной и долгосрочной перспективе

Оптимально подобранные время введения прикорма и его состав способствуют формированию здоровых моделей питания у младенцев, что положительно сказывается на их здоровье в последующей жизни.

В процессе введения прикорма и постепенного замещения им грудного вскармливания потребность младенца в питательных веществах всегда должна покрываться на 100%



Прикорм следует вводить в соответствии с уровнем развития и характером питания ребенка, однако не ранее 4-х и не позднее 6-ти месяцев.	Прикорм должен покрывать пищевые потребности младенца, если грудного молока для этого недостаточно.	Ребенок должен получать от родителей или опекающих его лиц продукты различного состава и консистенции, отвечающие уровню развития младенца и способствующие формированию его вкусовых предпочтений.	В первый год жизни следует избегать фруктовых соков и подслащенных напитков. В прикорм также не следует добавлять ни сахар, ни соль.	Все дети должны получать богатую железом пищу, такую как мясо и/или обогащенные железом продукты.	Надлежащий прикорм положительно влияет на: + оптимальный рост + телосложение + развитие мозга + формирование здоровых вкусовых привычек + состав и функционирование микрофлоры кишечника
---	--	--	---	--	--

Обогащение добавками таких продуктов как молоко, кукурузная мука, овсянка и растительные масла позволяет увеличить потребление питательных веществ в раннем детском возрасте

Задачи и возможности их решения в период введения прикорма

Annals of
Nutrition & Metabolism

Annals of Nutrition & Metabolism
Vol. 73, Suppl. 1, 2018

NMI Nestlé
Nutrition
Institute

Annales Nestlé
Vol. 76, No. 2, 2018

