

Il n'est plus un bébé

La capacité de préhension de votre enfant fait en sorte qu'il peut maintenant prendre sa nourriture avec deux ou trois doigts plutôt qu'avec toute sa main. Il apprend à utiliser les ustensiles et commence à manger avec une cuillère et une fourchette. Il apprend toujours à boire dans une tasse et utilise parfois une paille. Toutes ces avancées l'encouragent à avoir confiance en ses capacités. Bien que les progrès progressent tous différemment, si vous croyez que votre petit est en retard sur les autres enfants de son âge, consultez votre médecin. LE SAVIEZ-VOUS? Une meilleure coordination et un sentiment d'indépendance aideront votre tout-petit à rester actif. Signes de réaction et recommandations en matière d'alimentation pour les bébés de plus de un an

Signes de réaction
Recommandations en matière d'alimentation

Il prend facilement la nourriture avec ses doigts
Offrir des aliments à manger avec les doigts à votre tout-petit lui permettra de continuer à développer ses habiletés motrices
Il tourne la cuillère dans sa bouche
Encourager votre tout-petit à continuer de s'exercer et faire du repas un moment agréable et amusant
Il commence à manger seul avec une cuillère
Continuer d'encourager votre tout-petit à manger avec une cuillère et lui offrir de l'aide s'il exprime des frustrations
Il commence à mastiquer avec un mouvement rotatif de la mâchoire
Lui offrir des aliments mous coupés en petits morceaux l'encouragera à se nourrir avec les doigts et l'aidera à développer ses habiletés de mastication
Il prend et dépose sa tasse. Pour les liquides autres que le lait maternel, utiliser des gobelets adaptés à son âge. À quoi attendre entre 12 et 18 mois
Il manipule ses ustensiles de différentes façons: la cuillère pour tremper dans les aliments et la fourchette pour les ramasser comme avec une cuillère. Ses premières molaires sont sorties et il mastique de plus en plus. Comme il peut maintenant faire pivoter ses poignets, il incline son gobelet à bec vers l'arrière avec ses deux mains. Il aime s'asseoir à la table. La socialisation avec la famille est aussi importante que la nourriture elle-même. À quoi attendre entre 19 et 24 mois
Ses habitudes alimentaires sont moins précises. Il peut avoir beaucoup d'appétit une journée et ne pas vouloir manger le jour suivant. Comme il peut se montrer hésitant devant de nouveaux aliments, plusieurs tentatives peuvent être nécessaires avant qu'il s'ouvre. N'insistez jamais pour qu'il termine ce qu'il y a dans son bol. Laissez-le plutôt suivre ses propres signaux de faim ou de satiété. Il est possible qu'il exagère ses mouvements de mastication en ouvrant sa bouche plus grande que nécessaire, ce qui en fera peut-être sortir les aliments et la salive. C'est parfaitement normal. Il aime avoir ses petites habitudes aux repas : pour votre tout-petit, toujours voir la même bavette, le même bol et les mêmes ustensiles est une source de confort. Comme il est plus grand et plus lourd, il a probablement plus besoin de manger dans une chaise haute. Il peut avoir sa propre place à table, peut-être avec un siège adapté.