

### □□□□□□□□ **CARACTERÍSTICAS EN FUNCIÓN DE LA EDAD Y CREACIÓN DE HÁBITOS**

NO SE HABLARA DE ASPECTOS NUTRICIONALES en esta charla

- Características de la alimentación en cada edad.
  
- Estrategias para establecer una rutina adecuada de cara al momento de la comida y crear un buen hábito. Fomentar la autonomía a la hora de comer (¡ya como yo solito!)



- Dificultades más frecuentes en relación al momento de comer: niños inapetentes, exceso de duración en la comida, vómito por rabieta, comer con distracciones, selectividad de alimentos (niños selectivos). Cómo detectar cuándo acudir a un profesional médico y a un profesional de la psicología....

- Cómo afrontar los cambios en la alimentación: introducción de nuevos alimentos, pasar del triturado al sólido...

- Métodos y teorías más actuales en relación a la alimentación: la del **Dr. Eduardo Estivill** y por otro lado la del **Dr. Carlos González (Mi niño no me come)**.  
**Orientaciones para afrontar la alimentación infantil de la forma más eficaz.**

RESOLUCION DE DUDAS Y PREGUNTAS