

FALTA DE APETITE

Uma das coisas que mais preocupam os pais é a inapetência de seus filhos. Depois de preparar a comida com todo o cuidado e amor, é difícil entender por que eles se recusam a comer. Mas, antes de se sentir angustiada e culpada, confira abaixo, os sintomas mais do que naturais de falta de apetite e também sugestões para ajudar seu pequeno.



- Resfriados, gripes, outras infecções e até mesmo o despontar ou a troca de dentes se refletem diretamente no prato. Fique tranquila. Tudo volta ao normal logo depois.
- Em dias muito quentes – ou pra lá de agitados, com várias atividades que roubam a atenção dos pequenos – o apetite, geralmente, diminui.
- Crianças não costumam reagir bem a novos alimentos. A tendência natural é recusá-los. Não desista. Às vezes é preciso apresentar as novidades dezenas de vezes.
- O motivo também pode ser emocional. Algumas crianças se recusam a comer como forma de protesto. Se for o caso, procure, em primeiro lugar, encontrar o motivo dessa birra.
- Como estão os intervalos entre as refeições?! Pode parecer besteira, mas ficar beliscando entre as refeições (por mais que pareça ser pouca quantidade), pode ser suficiente para acabar com o apetite da criança nas refeições principais.
- Por fim, tente observar se é algo temporário ou se veio para ficar. Se a resposta for a segunda, não deixe de procurar ajuda de um profissional da saúde!

A saúde do seu filho também é nossa preocupação!