



## סימנים שהתינוק שלך מוכן למזון מוצק

אם התינוק שלכם מקרב ידיים וחפצים אל הפה ומביע עניין באוכל, יכול להיות שהוא מוכן לנסות מזון מוצק. שרון לפיד, דיאטנית קלינית ויועצת תזונתית של גרבר, עם הסימנים המזהים.

• [הדפסה](#)

• [שיתוף](#)

מומלץ להתחיל לחשוף את התינוק למוצקים בגיל חצי שנה. זהו שלב חדש ומרתק בתזונת התינוק וחושב שיעשה באווירה רגועה ונעימה. אבל איך תדעו מתי באמת התינוק שלכן מוכן לשלב הטעימות?

- היעלמות רפלקס הוצאת הלשון - רפלקס מולד הנועד להגן מפני חנק שבו הלשון דוחקת כל חפץ הממוקם בין השפתיים.
- התינוק יכול לשבת עם תמיכה
- יש יציבות של ראש וצוואר התינוק
- התינוק מפגין סקרנות ונכונות לאכילה כשאנחנו מקרבים את המזון לפיו.
- התינוק יכול להעביר מזון בפה מצד צד
- התינוק מקרב את הידיים וחפצים שונים אל הפה

שימו לב!

רוב התינוקות יצליחו להתמודד עם מזון במרקם חלק ואחיד ועם הזמן ישכללו את מיומנות האכילה שלהם, ויתקדמו במנעד המרקמים.

אך חשוב לזכור שיש תינוקות שידלגו על המרקם החלק ויעדיפו מרקם גס או מזון אצבעות רך התאימו את המרקם להתמודדות ולהעדפות של תינוקכם!

[קראו עוד](#)