



# Une croissance harmonieuse

**BÉBÉ ENTRE 6 ET 12 MOIS**

**ARTICLE**

**AOÛT 22, 2016**

**1 MIN**

Pour une croissance harmonieuse, la manière de nourrir un enfant peut-elle être aussi

importante que le type d'aliments qui lui sont servis ?

Les nourrissons et jeunes enfants ont une bonne capacité naturelle à réguler leur absorption en énergie mais cette capacité peut être influencée par les pratiques alimentaires des parents. Insister, forcer, soudoyer ou récompenser à l'aide d'aliments peut mener à une perte de repères qui peut se traduire par une prise alimentaire supérieure aux besoins (dérive possible vers le surpoids), ou à une alimentation déséquilibrée lorsque les enfants sont plus âgés.

Il est donc important que les parents nourrissent leur enfant de manière responsable en faisant notamment attention aux signes de faim et de rassasiement qu'ils expriment et en leur apprenant à manger avec plaisir.