

Guia da Introdução Alimentar

Primeiros passos dos 6 aos 12 meses

6 a 7 meses

1	Comece com alimentos simples.
2	Observe alergias.
3	Priorize ferro, frutas e vegetais.

8 a 9 meses

1	Evolua texturas.
2	Combine grupos alimentares.
3	Ofereça água em pequenas quantidades.

10 a 12 meses

1	Aproxime a refeição da família.
2	Aumente variedade.
3	Mantenha supervisão constante.

Material educativo. Ajuste sempre a textura e os ingredientes à orientação do profissional de saúde do bebê.