

Condividi questa/o

X



## Lo sviluppo psicomotorio nei primi 12 mesi di vita di un bambino

Il primo anno di vita è importante per il bambino come per i genitori: **la corretta nutrizione è fondamentale per accompagnarlo nelle prime fasi della vita** che lo portano dal latte materno ai primi pezzetti di cibo.

<https://www.nestlebaby.it/sviluppo-bambino-primi-12-mesi> <sup>[1]</sup>

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



## Lo sviluppo psicomotorio nei primi 12 mesi di vita di un bambino

Il primo anno di vita è importante per il bambino come per i genitori: **la corretta nutrizione è fondamentale per accompagnarlo nelle prime fasi della vita** che lo portano dal latte materno ai primi pezzetti di cibo.

Venerdì 26 Febbraio 2016

- <sup>[5]</sup>
- [Stampa](#) <sup>[1]</sup>
- [Condividi](#)

### Latte materno: il primo alimento

Il latte materno è il primo alimento che il bambino assume. **Contiene tutti i nutrienti necessari per la crescita:** carboidrati, proteine, grassi, vitamine e minerali. **La composizione del latte materno può essere influenzata anche dagli alimenti che la madre sceglie di mangiare.** Ecco perché è così importante che la mamma abbia un'alimentazione equilibrata, beva più acqua e abbia uno stile di vita sano anche dopo la nascita del bambino

### I nutrienti del latte materno

Il latte materno è il miglior inizio per il bambino: **la sua composizione di nutrienti e il suo contenuto energetico si adattano continuamente al mutare dei bisogni del bimbo.**

In più, fornisce nutrienti, fattori di crescita e componenti immunologici che sono cruciali per il corretto sviluppo e la salute del bambino. Il latte di ogni mamma è diverso e almeno in parte, **l'alimentazione materna influisce sui nutrienti presenti nel suo latte.**

## **Alimenti determinanti per il gusto dei bambini**

**Gli alimenti che i bambini provano nei primi 4-6 mesi di vita possono determinare le preferenze di gusto che avranno successivamente.** In questa fase i bambini imparano a riconoscere il cibo alla vista, a muovere i cibi solidi all'interno della bocca e a deglutire correttamente.

## **Come nutrire il bambino**

Il modo in cui si dà da mangiare ai bambini può essere importante quanto gli alimenti che si propongono loro. **È un'esperienza importante che può anche influenzare la loro scelta di cosa e quanto mangiare più avanti nella vita.** I bambini sono in grado di regolare in maniera naturale il loro apporto energetico.

## **Perché i bambini mordono tutto**

La bocca è una parte squisitamente sensibile di collegamento fra l'organismo, il cervello del bambino e il mondo esterno.

## **Alimentazione integrativa dopo i 6 mesi**

Dopo i 6 mesi, il mutare dei fabbisogni del bambino richiede l'introduzione di un'adeguata alimentazione integrativa. Il latte materno, da solo, non basta più a soddisfare le necessità nutrizionali del bambino: gli altri alimenti che vengono gradualmente inseriti, lo aiutano a rendere più completa la sua dieta. Ad esempio, è importante introdurre alimenti che apportino ferro, per ridurre il rischio di sviluppare carenze nutrizionali.

## **Lo sviluppo del cervello**

La mielinizzazione è il rivestimento delle fibre nervose con uno strato prevalentemente formato da grassi, detto mielina. **Serve ad accelerare la trasmissione delle informazioni da parte dei neuroni** e consente processi cerebrali più complessi.

Dopo la nascita continua la mielinizzazione e la formazione delle sinapsi, cioè dei collegamenti fra i diversi neuroni: in base alle esperienze di vita e dal loro uso dipende la formazione della rete neurale che ci consente di imparare e ricordare.

Alla nascita il cervello di un neonato pesa circa 400 grammi, vale a dire il 25% del cervello di un adulto, ma **dopo un anno ha più che raddoppiato il peso raggiungendo quasi i 1000 grammi.**

[Leggi tutto](#) <sup>[6]</sup>

---

**Source URL:** <https://www.nestlebaby.it/sviluppo-bambino-primi-12-mesi>

### **Collegamenti**

[1] <https://www.nestlebaby.it/sviluppo-bambino-primi-12-mesi>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.it/sviluppo-bambino-primi-12-mesi&media=https://www.nestlebaby.it/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/42-24960320.jpg&description=Lo sviluppo psicomotorio nei primi 12 mesi di vita di un bambino](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.it/sviluppo-bambino-primi-12-mesi&media=https://www.nestlebaby.it/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/42-24960320.jpg&description=Lo%20sviluppo%20psicomotorio%20nei%20primi%2012%20mesi%20di%20vita%20di%20un%20bambino)

[3] <https://twitter.com/share?text=Lo%20sviluppo%20psicomotorio%20nei%20primi%2012%20mesi%20di%20vita%20di%20un%20bambino-primi-12-mesi>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.it/sviluppo-bambino-primi-12-mesi>

[5] <https://www.nestlebaby.it/printpdf/7126>

[6] <https://www.nestlebaby.it/javascript%3A%3B>