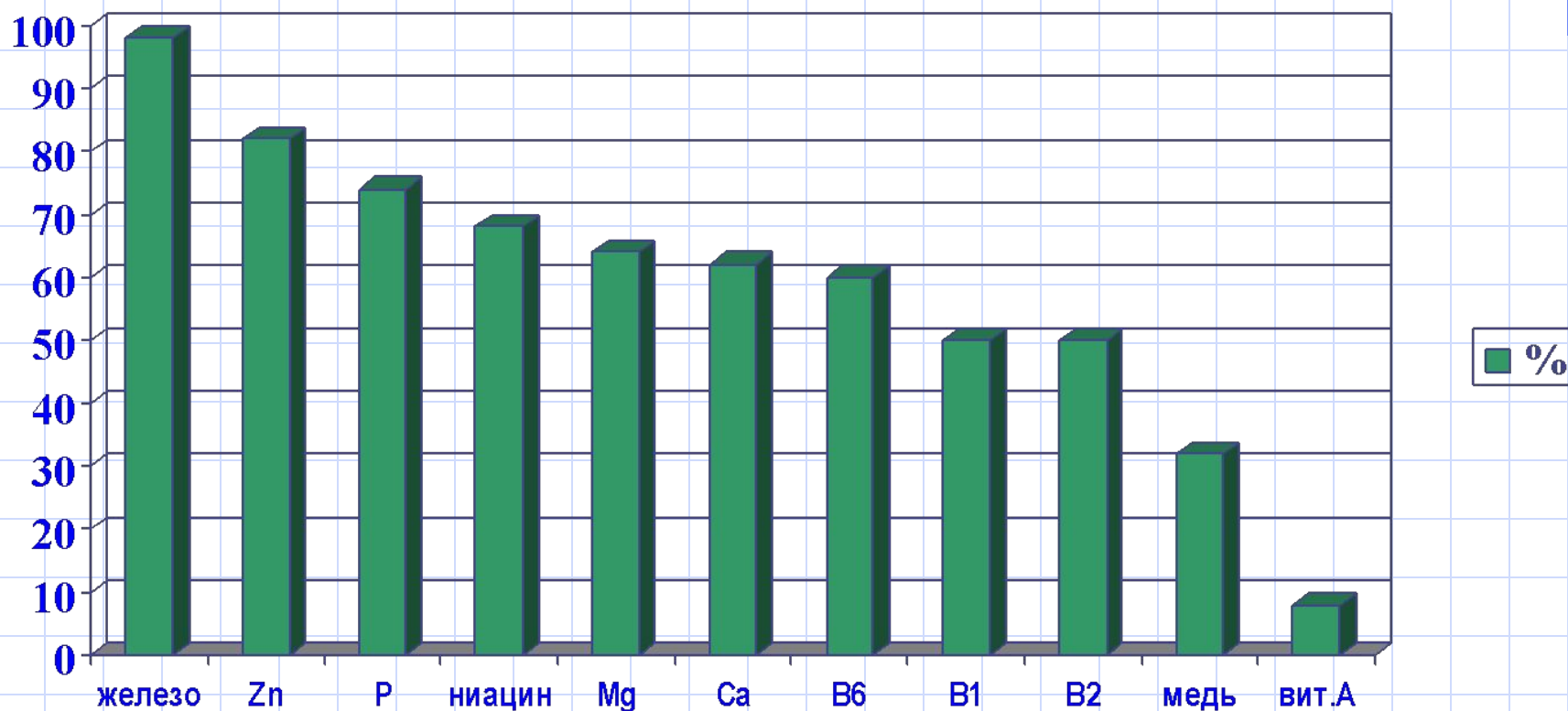


Современные аспекты введения прикорма в питание грудных детей

Почему необходимо вводить прикорм

- Грудное молоко не может обеспечить растущие потребности ребенка в энергии, белке и основных микронутриентах (цинк, железо, витамины)
- Целесообразно расширить спектр пищевых веществ (растительные белки, жирные кислоты и т.д.)
- Для тренировки и развития пищеварительной системы, жевательного аппарата и моторики ЖКТ
- Пищевое разнообразие стимулирует развитие нервной системы ребенка

% суточного потребления микронутриентов, которые ребенок должен получить с прикормом в возрасте 6 мес



Последствия слишком раннего или позднего введения прикорма

- Раннее введение прикорма (<4 мес)
 - Выше частота аллергических состояний
 - Выше частота кишечных расстройств
 - Дисбактериоз
 - Снижение выработки грудного молока
- Позднее введение прикорма (> 6 мес)
 - Развитие дефицитных состояний (Fe, Zn, Ca)
 - Задержка формирования навыков жевания

прикорма

Условия для введения прикорма

- Возраст более 4 месяцев.
- Готовность ребенка к жевательным движениям при попадании в рот соски и других предметов
- Состоявшееся или текущее прорезывание части зубов
- Зрелость функций желудочно-кишечного тракта, достаточная для того, чтобы усвоить небольшое количество густого прикорма без расстройства пищеварения и аллергической реакции на этот продукт.

Правила введения прикорма

- Прикорм дается перед кормлением грудью, начиная с малых количеств - 5-20 г, после чего доводят до 150 -180 г.
- Переходить к другому виду прикорма только после того, как ребенок привыкнет к первому виду.
- Блюда прикорма по консистенции должны быть гомогенны и не вызывать у ребенка затруднений при глотании.

Предлагаемая Нац. программой схема введения прикорма

Виды прикорма	Возраст (мес)						
	4.5-5.5	6	6.5	7	7.5	8	9-12
Каша, обогащенная Fe, Ca, Zn	+						
Ов. Пюре	+						
Мясные пюре		+					
Фр. пюре и соки		+					
Творог			+				
Желток				+			
Кефир, йогурт не более 200 мл						+	
Молоко	-	-	-	-	-	-	-

Возможная вариабельность схемы

- Учет индивидуальных особенностей развития и состояния здоровья ребенка
- При содержании Нв менее 115г/л мясо вводится после каши с 5 мес
- Детям с паратрофией первым вводится овощное пюре
- Детям с запорами первым вводятся овощные или фруктовые пюре

**Почему каша - оптимальный
первый прикорм для грудного
ребенка ?**

Почему первой вводится каша?

Легкость перехода и формирование вкусовых привычек

- Легкость перехода (ГМ+каша)
- Разнообразиие текстуры и вкуса
- Комбинация с овощами, фруктами, мясом помогает легко принять новые вкусовые ощущения
- Энергетическая плотность позволяет снижать прогрессивно число кормлений/день, облегчает формирование режима питания, предупреждает привычку «перекуса»



**Прикорм домашнего
или промышленного
приготовления ?**

Обеспечение витаминами при вскармливании домашней и инстантной кашей

Витамины	Крупа рисовая (100 г)	Рисовая (Нестле) 100 г	Потреб- ность	% в 1 порции каши Нестле
А мкг	-	537 мкг	400	33.5
Е мг	0.45	6.7	4	42
С мг	-	80	40	20
В1	0.08	0.6	0,5	30
В2	0.04	0.4	0,6	17
В6	0.18	0.25	0,6	10
Фол.мкг	19	90	68	38

к
и
п
я
ч
е
н
и
е

Потери витаминов и минералов при тепловой обработке

Микронутриент	% потери
Витамин С	60-70% (макс-80-90%)
Витамины В	20-30%
Витамин А	До 50%
Са	15%
Железо	20%



Отличия каш НЕСТЛЕ от домашних каш

• НЕСТЛЕ

- Стабильный состав
- Качественный белок
- Адекватный уровень микронутриентов
- Контроль за уровнем пестицидов и токсических веществ
- Микробиологический контроль

• Домашние

- Состав меняется
- Белок не сбалансирован
- Микронутриентов практически нет
- Могут содержать антинутритивные факторы (фитин)

Преимущества новых технологий (ферментативный гидролиз) каш Нестле облегчает переход к плотной пище

- Каши лучше усваиваются и имеют повышенную питательную ценность
- Снижается вязкость, что облегчает глотание
- Увеличивается естественная сладость
- Снижается добавление сахара
- Облегчается процесс переваривания
- Улучшается усвоение энергии, поступающей из углеводов
- Каши хорошо растворяются
- Не загустевают при охлаждении

Каши НЕСТЛЕ



Безопас
ность

Чистое сырье

Микробиологический контроль

Отсутствие пестицидов, тяж.
металлов



Профила
ктика
анемии

Гарантированное содержание Fe,
Zn, Ca, I и основных витаминов



Стимулиро
вание
развития

Формирование правильных
вкусовых привычек

Стимуляция сенсорного
развития

АССОРТИМЕНТ КАШ НЕСТЛЕ



Гречневая мол.



Гречневая безмол.



Рисовая безмол.



Овсяная безмол.



Кукурузная мол.



Кукурузная безмол.



Гречневая с курагой мол.



Гречневая с черносливом б/м



Овсяная с яблоком и абрикосом б/м



Овсяная с грушей и бананом мол.



Пшеничная с тыквой мол.



Пшеничная с бананом мол.



3 злака б/м



5 злаков мол.

Каша производятся в России (Вологда) и Испании – с Бифидобактериями BL.

Новые детские каши Нестле – сочетание оптимального состава и уникальных новых свойств

АЛЛЕРГИЯ МОТОРИКА

ЗАПОР БЕСПОКОЙСТВО



- Поддержание жизнедеятельности собственной микрофлоры кишечника
- Улучшение состава кишечной микрофлоры
- Здоровое пищеварение

Второй прикорм в питании грудных детей – овощное пюре

- Назначение через 2-3 недели после введения первого прикорма
- Вводится с небольших количеств (1/2-1 ч.л.)
- Один виде пюре из одного вида овощей
- Контроль за состоянием кожных покровов и стула

Характеристика овощных пюре в питании грудных детей

- Монокомпонентные
- Низкоаллергенные
- Без сахара, соли
- С низким содержанием крахмала



Цветная капуста
Гербер

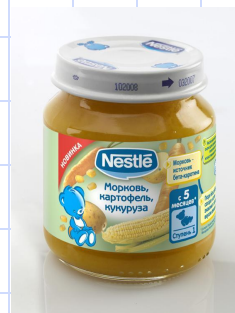


Брокколи
Гербер

Низкоаллергенные овощи: цветная капуста, кабачок, брокколи, светлая тыква

Отказ ребенка от овощных пюре. Корни и последствия проблемы:

- Использование подслащенной воды после рождения усиливает принятие сладкой пищи в период введения прикорма
- Характер питания ребенка в возрасте 1-2 лет формирует вкусовые предпочтения в возрасте 8 лет (Skinner. 2002)
- Новую пищу легче принимают в возрасте 1 года, чем в более старшем возрасте
- Питание на 1-2-м году жизни закладывает основы и привычки здорового или неблагоприятного питания на долгие годы



Другие возможности введения овощей в рацион ребенка

Включить в рацион ребенка овощи в составе каши в форме овощной каши.

Примером овощной каши могут быть:

Безмолочно-рисовая с брокколи

Пшеничная молочная с тыквой

Овсяная безмолочная с кабачком и брокколи



Исследования вкусового предпочтения у детей в возрасте 6-10 мес

- У детей в возрасте 6-10 мес можно преодолеть отрицание овощей
- Если мать предлагает нелюбимое блюдо 7-8 раз 70% детей начинают есть его с удовольствием
- Наблюдение на протяжении 3-х последующих месяцев показало, что 87% детей любят и с удовольствием едят нелюбимое ранее овощное блюдо

Фруктовые пюре в питании грудных детей

- Вводятся после овощей
- Вначале монокомпонентные
- Малоаллергенные
- Со сниженным содержанием сахара или без сахара
- Со сниженным содержанием крахмала



Груша
Вильямс



Яблоко
Чернослив



Чем полезны фруктовые пюре

- Пектины («природный чистильщик»)
 - Выведение токсических веществ из организма (тяжелые металлы, пестициды, радионуклиды)
 - Улучшение пищеварения
- Органические кислоты (яблочная, лимонная, щавелевая и др) и витамин С
 - Способствуют лучшему усвоению железа
 - Стимулируют выработку ферментов
- Обеспечивают разнообразие вкусов



Яблоко



Чернослив



Черника

Особенности введения прикорма детям с риском развития пищевой аллергии

- Важно обращать внимание, чтобы монокомпонентный продукт действительно состоял из одного ингредиента. Введение монокомпонентных продуктов без «балластных» компонентов позволяет более точно определить причинно-значимый аллерген, обеспечивая полноценное питание больному ребенку

Преимущество монокомпонентных фруктовые и овощные пюре Gerber

- Gerber – это **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** МОНОКОМПОНЕНТНЫЕ ОВОЩНЫЕ И ФРУКТОВЫЕ ПЮРЕ БЕЗ ДОБАВЛЕНИЯ

- сахара
- соли
- крахмала
- растительных масел
- соков других фруктов, используемых в качестве подсластителей
- фруктозы
- муки
- риса или картофеля



Готовить дома или
покупать?



ПРОДУКТЫ ДОМАШНЕГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- **Непостоянное содержание витаминов и минералов зависит от условий произрастания овощей и фруктов или рациона животных, экологии и транспортировки**
- **Соотношение белков, жиров и углеводов не сбалансировано**
- **Витамины и микроэлементы разрушаются в процессе неправильного хранения и приготовления**
- **Возможность быстрого заражения бактериями**
- **Требуют много времени для приготовления**

ПРОДУКТЫ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА

- **Строгие требования к качеству сырья**
- **Сбалансированы по составу**
- **Обогащены витаминами и микроэлементами**
- **Полная безопасность в течение всего срока хранения (герметичная упаковка)**
- **Удобны в использовании**
- **Экономичны**

Роль мясного пюре в рационе грудного ребенка

- Источник гемового железа
 - Оптимальное усвоение
 - Профилактика дефицита железа в организме
- Источник цинка
 - Оптимальное усвоение
 - Улучшение иммунного статуса
 - Обеспечение оптимального роста и развития



Ступень 2: «новые вкусы» (6-8 мес)

- Появляется хороший контроль за губами и языком
- Демонстрирует нравится или нет пища
- Начинает жевать
- Может формировать пищевой комок
- Начинает держать пищу в руках и класть ее в рот
- Плотно сжимает губы, если не хочет есть
- Удерживает бутылочку с поддержкой
- Двигает верхней губой, чтобы приспособиться к ложечке

Вкусовое разнообразие и развитие младенца

- Стимуляция мозговой деятельности в критические периоды роста важна для развития определенных сегментов мозга, отвечающих за функции вкуса, обоняния, распознавания
- Существуют способы обучения младенцев и возможности развития вкусовых ощущений – создание связи между запахом, внешним видом и вкусом продукта



План Питания по ступеням

Благодаря Плану Питания Нестле по ступеням Ваш ребенок получает правильное питание на каждой стадии своего развития.



Нежный первый прикорм



Новые вкусы



Разнообразие вкусов и текстур



Основа здоровья



Двухслойные творожки



- Творожные пюре содержат природный кальций для роста костей

- Приготовлены без добавления сахара

Детские молочные десерты – пюре со сливками



Шиповник со сливками, Персик со сливками, Абрикос со сливками, Груша со сливками



Клубника со сливками, Банан со сливками

- Пюре со сливками содержат природный кальций для роста костей
- Приготовлены без добавления сахара

Baby Cup



Baby Cup: Фруктовое Ассорти



Baby Cup: Йогуртный с Бананами



Baby Cup: Фруктовое Ассорти с 6 Злаками



Baby Cup: Йогуртный с Грушами

НОВИНКА! НЕСТЛЕ «Бэби Мил» Молочное питание со злаками и фруктами

НЕСТЛЕ «Бэби Мил» Жидкое детское питание на основе детской молочной смеси с добавлением злаков и фруктов



500 мл
(2 x 250 мл)

=



250 мл

+



250 мл

Молочное питание со злаками и бананом



- **Сбалансированное** по составу (оптимальный состав белков, жиров, углеводов, витаминов и мин. веществ).
- Дополнительно обогащено **13 витаминами**
- **Банан** относится к фруктам с содержанием большого количества клетчатки и пектиновых веществ, улучшающих пищеварение.
- **Йод** необходим для нормального функционирования щитовидной железы и правильного развития мозга.
- **Цинк** необходим для роста ребенка, правильного развития мозга и укрепления иммунитета.
- **Пшеница** богата растительным белком и крахмалом.

**Продукт может храниться на home shelf
и в холодильнике**

Молочное питание с 5 злаками



- Питание с **5 злаками** (пшеница, ячмень, овес, рис и рожь) подходит для расширения рациона малыша, сочетая в себе пользу различных злаков.
- Дополнительно обогащено **13 витаминами**
- **Йод** необходим для нормального функционирования щитовидной железы и правильного развития мозга.
- **Цинк** необходим для роста ребенка, правильного развития мозга и укрепления иммунитета.
- **Кальций** способствует формированию и укреплению костной ткани зубов.

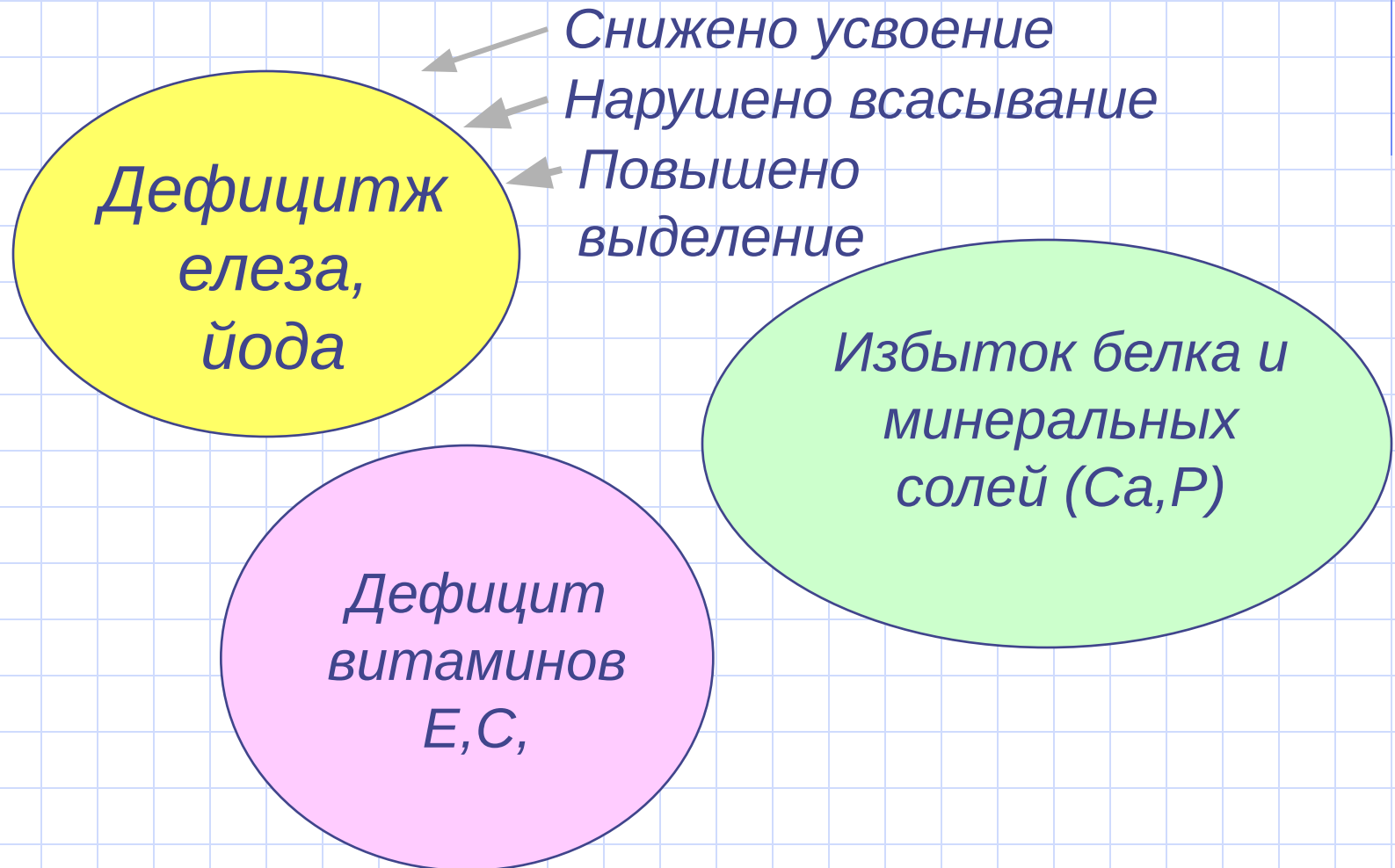
Продукт может храниться на home shelf и в холодильнике

Молочное питание со злаками и фруктами



- В **грушах** много витамина С, бета-каротина, калия, углеводов. Груши богаты пищевыми волокнами - в частности пектином, выполняющим роль мягкого слабительного.
- **Яблоко** относится к продуктам с низким аллергенным потенциалом, и способствует нормализации пищеварения.
- Питание дополнительно обогащено **13 витаминами**
- **Йод** необходим для нормального функционирования щитовидной железы и правильного развития мозга.
- **Цинк** необходим для роста ребенка, правильного развития мозга и укрепления иммунитета.
- **Пшеница** богата растительным белком и крахмалом.

Коровье молоко и кефир в питании детей ран.возраста



Влияние питания на развитие мозга:

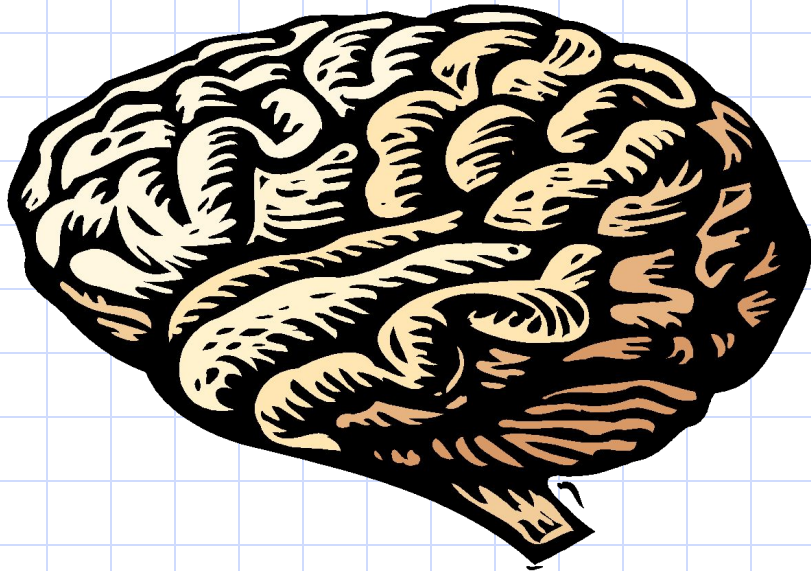
Некоторые микронутриенты, определяющие развитие структур мозга:



Йод

Железо

Цинк



Особенности поведения детей раннего возраста с ЖДА

Быстрая утомляемость

Меньшее внимание и способность к концентрации

Меньшее проявление положительных эмоций

Боязнь «чужих»

Неуверенность

Меньшая активность

... у детей дошкольного возраста (4-6 лет)

Плохое выполнение тестов

Снижено внимание

***Неспособность найти
ключевые слова***

***Снижена способность к
обучению***

***Нарушение интеллектуального
развития***

**... у школьников (11-14 лет),
перенесших длительную анемию в
раннем детстве**

**Снижение
способностей к
математике**

**Снижена способность к
письменному изложению**



**Специфические изменения когнитивной
сферы:**

- пространственная память**
- селективное воспроизведение и др.**

**Достоверное снижение умственного
и физического развития**

Основные проявления йодного дефицита в различные периоды жизни

Плод

Аборты, мертворождения, врожденные аномалии, повышенная перинатальная смертность

Новорожденные

Неонатальный зоб, гипотиреоз, задержка физического развития

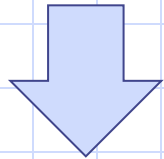
Дети подростки

Микседематозный кретинизм
Зоб, ювенильный гипотиреоз, задержка физического развития, нарушение интеллекта

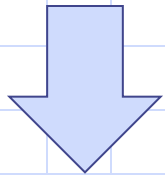
Взрослые

Зоб и его осложнения, гипотиреоз, нарушения интеллекта

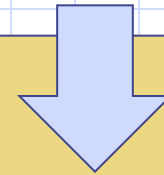
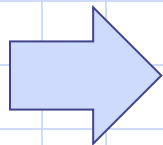
Неадаптированные молочные продукты приводят к избыточному потреблению белка



Увеличение нагрузки
на почки



риск нарушения
обмена веществ



Риск развития
ожирения,
Артериальной гипертензии
Сахарного диабета

- **P (фосфор)-15мг / 96мг**

щелочная среда в кишечнике

**Неблагоприятные условия для роста
и жизнедеятельности
бифидобактерий**

Нарушение пищеварения

ПРОФИЛАКТИКА ДЕФИЦИТНЫХ СОСТОЯНИЙ

- - грудное вскармливание, не менее 6 мес
- - применение последующих смесей до 3 лет
- - применение каш промышленного производства



НОВИНКА! Детское Растворимое Молочко NESTLE Junior 1+

Детское растворимое молочко **Junior1+** способствует защите организма и укреплению иммунитета ребенка старше 1 года



- Сбалансированное питание для гармоничного роста и развития ребенка
- В состав входят **умные липиды** - особые жирные кислоты, необходимые для развития мозга, органов зрения и укрепления естественных защитных сил организма ребенка
- Содержит **бифидобактерии** комплекса BL для нормализации работы животика и укрепления иммунитета
- **Железо, кальций, 13 витаминов** способствуют гармоничному росту и развитию ребенка

НОВИНКА! Детское Растворимое Молочко NESTLE Junior 2+

Детское растворимое молочко **Junior2+** способствует развитию умственных способностей малыша в период активного познания мира



- Сбалансированное питание для гармоничного роста и развития ребенка
- В состав входят **умные липиды** - особые жирные кислоты, необходимые для развития мозга, органов зрения и укрепления естественных защитных сил организма ребенка
- Содержит **бифидобактерии комплекса BL** для нормализации работы животика и укрепления иммунитета
- **Железо, кальций, 13 витаминов** способствуют гармоничному росту и развитию ребенка
- **Йод и цинк** важны для умственного и познавательного развития (Junior 2+)

Клинутрен Юниор

Если ребенок плохо ест, мало прибавляет в весе, при недостаточном росте, в пред- и послеоперационном периоде, при травмах, неврологических заболеваниях, пороках развития...

- **Белковый компонент** представлен смесью казеинов и сывороточных белков.
- **Жировой компонент на 20%** состоит из среднецепочечных триглицеридов – незаменимых жирных кислот.
- **Углеводный компонент** представлен в основном мальтодекстрином, не содержит лактозу и глютен
- **Содержит 10 жизненно-важных витаминов и 14 микроэлементов**

