

A PRÁTICA LEVA À PERFEIÇÃO

COMO AJUDAR SEU BEBÊ NA TRANSIÇÃO DA MAMADEIRA PARA O COPO



Por que devo apresentar um copo ao meu bebê?

A transição para copos com bico, também chamados de copos de treinamento, é uma parte importante do desenvolvimento. Seu bebê aprenderá a sorver, em vez de sugar, e será menos propenso a ter cáries.

Quando devo deixar meu bebê tentar usar um copo?

Seu bebê deve ser capaz de se sentar sem ajuda, o que geralmente ocorre por volta dos 6 meses de idade. Porém, cada bebê é diferente, então comece quando seu bebê estiver pronto. Seu bebê deve parar de usar a mamadeira aos 14 meses de idade.

Que tipo de copo devo usar?

Encontre um que funcione melhor para o seu bebê. O copo pode ter uma tampa à prova de derramamento, um bico ou alças. Evite copos com canudos ou válvulas enquanto seu bebê estiver aprendendo a beber em um copo. Estes fazem seu bebê sugar, quando ele deveria aprender a sorver!



DICAS!

COMO PROTEGER OS DENTES DO SEU BEBÊ

- Não deixe seu bebê andar ou correr com um copo com bico ou mamadeira, para que não caia e se machuque.
- Deixe seu bebê brincar com copos vazios para que ele se acostume a segurá-los.
- Comece oferecendo um pouco de água, uma vez por dia, durante as refeições.
- Você não precisa começar com copos com bico. Você também pode começar com copos pequenos e abertos!
- A transição pode ser facilitada, proporcionando outras fontes de conforto, como cantar, ler e brincar, em vez de oferecer uma mamadeira imediatamente.
- Evite dar ao seu bebê uma mamadeira ou um copo com bico durante a hora da soneca ou na hora de dormir, a menos que esteja somente com água.
- Sempre limpe os dentes do seu bebê antes de colocá-lo para dormir.
- Ajude a manter seu bebê sem cáries, agendando consultas com seu odontopediatra assim que o primeiro dente aparecer ou com 1 ano de idade.
- A Academia Americana de Pediatria (American Academy of Pediatrics, AAP) recomenda não dar suco ao seu bebê antes de 1 ano de idade. Para crianças de 1 a 3 anos, limite a quantidade de suco a 4 onças (118 ml) por dia.



1-800-942-1007



www.mass.gov/wic

Esta instituição é um provedor de oportunidades iguais.