

Publicado em *Nestlé Baby & Me* (<https://www.nestlebabyandme.com.br>)

[Início](#) > Os hábitos alimentares da família refletem nas crianças

Compartilhar Artigo

X



Os hábitos alimentares da família refletem nas crianças

Quando a criança começa a comer à mesa com a família, a sua dieta passa a espelhar os padrões alimentares dos irmãos mais velhos e dos adultos.

<https://www.nestlebabyandme.com.br/os-habitos-alimentares-familia-criancas> [1]

_ [2] _ [3] _ [4] _ [5]



Os hábitos alimentares da família refletem nas crianças

Quando a criança começa a comer à mesa com a família, a sua dieta passa a espelhar os padrões alimentares dos irmãos mais velhos e dos adultos.

Quinta-feira, Julho 14th, 2016

- ^[6]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartilhar](#)

Veja como os hábitos alimentares da família refletem nas crianças

Quando seu filho começar a [comer com maior independência](#) ^[7] e a tomar consciência do que os outros

comem, faça com que a mesa da sua família seja um bom modelo para ele. Assim seu filho pode aprender com vocês a fazer escolhas saudáveis e a estabelecer preferências saudáveis. Inclua frutas e verduras nas refeições. Se você e outros membros da família comerem esses alimentos, a chance de que o seu filho também o faça será maior.

[Ler mais](#) ^[8]

URL de origem: <https://www.nestlebabyandme.com.br/os-habitos-alimentares-familia-criancas>

Links

[1] <https://www.nestlebabyandme.com.br/os-habitos-alimentares-familia-criancas>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.com.br/os-habitos-alimentares-familia-criancas&media=https://www.nestlebabyandme.com.br/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/conteudo_os_habitos_alimentares_da_familia_refletem_nas_crianças

[3] <https://twitter.com/share?text=Os%20hábitos%20alimentares%20da%20fam%C3%ADlia%20refletem%20nas%20crianças>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebabyandme.com.br/os-habitos-alimentares-familia-criancas>

[5] [https://api.whatsapp.com/send?text=https://www.nestlebabyandme.com.br/os-habitos-alimentares-familia-criancas&title=Os hábitos alimentares da família refletem nas crianças](https://api.whatsapp.com/send?text=https://www.nestlebabyandme.com.br/os-habitos-alimentares-familia-criancas&title=Os%20hábitos%20alimentares%20da%20fam%C3%ADlia%20refletem%20nas%20crianças)

[6] <https://www.nestlebabyandme.com.br/printpdf/10816>

[7] <https://www.nestlebabyandme.com.br/seu-filho-independencia-mesa>

[8] <https://www.nestlebabyandme.com.br/javascript%3A%3B>