

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

[Início](#) > Como devem ser os lácteos para o meu bebê?

Compartilhar Artigo

X



Como devem ser os lácteos para o meu bebê?

Saiba mais sobre as características que devem cumprir os lácteos adequados para bebês

<https://www.nestlebabyandme.com.br/como-devem-lacteos-para-meu-bebe> [1]



Como devem ser os lácteos para o meu bebê?

Saiba mais sobre as características que devem cumprir os lácteos adequados para bebês

terça-feira, Julho 16th, 2019

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

O cálcio é muito importante para que os dentes e ossos do seu bebê tenham seu desenvolvimento adequado; mas você precisa saber em qual momento introduzir os lácteos. Te contamos aqui!

Como sabemos, os produtos lácteos são uma rica fonte de cálcio, e outros nutrientes importantes para a saúde do seu bebê, mas é importante que você saiba em qual momento pode introduzi-los em sua dieta.

Ele estará pronto para desfrutar dos queijos até cumprir 8 meses, e terá que esperar até um ano, para integrar o leite integral em sua dieta; não se esqueça o quão importante é respeitar estes tempos para evitar:

- Mal-estar estomacal devido a imaturidade do seu sistema digestivo
- Possíveis alergias

A boa notícia é que os iogurtes especiais para bebês são uma excelente opção, já que a sua textura é ideal. Eles podem experimentar a partir dos 7 meses de idade, e obtêm todos os benefícios do iogurte. Não se esqueça que ele deve consumir após a introdução da carne vermelha, frutas, verduras e leguminosas.

Os iogurtes desenvolvidos especialmente para bebês são ideais para incluí-los em sua alimentação, pois contém proteínas e gorduras em quantidades adequadas para ele; além de fornecer 33% do cálcio recomendado por dia.

Não se esqueça que, com uma alimentação saudável, uma boa hidratação, exercício e muito amor, seu bebê crescerá saudável e muito contente.

As dicas não substituem uma consulta médica. Não deixe de consultar o pediatra de seu filho para obter orientações individualizadas.

[Ler mais](#) [7]

URL de origem: <https://www.nestlebabyandme.com.br/como-devem-lacteos-para-meu-bebe>

Links

[1] <https://www.nestlebabyandme.com.br/como-devem-lacteos-para-meu-bebe>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.com.br/como-devem-lacteos-para-meu-bebe&media=https://www.nestlebabyandme.com.br/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/76-_lacteos.jpg&description=Como devem ser os lácteos para o meu bebê?](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.com.br/como-devem-lacteos-para-meu-bebe&media=https://www.nestlebabyandme.com.br/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/76-_lacteos.jpg&description=Como%20devem%20ser%20os%20l%C3%A1cteos%20para%20o%20meu%20beb%C3%A9?)

[3]

<https://twitter.com/share?text=Como%20devem%20ser%20os%20l%C3%A1cteos%20para%20o%20meu%20beb%C3%A9?>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebabyandme.com.br/como-devem-lacteos-para-meu-bebe>

[5] [https://api.whatsapp.com/send?text=https://www.nestlebabyandme.com.br/como-devem-lacteos-para-meu-bebe&title=Como devem ser os lácteos para o meu bebê?](https://api.whatsapp.com/send?text=https://www.nestlebabyandme.com.br/como-devem-lacteos-para-meu-bebe&title=Como%20devem%20ser%20os%20l%C3%A1cteos%20para%20o%20meu%20beb%C3%A9?)

[6] <https://www.nestlebabyandme.com.br/printpdf/61196>

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