

### Xerrada sobre alimentació i nutrició

El passat 15 de novembre, la pediatra Dra. Fontcuberta i la infermera Ainhoa Fernández, ambdues del servei de pediatria del CAP Roger de Flor van realitzar una xerrada sobre alimentació i nutrició adreçada a les mares i pares amb fills menors de 3 anys.

Durant el període dels 0 als 3 anys, l'infant aprèn a mamar, tastar, mastegar, en empassar i manipular aliments, i també a descobrir diferents olors, gustos i textures, a fi que l'infant s'incorpori, a poc a poc, a l'alimentació familiar. L'educació de la conducta alimentària en aquesta franja d'edat té l'objectiu d'aconseguir un bon estat nutricional i l'aprenentatge d'hàbits alimentaris saludables.

La xerrada es va realitzar al Casal Infantil Fort Pienc, del districte de la Dreta Eixample, que ofereix un espai de trobada per a famílies amb fills de 0 a 3 anys i afavoreix el desenvolupament de pràctiques de criança satisfactòries en entrar en relació amb altres infants i amb altres famílies.

