

Развојни одредници на хранењето и голтањето

0-36 месеци

Секое дете е уникатно и се развива во свое темпо. Напомена дека опфатените развојни норми, децата ќе ги усвојуваат во дадениот временски период.

Доколку забележувате големи отстапки, консултирајте се со стучно лице. Развојните норми се преведени и преземани од ASHA (American Speech-Language- Hearing Association) и немаат за цел да даваат дијагноза или проценка на одреден проблем, туку се користат само како алатка за тоа што родителите би требало да забележуваат кај детето во однос на хранењето и голтањето, по дадена возраст.

0- 3 месеци

@zalche_po_zalche

Самоиницијативно ја врти главата кон цуцлата или градата

Додека бебето е држено во раце, ја држи главата исправено

Прави добар фат на градата или цуцлата

Цица, голта, дише - има добро развиена координирана шема на рефлекс

4-6 месеци

Ги носи рацете до градата или шишето

Нежно ја тапка со својата рака, градата или шишето додека цица

Носи играчки и предмети до својата уста

Развојни одредници на хранењето и голтањето

0-36 месеци

4-6 месеци

Седи во свиткана позиција (како жаба) и може да ја држи градата или шишето додека цица

Може да седи исправено со потпора од страна и врзано во хранилица, каде наклонот од столот е навален наназад

Ја отвора устата кога му се приближува лажица

Го користи јазикот за да ја однесе храната назад во устата и да ја голтне

@zalche_po_zalche

6-9 месеци

Ја држи главата исправено додека седи

Се навалува со цело тело кон храната или лажицата додека јаде

Има потреба од дополнителна поддршка додека се храни во хранилица-околу половината и стапалата кои треба да се потпираат на потпора

Посегнува кон играчки. Посегнува кон храната и сака да ја допира со рацете

Започнува храната да ја фаќа со прстите (пинцета фат, околу 9месец)

Со рацете носи храна до устата и започнува самостојно да се храни

Започнува да држи и носи лажица до устата

Развојни одредници на хранењето и голтањето 0-36 месеци

6-9 месеци

Започнува да пие од отворена чаша, така што изгледа како да го гризе работ од чашата (ова го прават за подобра контрола). Се очекуваат потурања и излегување на водата од уста додека пие

Ретко се лигави, лигавењето е присутно само во одредени ситуации

Може да се забележи движење на храната и јазикот околу устата. Забележуваме отворена уста, која ни е показател дека бебето го движи јазикот лево-десно

Изведува незрело цвакање, кое е повторувачко

@zalche_po_zalche

9-12 месеци

Самостојно го држи шишето или чашата од која пие вода, со двете раце

Седи стабилно и самостојно, со минимална помош или поддршка

Држи и носи наполнета лажица до устата

Се храни самостојно, користејќи ги прстите

Може да гризне и откине помало парче храна од поголемо парче

Започнува да ја цвака храната, се јавува ротационо цвакање

Ги затвора усните додека ја голта храната

Јаде меки и ситни парчиња храна, како банана, варено јаболко..

Развојни одредници на хранењето и голтањето 0-36 месеци

12- 18 месеци

Седи исправено со нозете потпрени на подот или на рамна површина

Се храни самостојно и користи прибор или рацете додека јаде

Самостојно пие течност од некапечка чаша, може да пие и од отворена чаша, со чести потурања

Го користи јазикот за да ја движи храната од една во друга страна на устата

Самостојно повлекува течност и може да пие од цевка, без потруање или излегување на вода од устата

@zalche_po_zalche

18-24 месеци

Седи стабилно и самостојно, без поддршка

Почесто користи прибор за да ја јаде храната

Може да пие течност од мала чашка, така што ја држи и носи до устата со двете раце. Има минимално потурање и излегување на течност од устата

Континуирано ја џвака храната на двете страни од устата

Ја движи храната наоколу во устата, добро ја џвака и ја голта без да се враќа или да излегува храна нанадвор

Потребно му е повеќе време за џвакање кога обработува попредизвикувачки текстури, како месо на пример

Развојни одредници на хранењето и голтањето 0-36 месеци

2- 3 години

Самостојно користи лажица и виљушка, може да ги вклучи и рацете за да однесе храна до устата

Пие од отворена чаша, без потурање

@zalche_po_zalche

Може да цвака и попредизвикувачки текстури. Модификации на храната се уште се присутни

Не е присутен гаг- рефлексот и засркнување од храната

Сензорна реакција или сензорна аверзија?

Сензорна реакција

Сензорна реакција од храната како ежење, правење на гримаси, скиселено лице...

Е поизразена во периодот кога бебето за првпат се запознава со вкусовите од храната

По реакција, бебето продолжува да ја прифаќа и јаде понудената храна

Можни се повремени активирања на рефлексот на гадење, кои постепено се намалуваат

Сензорна аверзија

Силна сензорна реакција, изрзена преку изразено гадење, повраќање, плачење, негодување, одбивност, вознемиреност.

Се провлекува и трае долг временски период

@zalche_po_zalche

Детето или бебето, плаче, одбива да јаде, не сака да продолжи со јадењето, покажува незаинтересираност кон храната

Рефлексот на гадење може да е видно изразен и присутен, без индикации на намалување на гадењето

Знаци на ситост

Ја врти главата

Не ја отвора устата,
доколку се приближи
лажица

Негодува

Ја фрла храната

Ја плука храната

Го трие лицето или очите

Ги трга рацете на страна
од масата

Знаци на стрес

Плачење

Вознемиреност

Го грчи телото и враќа
наназад

Гадење

Повраќање

Поглед свртен на страна,
не кон храната

@zalche_po_zalche

Понекогаш знаците може да се преплетуваат и важно е да се открие дали детето покажува знаци на ситост или одбивност кон храната.

Знаците на ситост се случуваат најчесто по неколку пробани лажици или парчиња од оброкот.

Одбивањето ќе се случува доколку детето ги манифестира овие знаци уште на самиот почеток.

Корисни линкови и видеа

https://www.youtube.com/watch?v=ge-4WM2GuiE	Чекори за безбедна масажа
https://www.youtube.com/watch?v=NL9sJd6l7ZY	Будна и активна фаза
https://www.youtube.com/watch?v=QOcBCd-4l4c	Орално-моторни вежби за бебиња
https://www.youtube.com/watch?v=3LU2-YNvRGg	масажа за бебиња
https://www.youtube.com/watch?v=GcT12H_hM98	Повивање
https://www.youtube.com/watch?v=aVMGFe21cAQ	следење на невербални однесувања кај бебиња
https://www.youtube.com/watch?v=IBisIQLUW6M	Хранење кај прематурни бебиња

Дополнителни информации околу протоколот за доаѓањето на предвремено родено бебе дома

Протокол

Каков речник да користиме

Знаци дека хранењето е стресно

Одговорно и свесно хранење

Неодговорно и несвесно хранење