

Ewelina

W czym najlepiej podawać wodę dziecku?

Wodę podajemy zawsze najpierw w otwartym kubku. Może być to Doidy Cup lub inny otwarty kubek

Mirosława

Dziecko nie chce pic wody jak zachęcić?

Proponować, proponować, proponować. Pokazywać i pić samemu.

Laura

Kiedy dziecko powinno się najadać stałym posiłkiem ?

Indywidualna kwestia każdego dziecka. To ono decyduje, kiedy jest już najedzone.

Karolina

Jak sprawdzić na co dziecko jest uczulone?

Obserwować reakcje, jakie występują po podaniu danego produktu. Można prowadzić dzienniczek wprowadzanych produktów (jest on jednym z materiałów dodatkowych w kursie online Akademii BLW <https://akademiablw.pl/sm>).

Natalia

Czy wszystkim dzieciom po 6 miesiącu zawsze możemy rozszerzyć dietę?

Dziecko musi osiągnąć tzw. oznaki gotowości → zachęcam do przeczytania artykułu <https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/oznaki-gotowosci/>

Monika

Czy blw jest bezpieczne w przypadku dziecka, które ma skłonności do dławienia się?

Bez względu na to, jakim sposobem chcemy rozszerzać dietę, pozycja powinna być bezpieczna. Czyli nie karmimy w bujaczkach, leżaczkach, w pozycji półleżącej. Krztuszenie się – bo podejrzewam, że o to chodzi, jest zupełnie naturalnym etapem i każde dziecko go przechodzi. Zachęcam do artykułu → <https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/zadlawienie-a-zakrztuszenie/>

Ewelina

Co z tubkami owocowymi ze sklepu? czy można podawać dziecku?

Nie jestem ich wielkim zwolennikiem. Nawet te które mają oznaczenie 100% owoców, mają często sok zagęszczony, który może być dosładzany. Często taka tubka ma ok 10g cukru, a to tyle co 2 łyżeczki :/ Polecam zakup tubek wielorazowych i samodzielne przygotowanie takich musów. O musach o tubkach mówię również w moim kursie online:

<https://akademiablw.pl/sm>

Agnieszka

Jak ma się BLW do gotowości dziecka do siedzenia, gryzienia i żucia?

Dziecko musi osiągnąć oznaki gotowości do rozszerzania diety

<https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/oznaki-gotowosci/>

Aby rozpocząć RD dziecko nie musi samodzielnie usiąść, a ma samodzielnie siedzieć (nawet z podparem). To jest najbezpieczniejsza pozycja.

Natalia

Czy umiejętność żucia jest odruchowa u dzieci?

Odruch żucia działa prawidłowo, jeśli inne odruchy związane z jedzeniem (kąsanie, ssanie, gryzienie) są prawidłowo rozwinięte. Pojawia się on wraz z pierwszymi zębami.

Monika

Co można dziecku podać na początku stosowania blw?

Najlepsze będą warzywa: brokuł, kalafior, marchewka, dynia. Generalnie to co znajduje się na naszych talerzach. Proszę zerknąć tu na kalendarz blw dzień po dniu:

<https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/pierwszy-miesiac-rozszerzania-diety-blw/>

Marta

Od czego najlepiej zacząć rozszerzanie diety metodą blw? Jakie warzywa wybierać na początek

Jw. ☺

Małgorzata

W którym miesiąc wprowadzić blw?

BLW rozpoczynamy od początku rozszerzania diety, czyli po skończonym 6 miesiącu życia.

Agnieszka

Czy podawać inne pokarmy zaraz po mleku?

Posiłek proponujemy 30-60 min po posiłku mlecznym (na początku RD).

Natalia

Czy powinniśmy jeść to samo co dziecko? zęby je zachęcić

Zdecydowanie jemy razem i to samo. Jest to szalenie ważna zasada.

Maja

A jak jest niejadkiem to warto mimo wszystko próbować BLW ?

Często słowo „niejadek” jest stosowane nad wyraz. BLW zaczynamy od początku RD, więc trudno wtedy stwierdzić, że dziecko jest niejadkiem.

Małgorzata

Jak duże kawałki podawać dziecku przy blw?

Wielkości palca wskazującego → można to podejrzeć tu:

<https://www.instagram.com/p/CMjRAgyMCgO/>

Karolina

Jak rozpoznać że dziecko jest już gotowe do rozszerzania diety?

Sprawdzić czy osiągnęło już oznaki gotowości do rozszerzania diety

<https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/oznaki-gotowosci/>

Magdalena

Kiedy najlepiej rozpocząć rozszerzanie diety dziecku? Na stanie skończone 3 miesiące

3 miesiące to zdecydowanie zbyt wcześnie. Wszelkie rekomendacje mówią, iż należy rozpocząć rozszerzanie diety po skończonym 6 miesiącu, kiedy dziecko osiągnę oznaki gotowości (<https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/oznaki-gotowosci/>). Zachęcam do

pobrania darmowego ebooka: 7 zasad BLW: <https://akademiablw.pl/7zasadblw>

Iza

Czy z blw trzeba czekać aż dziecko zacznie samodzielnie siedzieć?

Nie. Dziecko ma osiągnąć oznaki gotowości (<https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/oznaki-gotowosci/>). Powinno stabilnie siedzieć (nawet z podporem), ale nie musi do tego czasu samodzielnie usiąść. Jest niewiele dzieci, które to potrafią w tym wieku.

Izabela

Kiedy wdrażamy owoce w diecie BLW?

Można po 3 tygodniach od rozpoczęcia RD, a można od początku. Są zwolennicy i przeciwnicy obu teorii.

Magdalena

Dziecko nie je tylko się bawi czy dalej stosować blw?

Na początku będzie to zabawa i poznawanie. Zupełnie normalny etap. Jecie razem i to samo? To super ważna zasada.

Iza

A jeżeli karmi się piersią to jak to się ma do stałych posiłków? Blw jako uzupełnienie czy zamiast?

Na początku uzupełnienie. Stopniowo będzie się zastępować pokarmami stałymi mleko. Dla BLW nie ma znaczenia czy karmi się piersią czy mlekiem modyfikowanym.

Maja

A jeśli dziecko same chce zacząć próbować przed 6 miesiącem? Pozwolić?

Jeśli ma inne oznaki gotowości o jest w okolicach 5,5 msc to ewentualnie tak. Pytanie tylko z jakiego powodu? Czy 2 tygodnie wcześniejszego RD coś zmieni? Jeszcze każda mama zatęskni za okresem, gdy było tylko mleko. Rozszerzanie diety to nie wyjść ☺

Magda

Czy warto dawać próbować dziecku nowych produktów jeden składnik na tydzień?

Nie. Nie ma takiej potrzeby, a wręcz w takim tempie nie wyrobiłybyśmy się z podaniem innych produktów.

Agnieszka

Czy powinno się stosować BLW, gdy dziecko za mało przybiera na wadze?

To jest do indywidualnej oceny przez lekarza.

Aneta

Jakie produkty można podawać metodą BLW, czy można poprosić o jakąś listę? ☺ od których produktów najlepiej zacząć?

Zachęcam do zapoznania się z kalendarzem blw dzień po dniu:

<https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/pierwszy-miesiac-rozszerzania-diety-blw/>

Najłatwiej i najwygodniej jest zacząć od warzyw. Całą tą kwestię w szczególności rozwijam w moim kursie online: <https://akademiablw.pl/sm>

Karolina

Kiedy dziecko może uczyć się jeść sztućcami?

Kiedy będzie na to gotowe. Sztućce możemy proponować od początku choć często odwracają uwagę dzieci od jedzenia. Moja córka zaczęła jeść łyżeczką w wieku 11 mscy:

<https://youtu.be/xS24F2KeH98>

Zachęcam do skorzystania z dodatkowych materiałów:

Darmowego ebook 7 zasad BLW: <https://akademiablw.pl/7zasadblw/>

Instagram: <https://www.instagram.com/akademiablw/>

Blog: <https://akademiablw.pl>

Grupa na FB: <https://www.facebook.com/groups/blwbaby>

Harmonogram BLW dzień po dniu: <https://akademiablw.pl/rozszerzanie-diety-blw/poczatki-blw/>