

TRUCS ET ASTUCES POUR ADAPTER LA CONSISTANCE DES LIQUIDES

Il vous a été recommandé d'épaissir les liquides que vous offrez à votre enfant afin :

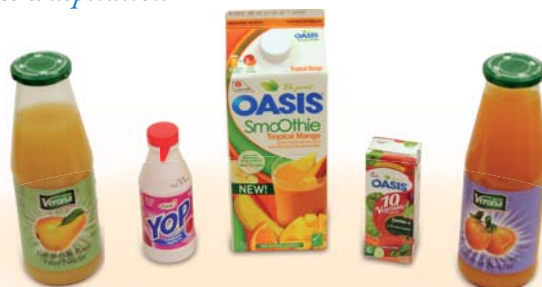
- *qu'il apprenne à mieux les gérer dans sa bouche*
- *de lui permettre d'augmenter les quantités consommées*
- *de diminuer les risques d'aspiration*

Voici

QUELQUES SUGGESTIONS

de liquides épaissis que vous pouvez offrir à votre enfant, selon la consistance recommandée :

1. Consistance nectar commercial (ex. : nectar de fruits, jus de légumes, yogourt à boire)
2. Consistance nectar
3. Consistance miel



On peut épaissir les liquides de différentes façons

- Épaississant alimentaire commercial
- Céréales pour bébé
- Yogourt homogène
- Purée lisse de fruits



*images yogourt, pot de fruits et céréales
Sources: bang.com

* IL EXISTE DES PRODUITS COMMERCIAUX ÉPAISSIS PRÊTS À L'EMPLOI

COMMENT ÉPAISSIR UN LIQUIDE À L'AIDE D'UN ÉPAISSISSANT ALIMENTAIRE EN POUDRE

- Mesurer la quantité de liquide désirée avec une mesure (ex. : tasse à mesurer).
- Mesurer la quantité d'épaississant alimentaire recommandée à l'aide de cuillères à mesurer.
- Saupoudrer graduellement la poudre au-dessus du liquide en fouettant constamment, jusqu'à dissolution complète. L'utilisation du fouet est fortement recommandée pour éviter la formation de grumeaux.
- Si présence de grumeaux, passer au tamis.
- Attendre 5 minutes avant de servir pour l'obtention de la consistance désirée.



Illustrations : JoAnne Ferlatte