



Sugestões de *pratinhos*



Prefira opções neutras ou sem cores chamativas, para não distrair o bebê.

Pratos com desenhos e cores mais chamativas são recomendados após os 2 anos de idade.

Evite pratos com muitas divisórias. Eles podem gerar seletividade alimentar, pois podem estimular que o bebê não queira que um alimento encoste no outro. **Prefira opções com 3 divisórias, no máximo.**

PRATINHOS COMUNS

- ✓ Pratinhos de vidro, porcelana ou cerâmica são higiênicos e fáceis de limpar.
- ✓ São mais neutros e não causam tanta distração para o bebê.
- ✓ Práticos: a família pode usar pratinhos que já têm em casa



Sugestões de materiais: vidro, porcelana ou cerâmica.

PRATINHOS DE SILICONE COM VENTOSA

- ✓ A ventosa fixa o pratinho na mesa, proporcionando mais segurança.
- ✓ São fáceis de lavar e podem ir na máquina lava-louças.
- ✓ Podem ir ao freezer e ao micro-ondas.



Sugestões de marcas: Buba, Clingo, Freso, Munchkin.

PRATINHOS DE BAMBU

- ✓ Dê preferência aos que possuem ventosa, pois proporcionam mais segurança.
- ✓ São opções mais sustentáveis, biodegradáveis e fáceis de limpar.
- ✗ Não podem ir ao micro-ondas.



Sugestões de marcas: Fischer Price, Clingo, Freso, Munchkin.

PRATINHOS SEM DIVISÓRIAS

- ✓ Podem ser de inox, silicone ou fibra de bambu.
- ✓ Prefira cores neutras e sem desenhos para não causar distrações
- ✓ Pratos com borda são mais indicados para o começo da introdução alimentar.



Sugestões de marcas: Fischer Price, Clingo, Freso, Tramontina.