

Witaminy - rozmowa bez ogródek!

Aby dostarczyć szybko rozwijającemu się organizmowi dziecka wszelkich niezbędnych składników, należy zapewnić mu prawidłowo skomponowaną i pełnowartościową dietę. To klucz do zdrowia dziecka i to wiedzą wszyscy.

Natomiast w rzeczywistości wygląda to mniej więcej tak:

"Zjedz surówkę, bo ma dużo witamin...", "Łyżeczkę za mamusię, łyżeczkę za tatusia, łyżeczkę za Spidermana...", "Trzeba jeść rybę, bo jest zdrowa...".

Próby przekonywania dziecka do zjedzenia czegoś często kończą się walką, w której nie zawsze zwycięzcami są rodzice.

"Żadnych kreskówek, dopóki nie zjesz wszystkiego...", "Cukierki po obiedzie..." albo "No dobrze, zjedz ciastko ale już nie płacz...".

Mówienie o jedzeniu w kontekście groźby czy w celu uspokojenia dziecka nie jest zalecane przez psychologów, zresztą dzieci, najchętniej jadłyby to co niekoniecznie jest zdrowe: pizza, chipsy, hamburgery, frytki itp.

Powstaje pytanie:

Czy dostarczamy organizmowi dziecka wystarczających substancji, które są mu niezbędne w procesie intensywnego rozwoju?

Jeśli nie jesteśmy tego pewni, to warto zastanowić się, w jaki sposób można uzupełnić dietę dziecka tymi witaminami i mikroelementami, których może mu brakować.

Istnieje rozwiązanie

Specjalne preparaty witaminowe dla dzieci, które różnią się od preparatów dla dorosłych nie tylko składem, ale i optymalnym połączeniem składników. [Biologicznie aktywne dodatki do żywności](#) firmy Vision uzupełniają dietę dziecka i zapobiegają niedoborom niezbędnych substancji.

Zacznijmy kierować się mottem:

Zdrowie dziecka to radość rodziców!

