

#### Segnali di fame e sazietà nell'età 4-12 mesi<sup>4</sup>

Età	Segnali di fame	Segnali di sazietà
<b>4-6 mesi</b>	Piange o si agita Sorridente al caregiver, lo guarda fisso o "tuba" mentre mangia per indicare che ne vuole ancora Muove la testa verso il cucchiaino o cerca di spingere il cibo verso la bocca	Rallenta o interrompe la suzione Sputa fuori il capezzolo/la tettarella Gira la testa dall'altra parte Appare distratto e presta attenzione all'ambiente circostante
<b>5-9 mesi</b>	Afferra con le mani il cucchiaino o il cibo Punta il dito verso il cibo	Comincia a mangiare più lentamente Tiene la bocca chiusa o spinge il cibo lontano da sé
<b>8-11 mesi</b>	Raggiunge e afferra il cibo Punta il dito verso il cibo Si eccita quando viene presentato il cibo	Comincia a mangiare più lentamente Spinge via il cibo
<b>10-12 mesi</b>	Esprime preferenze per specifici alimenti con parole o suoni	Agita la testa da una parte all'altra per dire che non ne vuole più