

Tema 9: Atención temprana

Título: Aprendizaje del hábito de comer en niños de un Centro de Atención Temprana de la Asociación Síndrome de Down de Jaén y Provincia

Autora: M.^a Auxiliadora Robles Bello

Resumen:

Para muchos padres que asisten a un Centro de Atención Temprana con sus hijos, la hora de la comida se convierte en una dificultad añadida a la problemática que ya tienen sus hijos, la ingesta de comida produce una gran ansiedad que para nada ayuda al tratamiento objeto del programa en el que están inmersos. Por ello hemos adaptado y aplicado el famoso método Estivill (2006) para enseñar a comer ya que una dieta sana y equilibrada es fundamental y complementa el tratamiento en un CAIT ya que forma parte de una de las áreas a trabajar como es la autonomía.

APRENDIZAJE DEL HÁBITO DE COMER EN NIÑOS DE UN CENTRO DE ATENCIÓN TEMPRANA DE LA ASOCIACIÓN SÍNDROME DE DOWN JAÉN Y PROVINCIA.

M.^a Auxiliadora Robles Bello

OBJETIVO

ESTE MÉTODO TIENE COMO OBJETIVO NO SÓLO QUE EL NIÑO/A COMA SINO QUE APRENDA A COMER BIEN Y DE TODO. UNA DIETA SANA Y EQUILIBRADA ES FUNDAMENTAL PARA LA SALUD DE LOS NIÑOS.

Se trabaja la temática de la alimentación con la familia en sesiones individuales, y en sesiones grupales.

Descartar problemas de salud relacionados con la alimentación.

FIJAR HORAS A RESPETAR:

DESAYUNO

ALMUERZO

MERIENDA

CENA

1º RITUAL: SENTARLO EN SU SILLITA, FIJAR LUGAR, SÓLO SE DIRIGE A ÉL/ELLA UNA PERSONA.

2º RESTO DE PREPARATIVOS: BABERO, PLATO CON COMIDA....

3º PEQUEÑA CANTIDAD. ¡ESTÁ MUY BUENO!

4º MANTENEMOS SIEMPRE ACTITUD TRANQUILA, LE DAMOS DE COMER SIN MOSTRAR PREOCUPACIÓN.

5º PRIMER INTENTO DURA 3 MINUTOS.

6º SIGUES CON ACTITUD ALEGRE Y POSITIVA.

7º SEGUNDO INTENTO. DURA 4 MINUTOS. OTRA VEZ EL RITUAL. SI PASAN 4 MINUTOS Y NO COME SE RECOGE.

8º DURANTE LOS PRÓXIMOS 4 MINUTOS (CON ACTITUD ALEGRE Y POSITIVA) HACEMOS OTRAS COSAS.

9º EMPIEZA TERCER INTENTO: DURA 5 MINUTOS. ES EL ÚLTIMO SI SE RESISTE SE RECOGE HASTA LA PRÓXIMA COMIDA.

10º NO OLVIDAR OFRECER AGUA.

11º PACIENCIA. ACTITUD POSITIVA.

¡RECUERDA!

1º SI EN CUALQUIER INTENTO EL NIÑO COME SEGUIMOS DÁNDOLE, AUNQUE SE PASE EL TIEMPO.

2º AUNQUE TE PIDA COMIDA, O TE QUIERA QUITAR COMIDA EN LA COCINA ¡NO SE COME ENTRE COMIDAS!.

3º LA LECHE O EL ZUMO SÓLO SE BEBEN COMIENDO ¡NUNCA ENTRE COMIDAS!.

4º ACTITUD POSITIVA. ESTÁS ENSEÑANDO A TU HIJO/A. LE ESTÁS AYUDANDO.

5º OFRECE AGUA.

6º TAL VEZ SEA EL PRIMER DÍA EL MENOS COMPLICADO. PUEDE IR PEOR EL SEGUNDO Y TERCER DÍA.

7º NO OFRECER MÁS A MENUDO EL PLATO QUE MÁS LE GUSTA.

8º PARA INTRODUCIR UN ALIMENTO NUEVO, SE PONDRÁ EN EL MISMO PLATO UNA RACIÓN GRANDE DE SU COMIDA PREFERIDA Y UNA PEQUEÑA DEL NUEVO GUSTO.