

Đáp Ứng Các Chế Độ Ăn Đặc Biệt

Đôi khi các em trong chương trình chăm sóc của bạn sẽ có những yêu cầu chế độ ăn đặc biệt. Chứng dị ứng thức ăn, sở thích về văn hóa và tôn giáo, chế độ ăn chay là những vấn đề thường gặp trong một chương trình chăm sóc trẻ.

Hướng Dẫn Xử Lý Chứng Dị Ứng Thức Ăn

- Dị ứng thức ăn không phải là hiếm gặp. Sữa bò là một vấn đề đối với một số trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Các nguồn khác gây ra phản ứng dị ứng là các sản phẩm từ lúa mì, các loại hạt, và trứng. Một số trẻ nhỏ gặp rắc rối với các loại thức ăn có hàm lượng chất xơ cao. Các phản ứng dị ứng có thể là từ phản ứng miễn dịch nhẹ ở da đến các triệu chứng rất nặng. Vì dị ứng thức ăn có thể gây nguy hiểm, hoặc thậm chí đe dọa tính mạng ở các ca nghiêm trọng nhất, việc quan trọng là người chăm sóc trẻ phải nhận biết bất kỳ chứng dị ứng nào ở trẻ trong nhóm chăm sóc của mình. Sau đây là một số hướng dẫn để kiểm soát chứng dị ứng thức ăn trong môi trường chăm sóc trẻ.
- **Thảo luận về các kế hoạch sử dụng thức ăn và vấn đề dị ứng với gia đình khi bạn ghi danh lần đầu cho mỗi trẻ.** Hỏi thông tin về chứng dị ứng, được xác định lần đầu vào lúc nào, các dấu hiệu có thể có của phản ứng dị ứng, và mức độ miễn dịch.
- **Chuẩn bị đối phó với phản ứng.** Hãy nhớ hỏi phụ huynh cách điều trị phản ứng dị ứng. Một số phản ứng dị ứng cần được điều trị y tế cấp cứu tức thời; những phản ứng khác nhẹ hơn có thể được điều trị bằng thuốc mua tự do. Hãy yêu cầu phụ huynh để lại hướng dẫn bằng văn bản về cách xử lý phản ứng dị ứng với các loại thức ăn cụ thể.
- **Nắm rõ thành phần thức ăn.** Cần thận không cho những trẻ bị dị ứng ăn một loại thức ăn có các thành phần cụ thể. Một số trẻ dị ứng với các loại thức ăn nhất định có thể không dung nạp được ngay cả lượng nhỏ nhất được sử dụng làm thành phần trong các loại thức ăn khác.
- **Nhận biết rằng đôi khi sẽ cần đến các chất bổ sung chế độ ăn.** Có những bệnh trạng như bệnh thiếu máu hoặc tiểu đường có thể được điều trị bằng một chế độ ăn đặc biệt hoặc các chất bổ sung chế độ ăn. Bạn cần biết những vấn đề này và thực hiện theo các khuyến cáo y tế. Nhờ phụ huynh giải thích các hoạt động hàng ngày và nhu cầu về thức ăn, nhưng hãy xin phép phụ huynh để gọi cho một bác sĩ hoặc chuyên gia dinh dưỡng khi bạn có thắc mắc.



Niềm Tin về Văn Hóa hoặc Tôn Giáo và Thức Ăn

Thình thoảng, tín ngưỡng của một gia đình cấm hoặc đòi hỏi những loại thức ăn nhất định hoặc thức ăn ở những thời điểm nhất định. Bạn sẽ được thông báo về những hoạt động đặc biệt này và chuẩn bị. Hiểu rõ các hoạt động đó của gia đình sẽ giúp bạn đáp ứng sở thích của họ trong chương trình chăm sóc trẻ của bạn. Các gia đình cũng có thể yêu cầu các loại thức ăn nhất định phản ánh nền tảng văn hóa của họ. Bạn có thể đưa một số thức ăn này vào thực đơn của mình. Ăn những loại thức ăn quen thuộc sẽ giúp trẻ cảm thấy thoải mái. Những trẻ khác trong chương trình chăm sóc trẻ của bạn cũng có thể thích ăn những loại thức ăn mới, đặc biệt là nếu bạn giải thích một chút về nền tảng hay các hoạt động văn hóa. Bạn cũng có thể yêu cầu phụ huynh mang thức ăn đến, hoặc hướng dẫn trẻ chuẩn bị một loại thức ăn đặc biệt. Thủ tục địa phương của bạn cũng có thể giúp bạn tìm sách hoặc sách nấu ăn có hình để chia sẻ với trẻ nhằm giúp các em hiểu được các loại thức ăn của các nền văn hóa khác nhau.

Chế Độ Ăn Chay

Những gia đình nào có chế độ ăn chay có thể yêu cầu bạn thay đổi bữa ăn cho con mình. Chế độ ăn chay khác nhau tùy gia đình. Một số trẻ có thể ăn thịt gia cầm và cá nhưng tránh thịt đỏ. Một số trẻ khác có thể tránh tất cả các loại thịt nhưng ăn các sản phẩm từ sữa và trứng. Nhưng cũng có những trẻ khác có thể tránh ăn tất cả các sản phẩm làm từ động vật.

Hãy Trao Đổi Với Phụ Huynh về Nhu Cầu Chế Độ Ăn Đặc Biệt

Bạn nên thông báo thực đơn hàng tuần để tất cả phụ huynh biết được bạn sẽ có những bữa ăn nào cho trẻ. Hãy hỏi phụ huynh để biết nhu cầu thức ăn và cách ăn uống của gia đình khi bạn ghi danh con họ vào chương trình chăm sóc trẻ của mình. Quyết định việc bạn có thể hay không thể đáp ứng nhu cầu thức ăn đặc biệt của một trẻ cụ thể trước khi đồng ý ghi danh cho trẻ đó vào chương trình của bạn. Nếu bạn không thể cung cấp các loại thức ăn đáp ứng nhu cầu của trẻ, hãy cân nhắc việc yêu cầu phụ huynh cung cấp các bữa ăn chính và ăn nhẹ đáp ứng nhu cầu của con họ, hoặc giới thiệu phụ huynh đến một chương trình chăm sóc trẻ khác có thể đáp ứng nhu cầu chế độ ăn của con họ tốt hơn.