

9F: GABAY SA PAG-USAD NG DIYETA

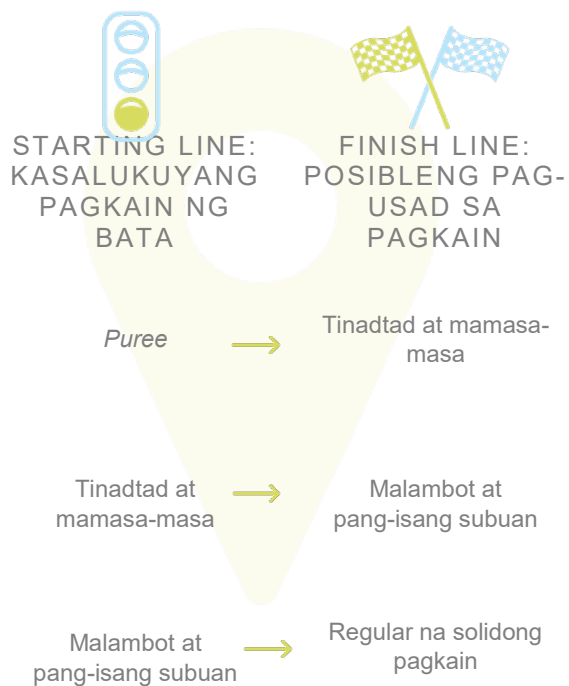
Nararapat sa bawat bata na magkaroon ng pagkakataong masubok ang iba't ibang tekstura ng pagkain at mga lapot ng likido sa ligtas na paraang isinasaalang-alang sila. Kung hindi pa nagkakaroon ng pagkakataon ang bata na masubok ang pagkain o likido, hindi natin malalaman kung ano ang totoong antas ng kakayahan nila.



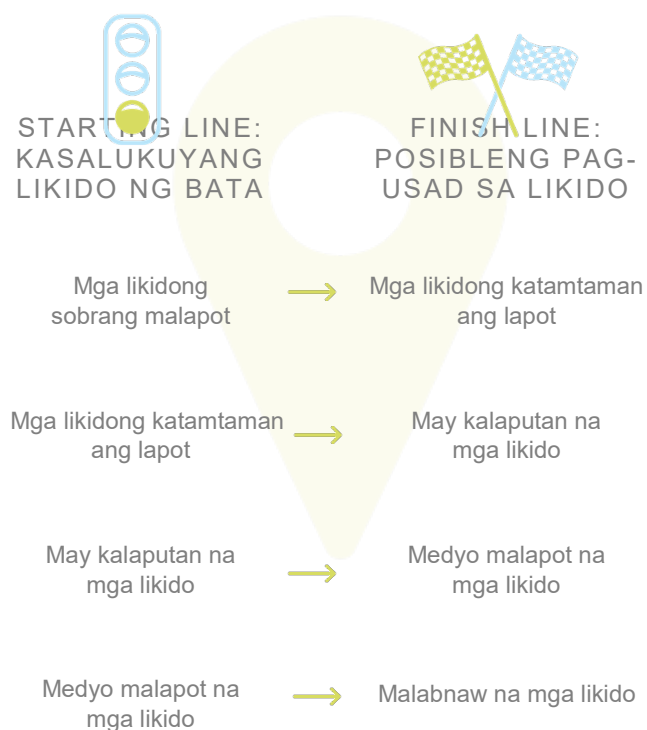
ANG PAG-USAD NG DIYETA ay kapag sinusuportahan ng mga tagapangalaga ang pagkilos (o pag-usad) patungo sa pagkain ng mga bagong tekstura o sa pag-inom ng mga bagong lapot ng likido. Madalas na kailangan ng mga batang may kapansanan ang mga espesyal na tekstura at lapot. Nagiging mas ligtas at komportable ang oras ng pagkain kapag pumili ng angkop na tekstura ng pagkain at lapot ng likido para sa sinumang bata. May ilang mga batang kakayanin kalaunan na makakain (o umusad) patungo sa mas mahirap na mga tekstura at lapot. Gayunpaman, pinakaligtas at pinakamatagumpay ang ilang mga bata sa mga diyeta na binubuo ng mas madaling mga tekstura at lapot.

Ang madalas-dalas na pagbibigay sa bata ng ibang tekstura ng pagkain o lapot ng likido nang may maingat na pagbabantay ang pinakamainam na paraan para matukoy kung handa na ang bata na umusad sa diyeta niya. Narito ang ilang mga simpleng mungkahi para mapausad ang diyeta sa pagkain at/o likido ng bata.

MAPA NG PAG-USAD NG TEKSTURA NG PAGKAIN



MAPA NG PAG-USAD NG LAPOT NG LIKIDO



MGA PAMANTAYAN SA PAG-USAD NG DIYETA

- ① Magsimula sa “starting line” ng kasalukuyang kinakain at iniinom ng bata.
- ② Sumubok ng kaunting pagkain o likido mula sa “finish line” (bagong pagkain o likido). *Magdahan-dahan.*
- ③ Tingnan kung paano nakakaya ng bata ang pagkain o likido mula sa “finish line.”
- ④ **May Problema?** → Bumalik sa pagbibigay ng pagkain o likido mula sa “starting line.” Baka hindi pa sila handa para dito.
- ⑤ **Walang problema?** → Patuloy na sumubok ng kaunting pagkain o likido mula sa “finish line” nang may masigasig na pagbabantay sa loob ng ilang kainan. Iusad ang diyeta kapag nagpapakita na ang bata ng angkop na kakayahan at pagiging ligtas.



Advancing a child's diet can sometimes take lots of time. Some children will advance to eating or drinking a new food or liquid over just a few meals. Others may take several months of longer. Be patient and never rush a child to advance their diet when they are not ready.



Kapag sumusubok ng mga bagong pagkain at likido kasama ng bata, laging magbigay ng 100 porsiyentong pagbabantay mula sa maalam na tagapangalaga. Maaaring maubo o baka nga mabilaukan kapag sumusubok ng mga bagong pagkain at likido, at kritikal na malapit ang mga tagapangalaga para sa dagdag na suporta at kaligtasan.

MGA POSIBLENG HALIMBAWA NG PROBLEMA:

- ∅ Pag-ubo
- ∅ Pagkabilaok
- ∅ Pagdahak
- ∅ Pagbabago ng kulay
- ∅ Pagtigil sa paghinga o hindi paghinga
- ∅ Basang kalidad ng boses
- ∅ Pagluluha
- ∅ Pagngiwi
- ∅ Pagkakasakit pagkatapos ibigay ang bagong pagkain o likido mula sa “finish line”

MAKATUTULONG NA MGA TIP

- ✓ Hayaang mahawakan, makita at mahawakan ng bata ang pagkain o likido mula sa “finish line” bago siya patikimin o painumin.
- ✓ Magbigay ng pagkain o likido mula sa “finish line” kasama ng mga pamilyar na pagkain o likido mula sa “starting line.”
- ✓ Magbigay ng kaunting pagkain o likido mula sa “finish line” kapag nagsisimula pa lang ang bata.
- ✓ Kapag pinapakain ang bata, dahan-dahang ibigay ang pagkain o likido mula sa “finish line” at magbigay nang pakonti-konti lamang.
- ✓ Magbigay lang ng pagkain o likido mula sa “finish line” kapag alerto at mabuti ang pakiramdam ng bata.
- ✓ Huwag sumuko. Hindi porke't hindi pa handa ang bata para sa pagkain o likido ngayon, hindi na ibig sabihin na hindi sila magiging handa katagalan. Sumubok nang sumubok.