

# Pautas generales a domicilio para pacientes con TCA

## Normas durante las comidas



Comer acompañado/a de la familia procurando un clima distendido.



La comida será servida por la persona que habitualmente lo hace.



El menú diario será el mismo para toda la familia, con las cantidades adecuadas y no estará permitido trocear la comida.



La duración aproximada de cada plato será de 15-20', pasado este tiempo se retira. La duración máxima de la comida principal será de 45'.



Evitar que entre a la cocina y escoja el menú. Hacer reposo después de las comidas principales.

## Estructura de las comidas

- Desayuno: leche con tostadas, cereales o galletas y zumo o pieza de fruta.
- Media mañana: bocadillo y agua/zumo.
- Comida: primer plato, segundo plato, postres (fruta o derivados lácteos), agua y pan.
- Merienda: variada (leche, yogur, fruta, frutos secos, bocadillo...)
- Cena: primer plato, segundo plato, postres (fruta o derivados lácteos), agua y pan.
- Resopón: si se indica.



## Comportamiento en la mesa:

- No utilizar móvil, tablet... durante las comidas.
- No levantarse de la silla.
- No hablar de comida.
- Evitar discutir o reñir.



## ¡Importante!

No están permitidos los alimentos de dieta. Asegurar la ingesta hídrica. El ejercicio físico y la composición de las comidas será pactado con los profesionales.

