

Pautes generals a domicili per a pacients amb TCA

Normes durant els àpats



Menjar acompanyat/da de la família procurant un clima distès.



El menjar serà servit per la persona que habitualment ho fa.



El menú diari serà el mateix per tota la família, amb les quantitats adequades i no estarà permès esmicular el menjar.



La durada aproximada de cada plat serà de 15-20' i passat aquest temps es retira. La durada màxima de l'àpat principal serà de 45'.



Evitar que entri a la cuina i triï el menú. Fer repòs després dels àpats principals.

Estructura dels àpats:

- Esmorzar: llet amb torrades, cereals o galetes i suc o peça de fruita.
- Mig matí: entrepà i aigua/suc.
- Dinar: primer plat, segon plat, postres (fruita o derivats làctics), aigua i pa.
- Berenar: variat (llet, iogurts, fruita, fruits secs, entrepà...)
- Sopar: primer plat, segon plat, postres (fruita o derivats làctics), aigua i pa.
- Ressopó: si s'indica.



Comportament a taula:

- No utilitzar mòbil, tablet, ... durant l'àpat.
- No aixecar-se de la cadira.
- No parlar de menjar.
- Evitar discutir o renyar.



Important!

- No estan permesos els aliments de dieta.
- Assegurar la ingesta hídrica.
- L'exercici físic i la composició dels àpats serà pactat amb els professionals.

