



Información para estudiantes y tutores sobre dietas especiales y comidas adaptadas en la escuela y jardín de infancia/guardería

En los municipios de Dalarna, queremos crear comidas sanas y seguras de buena calidad para los niños y los estudiantes que son nuestros comensales. Todos los municipios de Dalarna, en colaboración con la Region Dalarna, han desarrollado directrices comunes para dietas especiales y comidas adaptadas. En este material, describimos cuales dietas especiales y adaptaciones que se ofrecen y las condiciones para las mismas.

Las solicitudes para dietas especiales o comidas adaptadas deben ser firmadas por usted como tutor o por el estudiante adulto y enviadas con antelación antes del semestre de otoño de cada año. En caso de cambio durante el año académico, la solicitud deberá actualizarse inmediatamente.

La necesidad de una dieta especial debido a alergias alimentarias y otras enfermedades y síntomas relacionados con los alimentos, deberá también ser certificada por un médico o dietista, con ciertas excepciones (ver la información siguiente). La necesidad de comidas adaptadas debido a una discapacidad neuropsiquiátrica o similar deberá ser certificada sea por el grupo de salud estudiantil de la escuela, el director del jardín de infancia/guardería, el médico o el dietista. Los certificados nos ayudan a asegurarnos de que tenemos la información correcta sobre sus necesidades o las de su hijo.

Dietas especiales debido a alergias alimentarias o síntomas relacionados con los alimentos

Alergia

Si usted/su hijo necesita una dieta especial debido a alergias a leche, huevos, soja, pescado, nueces, cacahuets u otros alérgenos en los alimentos, debe presentar un certificado de alergia del médico o dietista tratante. El certificado debe presentarse a más tardar un mes después de haber comenzado a servir la dieta especial. El certificado debe indicar a qué usted/su hijo es alérgico y para cuánto tiempo es válido el certificado. Muchas alergias desaparecen durante la infancia y, por lo tanto, el médico responsable debe realizar un seguimiento regular del niño para que no se excluyan alimentos innecesariamente. Cuando el certificado ya no sea válido, debe presentar un nuevo certificado del médico o dietista tratante para que usted/su hijo reciba una dieta especial.

Si usted/su hijo tiene una alergia grave, debe hablar específicamente con el grupo de salud estudiantil de la escuela o con el director del jardín de infancia/guardería sobre qué hacer en caso de una eventual reacción alérgica.

Reacciones cruzadas en la alergia al polen

Dado que las reacciones cruzadas a manzana, fruta de hueso y zanahorias en la alergia al polen a menudo causan problemas leves, es suficiente que los alimentos en forma cruda se excluyan de la dieta. Si usted/su hijo necesita excluir estos en forma cruda, debe escribir esto en la solicitud, pero no se requiere ningún certificado de un médico o dietista. Sin embargo, si estos alimentos deben excluirse en forma preparada, esto debe ser certificado por un médico o dietista.

Sensibilidad a los alimentos rojos

Los niños en edad preescolar a veces pueden tener problemas con los alimentos rojos, como por ejemplo las fresas y los tomates. Los problemas surgen siempre de los alimentos crudos, nunca de los preparados. Estos problemas no se deben a alergias y no son peligrosos. Si su hijo necesita evitar ciertos alimentos rojos crudos, debe presentar una solicitud para una dieta especial en la que escriba qué alimentos deben evitarse, pero no se requiere ningún certificado de un médico o dietista. Sin embargo, para que su hijo reciba una dieta especial sin alimentos rojos preparados, se requiere un certificado de un médico o dietista.

Intolerancia a lactosa

Los síntomas de la intolerancia a lactosa pueden ser desagradables, pero no peligrosos. La mayoría de las personas intolerantes a lactosa pueden ingerir una pequeña cantidad de lactosa. La mayoría de los platos contienen una cantidad baja de lactosa, que la mayoría de las personas con intolerancia a lactosa pueden tolerar, pero los platos que contienen mucha leche, como tortitas, papilla de arroz, lasaña, patatas gratinadas y sopas, pueden contener demasiada lactosa. La intolerancia a lactosa en niños en edad preescolar es poco común en Suecia y cualquier problema con el estómago debe ser investigado por un médico. Por lo tanto, debe presentar un certificado de un médico o dietista para que su hijo reciba una dieta sin lactosa en el jardín de infancia/guardería. Sin embargo, si usted/su hijo va a la escuela, no se requiere ningún certificado de un médico o dietista para recibir una dieta sin lactosa.

Enfermedad celíaca

Se ofrece una dieta sin gluten si usted/su hijo padece la enfermedad celíaca. La enfermedad celíaca es una enfermedad de por vida en la que el tratamiento consiste en una dieta libre de proteínas de gluten. Debe presentar un certificado del médico o dietista tratante, que indique que usted/su hijo padece la enfermedad celíaca para que usted/su hijo reciba una dieta sin gluten.

Excluir el gluten de la dieta por propia iniciativa debido a problemas estomacales puede significar que no se descubra la causa real de los problemas estomacales. Por lo tanto, no ofrecemos dietas especiales sin gluten si la necesidad no puede ser certificada por un médico o dietista.

SII

Si usted/su hijo necesita una dieta especial debido al síndrome del intestino irritable (SII) u otra enfermedad gastrointestinal, debe presentar un certificado del médico o dietista tratante. El certificado debe indicar qué alimentos deben excluirse de la dieta y por cuánto tiempo es válido. Cuando el certificado ya no es válido, se debe presentar un nuevo certificado del médico o dietista tratante para recibir una dieta especial.

Otras razones para dietas especiales

Si usted/su hijo necesita una dieta especial debido a otras enfermedades, como la diabetes, deben presentar un certificado del médico o dietista tratante. El certificado debe contener información relevante y debe indicarse por cuánto tiempo es válido. Cuando el certificado ya no es válido, se debe presentar un nuevo certificado para recibir una dieta especial.

Comidas adaptadas

Comidas adaptadas a necesidades

Si usted/su hijo necesita comidas adaptadas debido a discapacidades físicas, sensoriales, cognitivas o del desarrollo, por ejemplo, discapacidad neuropsiquiátrica (DNP) o trastorno alimentario, usted/su hijo puede recibir comidas adaptadas a sus necesidades. Para recibir una comida adaptada a las necesidades, debe ser certificada la necesidad por el director del jardín de infancia/guardería, el grupo de salud estudiantil de la escuela o por el médico o dietista tratante.

En el jardín de infancia/guardería se hace siempre una adaptación individual de las comidas para el niño. Para los estudiantes de la escuela con una comida adaptada a sus necesidades debido a DNP, la mayoría de las escuelas ofrecen inicialmente un menú fijo de 5 días con platos alternativos. Además de este menú de 5 días, el estudiante con una comida personalizada es también siempre bienvenido a comer la comida que se ofrece en la porción regular. Si usted/su hijo necesita una mayor adaptación del almuerzo, del desayuno o de las meriendas, puede hacerse consultando con usted y/o su hijo, el grupo de salud estudiantil de la escuela y la persona a cargo en la cocina. El grupo de salud estudiantil o el director del jardín de infancia/guardería ayudan también si usted/su hijo necesita ayuda con la adaptación del entorno donde usted/su hijo come.

Comidas adaptadas por motivos religiosos

Si usted/su hijo necesita excluir ciertos alimentos por razones relacionadas con cualquiera de las cinco religiones del mundo: cristianismo, judaísmo, islamismo, budismo e hinduismo, se ofrecen comidas adaptadas. El plato adaptado puede ser un plato vegetariano.

Comida vegetariana

Si usted/su hijo opta por excluir los alimentos de origen animal, se ofrece comida vegetariana. Cuando lo solicita, queda claro qué tipos de comida vegetariana se ofrecen.