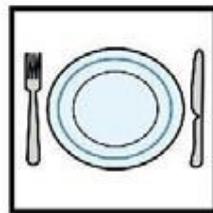


PROGRAMACIÓN DEL SERVICIO DE COMEDOR ESCOLAR

CURSO 2023-2024

COMEDOR



ESCOLAR





ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	2
2. OBJETIVOS.	3
3. CALENDARIO Y HORARIO.	4
4. DERECHOS Y DEBERES DEL ALUMNADO USUARIO DELSERVICIO	5
5. METODOLOGÍA.....	6
6. ESPACIOS DESTINADOS A COMEDOR ESCOLAR.....	7
7. ORGANIZACIÓN DEL COMEDOR	7
8. ORGANIZACIÓN DEL SERVICIO.....	8
a. Funcionamiento del comedor escolar	8
b. Confección de menús:.....	10
c. Medicación en el período de comedor:.....	10
d. Dietas especiales:	10
e. Personal del servicio de comedor:.....	11
9. EVALUACION DEL FUNCIONAMIENTO DEL COMEDOR	12
10. BASES PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA:.....	13
11. ALIMENTACIÓN EN ALUMNOS CON N.E.E.	14

NOTA: Todas las referencias para las que en este documento se utiliza la forma de masculino genérico, deben entenderse aplicables, indistintamente, a mujeres y a hombres.

1. INTRODUCCIÓN.

El actual Decreto 138/2012, de 11/10/2012, por el que se regula la organización y funcionamiento del servicio de comedor escolar de los centros docentes públicos de enseñanza no universitaria dependientes de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha (DOCM de 16 de octubre) indica que en la PGA habrá que incluir el Plan Anual del Servicio del Comedor. Dicho Plan será elaborado por el Equipo Directivo, aprobado por el Consejo Escolar y coordinadas sus actividades por el Encargado del servicio de comedor. La Comisión del Servicio de Comedor será la encargada de hacer el seguimiento del Plan Anual de Comedor escolar.

El comedor en nuestro centro, cuenta con un verdadero enfoque multidisciplinar, que aborda este ámbito de la dimensión humana tan básico como esencial, que es el de la alimentación.

Durante el primer turno de comedor donde están presentes los docentes, estamos entendiendo el mismo como una actividad educativa en la que se desarrolla nuestra función docente para la consecución de objetivos cuantificables y evaluables. Por ello, queremos contribuir a la formación de los alumnos durante la rutina del comedor escolar, considerándolo como otro espacio más donde los niños conviven y aprenden dentro de un contexto distendido. Esta faceta es una de las que más problemas y ansiedad representan para las familias con niños y niñas gravemente afectados, con manías alimenticias y fobias concretas, con malos hábitos y dificultades de deglución y dentición, que requiere de un trabajo coordinado y sistemático de personal cualificado en el centro.

Todo este trabajo, no se puede llevar a cabo de la misma manera en el segundo turno de comedor, ya que se dispone de mucho menos personal de atención al alumnado.

El servicio de comedor escolar se inserta en el ámbito educativo, aspecto que necesariamente debe ser tenido en cuenta, para ser aprovechado y potenciado. Como apunta la Organización Mundial de la Salud (OMS), el centro educativo es un espacio significativo para la adquisición de conocimientos teóricos y prácticos sobre salud y nutrición por la cantidad de tiempo que permanecen los niños en él y puede convertirse en uno de los pilares básicos en la prevención de la obesidad, incidiendo sobre la modificación de los hábitos alimentarios inadecuados que están instalándose en la sociedad actual.

La escuela cuenta con espacios e instrumentos que pueden contribuir al conocimiento de los alimentos y al establecimiento de comportamientos alimentarios que permitan un estilo de vida saludable. Por un lado, el aula, espacio destinado a la adquisición de conocimientos y actitudes. Por otro lado, el comedor escolar, como un espacio idóneo de aplicación e implicación en el proceso de educación nutricional de niños y adolescentes, y su importancia es grande porque afecta al establecimiento de hábitos alimenticios y al estado nutricional, al constituir una parte importante de la dieta diaria que se repite cinco días a la semana, durante muchas semanas al año. La higiene es otro hábito estrechamente ligado con la alimentación. Debemos tener presente el antes y después de comer como una rutina, tanto a nivel personal como de los alimentos, los utensilios, productos de consumo, etc.

El alumnado tiene derecho a recibir una alimentación de calidad y además a recibir en este tiempo una formación integral a través de actividades educativas que le formen en aspectos

relacionados con los hábitos de alimentación, los hábitos sociales y los hábitos de vida saludables, todo ello en un adecuado clima de respeto y convivencia.

2. OBJETIVOS.

El objetivo básico del servicio de comedor, atendiendo a su carácter social y educativo, es cubrir las necesidades nutricionales de los alumnos y la adquisición de hábitos sociales, alimentarios, de higiene y de salud en el marco de la convivencia ordinaria en el centro; promoviendo la adaptación del alumnado a la diversidad de los menús y las habilidades sociales implícitas en el acto de comer, que incluyen la cortesía, la tolerancia, la solidaridad y la educación por la convivencia.

El comedor escolar, como servicio educativo complementario a la enseñanza, así como todas las actividades relativas a la alimentación realizadas en el centro, deberán atender a los siguientes objetivos generales:

Educación para la salud, higiene y alimentación:

- Desarrollar y reforzar la adquisición de hábitos alimentarios saludables, normas de comportamiento y correcto uso y conservación de los útiles del comedor.
- Fomentar y desarrollar hábitos personales de higiene.

Educación para la responsabilidad:

- Hacer partícipe al alumnado, en función de su edad y nivel educativo, en las tareas, intervenciones y proyectos que se desarrollen en el comedor.

Educación para el ocio:

- Planificando en el segundo turno de comedor, actividades de ocio y tiempo libre que contribuyan al desarrollo de la personalidad y al fomento de hábitos sociales y culturales.

Educación para la convivencia:

- Fomentar el compañerismo y las actitudes de respeto, educación y tolerancia entre los miembros de la comunidad escolar, en un ambiente emocional y social adecuado.

Los objetivos específicos que se plantean en el desarrollo de la rutina del comedor escolar y las citadas actividades relativas a la alimentación en el centro son los siguientes:

1. Favorecer la adquisición de hábitos saludables de higiene, tanto personal como postural.
2. Mantener en el comedor un ambiente tranquilo, agradable y de respeto mutuo.
3. Destacar el valor emocional del acto de la comida (uso adecuado de la misma).
4. Ofrecer una adecuada alimentación a los alumnos.
5. Comprender y utilizar las normas básicas de comportamiento en la mesa y el comedor.
6. Conocer y utilizar correctamente, en la medida de sus posibilidades, cualquier utensilio necesario para la alimentación.
7. Fomentar actitudes de ayuda y colaboración entre los compañeros, prestando especial atención a los más pequeños y en las labores de puesta y recogida del servicio.



8. Conocer y valorar los alimentos necesarios para una dieta equilibrada.
9. Mantener el hábito de lavarse las manos antes y después de comer.
10. Adquirir el hábito de lavarse los dientes después de comer.
11. Concienciarse sobre la importancia de mantener los espacios del centro donde se realizan las actividades alimenticias limpios y ordenados con la finalidad de crear un ambiente agradable para comer.
12. Masticar bien los alimentos, sin comer rápido.
13. Facilitar una correcta masticación y deglución en la medida de las posibilidades de cada alumno, con el fin de adquirir unos correctos hábitos de alimentación oral y evitar posibles atragantamientos.
14. Colaborar y respetar al personal encargado de su funcionamiento, valorando un adecuado clima de convivencia.
15. Favorecer la continuidad de los aprendizajes adquiridos en el comedor en el entorno familiar, mediante una coordinación adecuada con la familia a través de la acción tutorial.

3. CALENDARIO Y HORARIO.

La prestación del servicio del comedor escolar se realizará como norma general desde el mes de septiembre al mes de junio, durante los días lectivos del curso escolar, de acuerdo al calendario escolar del curso 2023-2024.

Calendario Escolar
Curso 2023/24

Castilla-La Mancha
www.educa.jccm.es

Inicio / Fin de clases

- Escuelas infantiles autonómicas
- 2º Ciclo Infantil, Primaria, E. Especial, Educación Secundaria, Bachillerato, FP de Grado Básico, FP Grado Medio y Superior y Programas Específicos de FP, Enseñanzas Profesionales de Artes Plásticas y Diseño, Enseñanzas Artísticas Superiores, Enseñanzas Deportivas.
- Cursos de Especialización de FP.
- Formación Profesional a Distancia.
- E. Elementales y Profesionales de Música y Danza.
- E. Personas Adultas.
- Idiomas.

Los horarios del comedor escolar quedan establecidos de la siguiente forma para la atención del alumnado:

- De octubre a mayo, se lleva a cabo desde las 13:30 horas a las 15:30 horas en dos turnos, el primero de 13:30h. a 14:30h., y el segundo de 14:30h. a 15:30h.
- En los meses de junio y septiembre se adelanta el periodo de comedor para adaptarse al horario lectivo; por lo tanto, será de 12:45 horas a las 14:30 horas, siendo el primer turno de 12:45h. a 13:30h. y el segundo turno de 13:30h. a 14:30h.

La salida de los alumnos/as del comedor, se empezará a realizar desde las 15:15 (14:15 en junio y septiembre). Desde el comedor, los alumnos/as son trasladados a las rutas o entregados a los padres o madres por los ATEs.

Excepcionalmente siempre y cuando venga pautado por prescripción médica (hora y alimentación) se podrá atender al alumno en un turno especial. Se podrá modificar el turno en el que comen los alumnos/as de manera excepcional.

La organización del tiempo y espacio de comedor se concretará en la tabla de tareas que se realiza en coordinación con los Ates, educador/a y encargado del comedor.

4. DERECHOS Y DEBERES DEL ALUMNADO USUARIO DEL SERVICIO

El alumnado usuario del servicio de comedor escolar tiene derecho a:

- Recibir una dieta equilibrada y saludable.
- Recibir orientaciones en materia de educación para la higiene y la salud y de adquisición de hábitos alimenticios y sociales.
- Participar en las actividades educativas programadas.
- Recibir, si procede, las ayudas asistenciales para la prestación del servicio, de acuerdo con la normativa vigente.
- Recibir información MENSUAL del plan de comidas (MENÚ).

El alumnado usuario del servicio de comedor escolar está obligado a:

- Aceptar y respetar el presente proyecto educativo del comedor
- Observar un comportamiento adecuado según las normas de convivencia (lavarse las manos antes de entrar al comedor, pedir permiso al encargado del comedor para ir al baño, no gritar, mantener un tono de voz suave y agradable, no pelear ni lanzar objetos a los compañeros).
- Aceptar el momento de la comida como un aspecto de su aprendizaje en la medida de sus posibilidades.
- Respetar al personal que presta el servicio y cumplir sus orientaciones.
- Mostrar respeto y consideración hacia el resto del alumnado usuario.
- Respetar las instalaciones y utilizar adecuadamente el mobiliario y el menaje.

5. METODOLOGÍA.

El tiempo dedicado al Comedor Escolar no supone una interrupción del currículo escolar, es un momento adecuado para interiorizar normas de comportamiento social, para la adquisición de destrezas en el manejo de utensilios de comida, para el fomento de hábitos de higiene personal y postural, de limpieza de los espacios y para el refuerzo de temas transversales.

Características Metodológicas:

- a) Creación de un ambiente relajado pero activo, en el que la motivación y el estímulo actúen como pilares para la integración social y el fortalecimiento de la autoestima.
- b) El diálogo, la libertad y responsabilidad deben imperar en las relaciones de convivencia.
- c) En la comida se fomentará la cordialidad, la colaboración, la corrección y la higiene.
- d) Además de los objetivos y contenidos que se trabajan de manera directa, potenciamos el refuerzo de valores y de una educación integral, basada en el respeto y en el desarrollo de las diferentes inteligencias buscando una adquisición significativa de los aprendizajes, tanto dentro como fuera del comedor.
- e) Utilizaremos diferentes estrategias metodológicas, siempre en función de las habilidades que queremos transmitir y trabajar y de cada alumno, siendo éstas abiertas y flexibles, permitiendo la adaptación de información y de contenidos a las características de nuestro alumnado, como por ejemplo:
 - **Encadenamiento hacia atrás**, como estrategia de aprendizaje. Esta técnica consiste en realizar una tarea con el niño en la que se le ofrece toda la ayuda y en la que se establecen pasos sencillos para su realización; en los últimos pasos, y de manera progresiva, se le va retirando la ayuda.
 - **Moldeamiento por aproximaciones sucesivas**. Esta técnica se basa en la modificación progresiva de una respuesta existente en el repertorio conductual del alumno. Al reforzar de forma selectiva conductas cada vez más parecidas a la que se pretende establecer, estas se fortalecen mientras que las que son menos precisas tienden a extinguirse a causa de la falta de contingencia con refuerzos.
 - **Modelado**. Esta técnica consiste en el aprendizaje a través de la observación de la conducta de otros.
 - **Instrucciones verbales y guía física**. Mediante esta técnica el profesional mueve las manos del alumno para guiarle en una tarea que quiere que adquiera, por ejemplo el manejo de cuchara.

Todo este trabajo se llevará a cabo principalmente en el primer turno de comedor.

6. ESPACIOS DESTINADOS A COMEDOR ESCOLAR

Existen dos espacios en el centro destinados a comedor escolar:

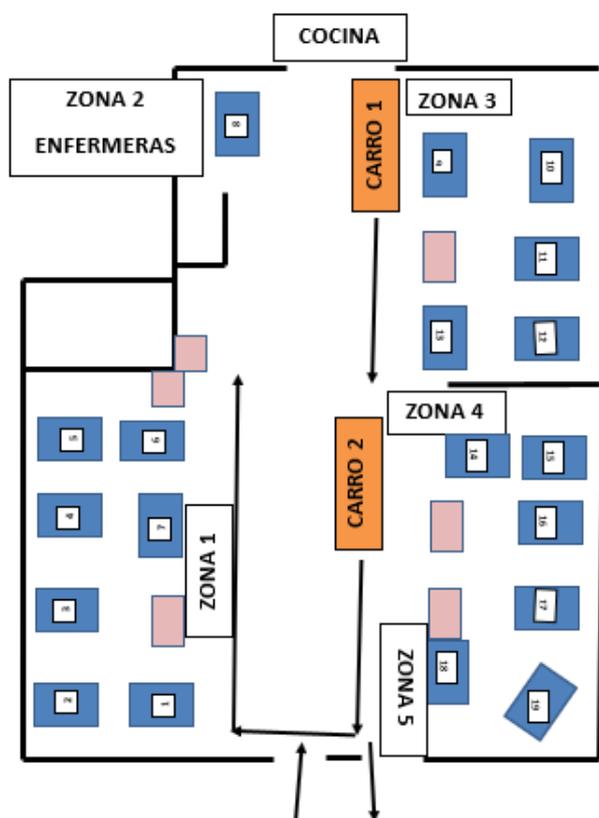
- El comedor principal, que acoge al alumnado que presenta menor grado de autonomía y precisa de control de conductas disruptivas de una manera más individualizada con el Plan Individualizado de Alimentación (P.I.A.).
- El comedor de mayores, que está dirigido para el alumnado con mayor grado de autonomía y que requiere una mínima supervisión o vigilancia.

La distribución de los alumnos será realizada por el equipo directivo al inicio del curso escolar y estará sujeto a modificaciones durante el mismo en función de las necesidades del centro, así como de las necesidades y características del alumnado. Los alumnos que han comido en el primer turno se dividirán en diferentes espacios (gimnasio, sala polivalente y pistas).

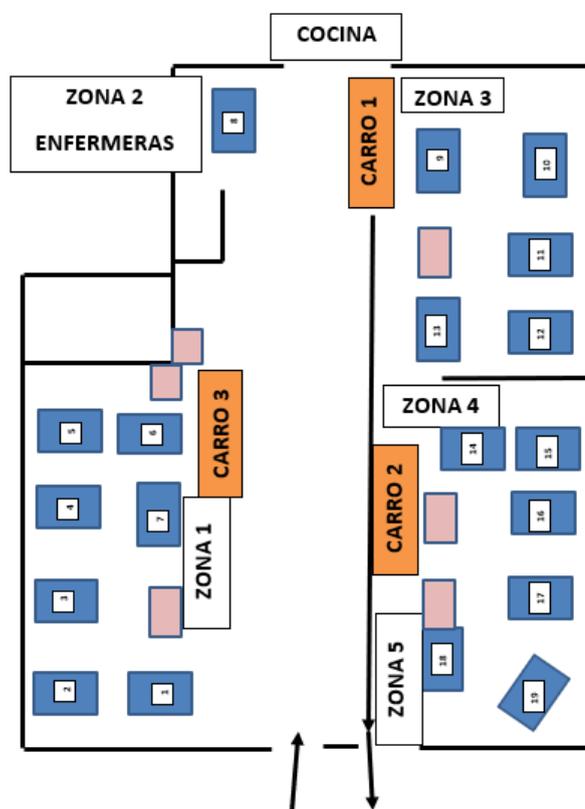
7. ORGANIZACIÓN DEL COMEDOR

COMEDOR PRINCIPAL

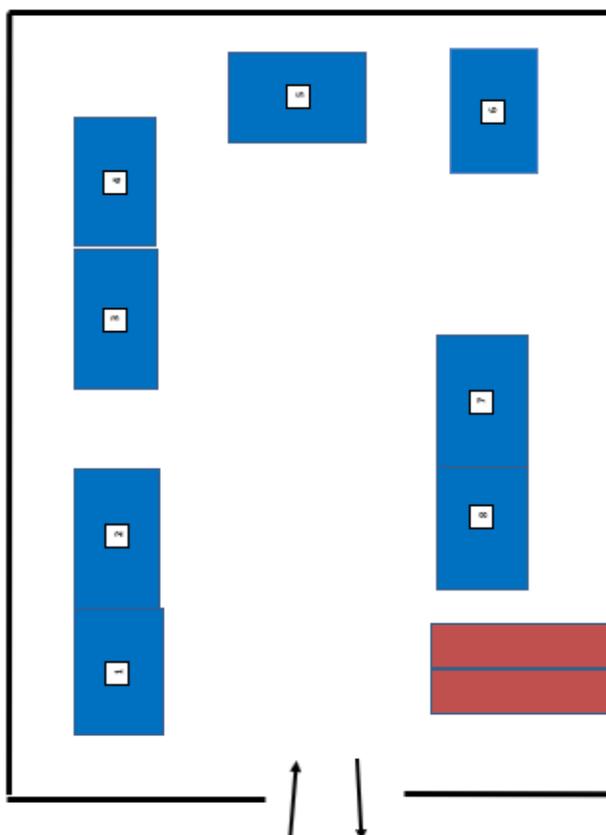
TURNO 1



TURNO 2



COMEDOR MAYORES



8. ORGANIZACIÓN DEL SERVICIO.

a. Funcionamiento del comedor escolar

En cada zona, hay instalada una mesa multiusos dividida en dos partes, una zona limpia donde se dejarán cubiertos, vasos, baberos, servilletas... y una zona sucia donde el personal encargado de los alumnos debe ir dejando la vajilla sucia. No debe quedar vajilla en el resto de mesas. La mesa multiusos debe ser el nexo de unión entre el personal de PLSD y el personal encargado del alumno. Si en el momento de dejar la vajilla sucia, el carro está situado en nuestra zona, también puede dejarse en él. Por necesidad de mantener las mejores condiciones de higiene, es necesario que las toallitas, el papel y los guantes que utilizemos con los alumnos no se queden en los platos y se tiren directamente a las papeleras.

En la puerta del comedor están ubicadas las perchas señalizadas por aulas. Se pondrá nombre en cada percha para que los alumnos dejen mochilas o abrigos. Se pueden utilizar bolsas de rafia con el nombre de cada uno anotado para una mejor organización de todo el material que traiga el alumno a comedor.

Para un mejor funcionamiento de comedor, durante el primer turno, cuando un alumno no ha comido o ha comido poco, el tutor debe comunicarlo directamente en la agenda. En el caso de no ser posible, el tutor debe comunicárselo al Jefe de Residencia que informará a las familias

a través del CORREO y EDUCAMOS CLM.

Cada zona de comedor tiene un corcho con la información de comedor más importante y un revistero, donde están los Programas de Alimentación de los alumnos de su zona y el libro de incidencias. Estos documentos son:

- **P.I.A. (Programas Individuales de Alimentación):** Estarán disponibles en papel actualizados y es imprescindible su consulta previamente a la atención del alumno, ya que se revisan de forma constante y puede haber cambios durante el curso. Estos programas van a estar a disposición de todo el claustro dentro de la plataforma TEAMS para que se pueda realizar cualquier variación o anotación que se crea conveniente. El objetivo principal es que el trabajo que se realiza en comedor, sea una continuación del trabajo que se realiza en el aula, independientemente de la persona que en ese momento le toque dar de comer al alumno.

El tutor es el responsable de completar los P.I.A. (TEAMS) que consta de los siguientes apartados:

- **FOTO:** Actualizada.
- **FECHA DE NACIMIENTO.**
- **OBJETIVOS A TRABAJAR:** El tutor establecerá los objetivos que deben ser trabajados durante el horario de comedor. Pueden ser de tipo actitudinal.
- **PROPUESTA DE INTERVENCIÓN:** Con cada objetivo se propondrán indicaciones de cómo poder llevarlo a cabo.
- **CONDUCTAS LLAMATIVAS QUE PUEDEN INTERFERIR EN LA ALIMENTACIÓN Y LA RELACIÓN CON OTROS COMPAÑEROS: ...).**
- **MENÚ:**
 - En la parte de la izquierda aparecen las raciones. Al lado se pone aquella información que pueda ser de interés directamente relacionada con el menú. Tipo de troceado, mezcla primero y segundo, modificar alguna ración, ...).
 - En la parte de la derecha (OBSERVACIONES) es necesario completar los apartados:
 - COMUNICACIÓN: manera en que el alumno consigue comunicarse contigo.
 - AUTONOMÍA/UTENSILIOS: Manejo de los mismos, ayuda que necesita, ...
 - LATERALIDAD: zurdo/diestro/ambidiestro
 - DEGLUCIÓN/MASTICACIÓN
 - POSICIÓN: mesa, silla de ruedas, silla adaptada, ...
 - ZONA/MESA: comedor principal zona 1, sala polivalente, comedor de mayores, ...
 - PERSONAS ENCARGADAS DEL ALUMNO DURANTE EL COMEDOR

Los PIA se irán actualizando a lo largo del curso. Los apartados relacionados con el plan de intervención con el alumno (objetivos y propuesta de intervención) solo se rellenará en el caso del alumnado de primer turno, en el que el tutor realiza el trabajo dentro del espacio de comedor. En el alumnado del segundo turno no se desarrollará un programa de intervención, ya que al estar fuera del horario lectivo, sin la presencia del personal docente en el centro, no es posible su desarrollo. En los PIA de este alumnado únicamente se detallarán aspectos imprescindibles y básicos para una alimentación adecuada y observaciones importantes a tener en cuenta de

tipo actitudinal o conductual.

Al final del curso se debe realizar una **evaluación** de los objetivos del programa que se colgará en TEAMS junto al PIA del alumno.

b. Confección de menús:

Los menús escolares han sido realizados por una empresa externa (Mediterránea). El menú es preparado todos los meses por el Jefe de Residencia mediante la coordinación con la encargada de servicios generales, el personal de cocina y el equipo de enfermería. Además, el menú es enviado todos los meses a la inspección de Sanidad. Dicha inspección nos manda correcciones y puntualizaciones que se van realizando en los menús. También se prepara el menú para desayunos, almuerzos, meriendas y cenas de los alumnos residentes.

Disponemos de un menú rotatorio de 12 semanas tanto para el comedor como para la Residencia (cenas). Se ha añadido una variante del menú rotatorio de 12 semanas en el que se han introducido platos estacionales, con el fin de adaptarnos a las necesidades de nuestros alumnos/as teniendo en cuenta que el clima condiciona que alimentos apetecen más o menos. Todo ello con la ayuda del personal mencionado anteriormente. Todos los valores nutricionales se han ido adaptando de acuerdo al recetario que nos entregó la empresa Mediterránea en el curso 2019-2020. El centro entregará a final de cada mes el menú escolar del mes siguiente a las familias a través de Educamos CLM, Webmail o la agenda escolar.

Las familias cuyo hijos o hijas que, por razones médicas o cuestiones religiosas, deban tener un menú especial o cuya restricción en algún tipo de alimentos deben comunicarlo, obligatoriamente antes de hacer uso del servicio, con justificante médico (si es el caso). También, se debe dejar constancia por escrito en el servicio de enfermería y secretaría. Cada mes, y en función del menú general, se elabora un menú de purés.

El servicio de enfermería asesora en la elaboración de los Programas Individuales de Alimentación elaborados por los tutores con la ayuda de los educadores y Auxiliares Técnicos educativos que intervienen en el entorno de comedor, para establecer qué tipo de menú o incluso qué tipo de alimentación, van a tener cada uno de los alumnos/as de nuestro centro. A los PIA pueden acceder a través de diferentes vías y además, se encuentran en papel en el mismo comedor.

c. Medicación en el período de comedor:

El alumnado que precise medicación en tiempo de comedor estará sujeto al mismo protocolo que se detalla en las NCOF del centro.

d. Dietas especiales:

Para atender al alumnado con intolerancias, alergias alimentarias y/o al látex en condiciones de seguridad, se fomentará la formación específica del personal docente, o del personal específico contratado, que participe en las tareas de atención y supervisión del alumnado en el servicio de comedor, para que puedan detectar, y así prevenir, posibles problemas de salud,

inmediatos y a largo plazo, ligados a la nutrición.

Todo el personal que atiende en el comedor debe haber realizado el curso de Manipulador de alimentos y control de alérgenos.

En el comedor escolar de nuestro centro y con el fin de dar la respuesta más adecuada al alumnado, disponemos además del menú escolar de carácter general, de menús totalmente adaptados a las características individuales del alumnado.

MENÚS ADAPTADOS	
TURMIX	Destinado a alumnos con problemas graves de deglución y a alumnado que por manías alimenticias se encuentra en proceso de tolerancia a alimentos más sólidos y con diversas texturas. También se incluye menú triturados de consistencia más líquida
HIPOCALÓRICO	Destinados a aquellos alumnos que por cuestión de sobrepeso o tendencia al mismo deben controlar la ingesta de calorías
SIN GLUTEN (CELIACO)	Destinada a aquellos alumnos que presentan intolerancia al gluten contenido en el trigo, cebada, avena y centeno.
SIN LACTOSA	Destinada a aquellos alumnos que presentan intolerancia a la lactosa.
RICA EN FIBRA	Destinada a aquellos alumnos que requieren tratamiento de ciertas condiciones gastrointestinales tales como diverticulosis, trastorno funcional de los intestinos, y estreñimiento crónico
ALERGIAS ALIMENTICIAS DE DIVERSO TIPO	Destinadas al alumnado que presenta diversos tipos de alergia alimenticia y que deben eliminar por completos determinados alimentos de su dieta.
DIETAS ESPECIALES RELIGIOSAS	Destinada a aquellos alumnos que por cuestión religiosa no ingieren en su dieta productos como el cerdo.
DIETAS ESPECIALES	Destinada a alumnos que por prescripción médica requieren una dieta especial para tratamientos de hemodiálisis, Sintrón, bajas en colesterol, sin sal...
OTRAS ADAPTACIONES	Destinada a alumnos que presentan un repertorio de comidas restringido como consecuencia directa de su discapacidad. Por ejemplo dietas de fácil masticación.

El Jefe de Residencia se encargará de poner en las mesas de comedor cuadro identificativo de los alumnos que presentan alergias e intolerancias.

e. Personal del servicio de comedor:

Nuestro centro de educación especial contará con el personal necesario para dar servicio al mismo.

- **Tutores:** El personal docente aprovechará este tiempo en el entorno natural de comedor, para trabajar hábitos de alimentación e higiene con su alumnado. Para organizar el trabajo docente dentro del comedor se podrán flexibilizar grupos.
- **Educadora:** Ayudará en el traslado de los alumnos/as a comedor. Se encargará de trabajar hábitos de alimentación e higiene con su alumnado. Uno de los educadores estará en el

comedor principal y otro se encargará del comedor de mayores. Se le asignará un grupo o una zona de referencia en la que trabajará durante todo el curso.

- **Auxiliar Técnico Educativo (ATE):** Ayudarán en el traslado de los alumnos/as a comedor y se encargarán de trabajar hábitos de alimentación e higiene con su alumnado siguiendo las indicaciones estipuladas en los PIA (Programas Individuales de Alimentación). Prestarán su ayuda, preferentemente y siempre que sea posible por organización a los grupos con los que han trabajado a lo largo de la mañana. Una vez que terminen de dar de comer al alumno con el que estén deben, prestar ayuda si algún otro alumno aún no ha comido o no ha terminado. Otras funciones asignadas durante el comedor son realizar cambios y/o vigilar en función del turno en el que se encuentren y la función que les haya sido asignada.
- **Personal de enfermería (DUE):** Se encarga de dar de comer a los alumnos/as que comen a través de sonda y atenderá las emergencias que puedan surgir. El comedor estará atendido por dos enfermeras, a excepción de junio y septiembre donde en el primer turno de comedor solo hay una enfermera.
- **Personal de Limpieza y Servicio Doméstico (PLSD):** pasará con el carro por delante de las diferentes zonas, para que las personas encargadas de los alumnos le señalen que plato quieren. Las PLSD emplatarán y los docentes, educadores o ATEs, son los encargados de coger los platos para ponérselos a sus alumnos

Las funciones principales de todo el personal son:

- Garantizar la alimentación del alumnado en función de sus necesidades alimenticias, prestando especial atención al alumnado con deglución atípica y alimentado a través de sondas.
- Desarrollar habilidades adaptativas de autonomía personal, salud e higiene personal y postural.
- Mantener un clima que favorezca en el alumnado el desarrollo de habilidades de autonomía personal en la alimentación.
- Atención especial y urgente al alumnado usuario del servicio en caso de emergencia.
- Colaborar al desarrollo de la Programación del servicio de comedor escolar.

9. EVALUACION DEL FUNCIONAMIENTO DEL COMEDOR

La dirección del centro establecerá los mecanismos de evaluación del servicio, utilizando para ello los cauces de representatividad del centro y los mecanismos personales puestos a su disposición. Por ello:

- Constituirá una comisión de comedor que revisará anualmente los aspectos mejorables de este programa.
- Velará por el cumplimiento de lo establecido en este proyecto, especialmente las responsabilidades del personal docente, enfermería, fisioterapia y ATEs.
- Desarrollará, al menos dos veces al año, campañas relativas a este servicio y su

desempeño, tales como uso adecuado del comedor, no desperdiciar comida, educación para la salud, alimentación saludable, etc.

- Solicitará a los distintos equipos de nivel del centro que se incluyan un apartado de propuestas de mejora para este servicio en el documento de memoria de cada curso escolar.

10. BASES PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA:

Es importante tener en cuenta que alimentar adecuadamente es algo más que proveer de alimentos suficientes para el crecimiento del cuerpo. En una alimentación adecuada intervienen además de una buena selección de alimentos, la situación socio-familiar, hábitos y costumbres (alimentarios, religiosos, etc), educación, nivel cultural, etc. Además, hay que añadir la adaptación al momento fisiológico del alumno, posibles situaciones especiales como preoperatorios, tratamientos con antibióticos, vacaciones estivales, periodos de mayor actividad física o psíquica, etc, que a veces han obligado a la modificación o suplementación de la dieta habitual. Algunos aspectos importantes a considerar son:

- El menú del comedor escolar debe aportar entre un 30 y un 35% de las necesidades energéticas diarias y debe ajustarse a las necesidades de micronutrientes esenciales.
- Al menos deben tener cinco comidas diarias. De ellas tres deben ser más fuertes y soportar la mayor parte de la energía y nutrientes. Las otras dos comidas (almuerzos en el centro y meriendas en casa) deben ser complementarias y en ellas se pueden aportar aquellos alimentos que requieren un mayor número de raciones diarias como son: la leche, la fruta y los cereales.
- Las familias conocerán el menú del comedor escolar donde se les da una propuesta de cena adecuada y equilibrada en función de la comida, lo que les permitirá hacer un menú compensador para la cena.
- La alimentación debe ser variada y se deben utilizar lo menos posible los dulces y la bollería industrial, evitando en la medida de lo posible salsas y fritos.



PROGRAMAS DESTINADOS AL FOMENTO DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE:

- Además, al inicio de curso se hace entrega a las familias de las **recomendaciones para los almuerzos** que traen los alumnos para comer a media mañana. Están basados en propuestas saludables, variadas y nutricionalmente ricas.
- Por otro lado, el centro se ha sumado al **Plan de Consumo de Frutas y leche en las Escuelas de Castilla La Mancha**, promovido por la Consejería de Educación, de modo que recibimos una ración de fruta/hortaliza para el almuerzo de los alumnos de forma puntual en diez entregas a lo largo del curso.
- El personal de enfermería lleva a cabo un **control del peso** de los alumnos, manteniendo en todo momento informadas a las familias de la evolución, marcando las pautas a seguir para mantener un peso equilibrado y derivando a su médico de cabecera o nutricionista, en caso de que se produzca una descompensación tanto de sobrepeso, como de infrapeso, que requiera de la adaptación de una dieta especial para cada caso.
- Por último, se debe insistir en que el comedor escolar puede y debe ser un marco donde los alumnos adquieran hábitos alimenticios y comprendan las normas para la buena práctica alimentaria durante toda la vida.

11. ALIMENTACIÓN EN ALUMNOS CON N.E.E.

ALGUNAS SITUACIONES COMUNES QUE SUELEN PRESENTARSE

- **Rechaza todos los alimentos sólidos.** Se proponen dos vías de actuación:
 - Comenzar presentando purés, de líquidos a espesos, y de manera progresiva. Después ir incluyendo alimentos "machacados" con el tenedor.
 - Introducir directamente pequeñas cantidades de alimentos sólidos de textura blanda.
- **Conducta de pica (ingerir sustancias no comestibles):**
 - Interrumpir la acción cuando se está produciendo.
 - La actuación abarca desde mostrar un pictograma de "prohibido comer" hasta mostrar la diferencia de aquello que es comestible a lo que no.
 - Se puede emplear el recurso de la bolsa de "basura", ya que de este modo identifican aquello que no se come con tirarlo a la basura.
- **Se levanta constantemente de la mesa:**
 - Es importante anotar el tiempo durante el cual el niño permanece sentado, ofreciéndole su comida favorita en diferentes cantidades.
 - Se presentaría la cantidad de comida necesaria para que él/ella sea capaz de terminar el plato en el tiempo que permanece sentado, premiándole verbalmente si se ha conseguido.
 - Si continúa levantándose: se retira el plato, recordándole que para comer debe permanecer sentado, y si no varía la conducta se retira el plato por completo y pasado un tiempo se vuelve a intentar.
- **Come de manera compulsiva, nunca se sacia.**



Para reducir esta conducta será necesario que el niño no tenga acceso a la comida; poner en el plato una cantidad más pequeña de la habitual; y enseñar al niño a comer más despacio, asegurándonos de que mastica la comida

➤ **No sabe manejar los cubiertos:**

- Situarse detrás del niño y guiarle físicamente con el cubierto.
- Cuando el niño acerque el cubierto a la boca, se retira la ayuda para que termine de llevarse la comida a la boca. Así progresivamente hasta que ya no sea necesaria la ayuda (encadenamiento hacia atrás).

TÁCTICAS ERRÓNEAS PARA ABORDAR LOS PROBLEMAS DE ALIMENTACIÓN.

Intentar “engañar” al niño escondiendo alimentos que rechaza junto con otras comidas.

Si el niño detecta que se le está tratando de “engañar” escondiendo el alimento podría llegar a desarrollar desconfianza y rechazo hacia alimentos que antes toleraba.

Presentar la misma comida una y otra vez en distintos momentos del día y en días sucesivos hasta que la acepte. Esto podría hacer que el niño se negara a comer por completo durante varios días. La única manera de evitar esta situación sería introduciendo de manera muy progresiva el nuevo alimento.

En cada comida presentar alimentos nuevos para tratar de descubrir cual podría aceptar.

Se debería elegir un alimento que sea similar en textura y sabor a los que el niño ya acepta y realizar una introducción progresiva

INTERVENCIÓN

Para intervenir, es necesario plantearse como algo **natural** para **no alterar el ritmo habitual del niño** y priorizando aquellos **objetivos** que queremos conseguir sin abordar varios al mismo tiempo. Algunos consejos a seguir son los siguientes:

- **Aplicar la intervención en una comida al día** y a medida que se consigan los objetivos ir generalizando al resto de momentos. Procurar ampliar dicha intervención a las familias para que la refuercen en casa.
- **Crear una rutina del momento de comer**, por ejemplo, hacerlo en el mismo lugar, hora y condiciones ambientales o que el final de la comida coincida con una situación que le guste al niño.
- **Poner en el plato comida simple y fácilmente identificable.**
- **Pactar un tiempo para comer**, retirando el plato sin enfadarse si no ha comido durante ese tiempo y no ofrecer nada después en varias ocasiones.
- **Evitar que coma y picotee antes de las comidas principales** y cumplir con los horarios de comida establecidos.



- **Ser constante con el plan**, actuando sin discutir con él/ella. La constancia es imprescindible y educar en hábitos de alimentación conlleva su tiempo.
- **No ofrecer otra cucharada hasta que se haya tragado la anterior**, motivándoles para que traguen sin prisa. De este modo, se evita conductas como el vómito o escupir.
- **Poner un alimento nuevo cada vez, junto con otro que les guste, cuando se decida incorporar alimentos nuevos**. Por ejemplo, se pueden presentar platos combinados (no mezclados) con raciones muy pequeñas.
- **Animarles a que ayuden a preparar la comida**. En caso de niños/as mayores dejarles que ayuden a planificar las comidas de la semana, a hacer la compra o a “echar una mano en la cocina” en sus casas.
- **Permitirles que haya un periodo de descanso antes de la comida** para evitar la fatiga o la sobreexcitación que dificultarían la ingesta.
- **Dejarles elegir alimentos entre varios propuestos por el adulto en el desayuno y en la merienda**. Por ejemplo, refrigerios variados. En las comidas principales NO se debe elegir al iniciar el programa de alimentación exceptuando el postre.
- **Los tiempos de comida deben ser momentos agradables y libres de ansiedad**, introduciendo poco a poco los cambios de los objetivos marcados.
- **El adulto debe ser directivo, pero siempre manteniendo una actitud de tranquilidad y confianza** para evitar un rechazo del niño hacia la comida.
- **Asegurar un entorno controlado y sin excesiva carga estimular**, sin mucho ruido. Para niños/as más inquietos/as, el mejor lugar es la esquina de una mesa donde, a un lado, tengan la pared y en la otra al adulto.
- **Emplear apoyos visuales y elaborar un “contrato”** con fotografías o dibujos, mostrándoles los distintos platos y la actividad posterior a la comida (motivadora), e ir tachando o girando cada dibujo de manera que puedan visualizar el premio en caso necesario.

ABORDAJE DE LAS DIFICULTADES MOTÓRICAS DE LA ALIMENTACIÓN.

Cualquier alteración que surja en las fases de la deglución se puede denominar disfagia. La disfagia se puede describir como un conjunto de síntomas, no se trata de una enfermedad. Es una alteración en la deglución en algún momento del recorrido del bolo alimenticio, desde que empieza el proceso en los labios hasta que acaba en el estómago.

Es más frecuente con los líquidos que con los sólidos, sobre todo en su comienzo, aunque también pueden aparecer dificultades para tragar la saliva.

En algunos casos repercute de manera importante en la vida cotidiana de las personas, y puede afectar a la seguridad al tragar alimentos y líquidos, y a la vez repercutir negativamente en la hidratación y la nutrición de las personas.

La detección precoz es muy importante, ya que la aplicación de pautas y el cambio de hábitos alimenticios pueden ayudar a solucionar el problema.

Por lo tanto, hay que estar atento a los cambios que puedan producirse en relación con la deglución.

Los siguientes signos y síntomas, que pueden presentarse tanto de forma leve como grave, pueden indicar la aparición de la disfagia:

- Negativa a comer o beber
- Fiebres de origen desconocido
- Bajada de peso
- Infecciones respiratorias constantes
- Babeo y poco control de los labios
- Residuos del alimento por la lengua o por la boca
- Carraspeo
- Tos antes, durante y después de la ingesta
- Taquicardias
- Dificultad respiratoria
- Dolor y molestia al tragar

Las posibles consecuencias que puede dejar la disfagia son:

- Bajada de peso y desnutrición
- Deshidratación
- Neumonías
- Miedo al atragantamiento
- Aumento de morbilidad y de mortalidad
- Aspiraciones hacia la vía aérea

DEGLUCIÓN ATÍPICA

Se trata de un mecanismo compensatorio que consiste en la realización de movimientos inadecuados de la lengua y/o de otras estructuras que participan del acto de deglutir, durante la fase oral de la deglución.

Las atipias de la deglución, consideradas como problemas específicos de esta función, pueden, realmente, resultar de varios otros problemas, por ejemplo:

- Alteraciones respiratorias (respiración oral).
- Cambio de los dientes
- Diferentes tipos de oclusión y de mordida
- Alteraciones esqueléticas
- Tono muscular y propiocepción
- Reducción del espacio interno
- Hábitos orales mantenidos por largo tiempo (por ejemplo, el hábito de succión de dedos o el uso del chupete)
- Edad, ya que la deglución se modifica a lo largo de la vida debido, entre otras cosas, al tamaño de la cavidad oral y a su relación con el crecimiento y desarrollo de la lengua.

Las características de atipia son consideradas tales cuando ocurren mientras el sujeto

deglute. Las más comunes son:

- Interposición lingual e interposición del labio inferior por una mala oclusión, por hipotonía o macroglosia como es el caso de los alumnos con Síndrome de Down.
- Contracción del mentón asociada a la interposición del labio inferior.
- Movimiento de cabeza, generalmente en extensión, para facilitar la deglución.
- Ruido en la deglución por falta de tono en el tercio proximal de la lengua.
- Residuos en la cavidad oral después de deglutir, principalmente por falta de tono en el músculo buccinador.

PARÁLISIS CEREBRAL Y OTRAS ALTERACIONES MOTORAS

Dificultades que tienen las personas con parálisis cerebral cuando comen:

Las alteraciones a nivel motor influyen en aspectos como falta de equilibrio estando sentados, falta de control de la boca, cabeza y cuerpo, excesiva rigidez/hipotonía en el cuerpo, falta de coordinación mano-ojo. Las características que tienen en la deglución son las siguientes:

- Posición inhabitual de la cabeza
- Deglución más lenta
- Menor fuerza muscular facial y musculatura de la masticación
- Reducción de la presión lingual y reflejo tusígeno débil
- Mayor número de movimientos con la lengua para realizar la deglución
- No controlan el bolo alimenticio

Por tanto, las dificultades funcionales de alimentación que se pueden observar en estos alumnos son:

- De succión
- Para coger autónomamente los alimentos
- Para adaptar los labios a la cuchara
- De movimiento de la lengua dentro de la boca para preparar el bolo alimenticio
- Para retener los alimentos y la saliva
- De masticación y de mezcla de los alimentos
- Para la ingesta de líquidos y sólidos

Otra dificultad con la que podemos encontrarnos en la alimentación del niño con parálisis cerebral es el reflujo gastroesofágico. Los síntomas que se encuentran con más frecuencia son infecciones respiratorias, regurgitación, vómitos, tos. Como consecuencias del reflujo gastroesofágico podemos encontrarnos con aspiraciones, que ocasionan numerosas neumonías. Si estos reflujos son significativos el riesgo se incrementa en aspiraciones de alimentos. La presencia de regurgitaciones mientras se realiza la deglución es un indicador a tener muy en cuenta para determinar que haya habido aspiración.

La consecuencia final de estas dificultades en la alimentación puede llegar a ser la malnutrición, que puede desembocar en la disminución de la fuerza muscular que afecta a la capacidad de poder toser, hasta el empeoramiento de las funciones cerebrales.

Qué ocurre si hay....

Extensión del cuello	<ul style="list-style-type: none"> • Los movimientos de la laringe aparecen limitados, el orificio de la tráquea puede no quedar bien cerrado y se producen aspiraciones (con neumonía) • La base de la lengua se deforma y se forman surcos por dónde van los líquidos directamente a la faringe. • Dificultad para unir las arcadas de dientes que influyen en los movimientos para conducir la comida hacia atrás.
Contracción del cuello	<ul style="list-style-type: none"> • Limitación de los movimientos de la mandíbula, mejillas y lengua que afectan a la mezcla del bolo alimenticio durante la masticación y a su transporte hacia la faringe
Apertura exagerada de la boca con protrusión de lengua	<ul style="list-style-type: none"> • La cuchara y los alimentos salen de la boca si han sido depositados en su entrada. • A veces puede tragar una pequeña parte mientras la otra es expulsada. • Si la cabeza se inclina hacia atrás los alimentos caen sin control y puede producir aspiraciones (con neumonía)
Falta de control de la parte de atrás de la lengua	<ul style="list-style-type: none"> • Disminuye la eficacia de la mezcla de alimentos durante la masticación • No se desprenden bien los alimentos que se quedan pegados al paladar • Impide el vaciado de saliva de la boca
Hipotonía de los labios	<ul style="list-style-type: none"> • No puede coger y arrastrar los alimentos de la cuchara o tenedor • Le cuesta sujetar el borde del vaso al beber • Habrá pérdida de alimentos semilíquidos cuando la lengua se mueva para llevar los alimentos hacia atrás con gran riesgo de aspiración y posterior neumonía
Hipotonía de las paredes de la faringe	<ul style="list-style-type: none"> • Hay dificultades para empezar a deglutir el bolo alimenticio y la faringe no se vacía totalmente cuando el alimento pasa por ella. • Pueden quedar restos de alimentos en las paredes de la laringe • Hay más posibilidades de infecciones microbianas.

El trabajo en alimentación debe ir dirigido a mejorar estas disfunciones.

RECOMENDACIONES GENERALES

- El momento de la comida debe ser tranquilo y placentero y se le debe dedicar el tiempo necesario.
- Hay que transmitir esta tranquilidad al alumno para que esté relajado.
- Si no estamos seguros de la mejor forma para afrontar esta tarea, pedir información al maestro de AL, enfermera y a la fisioterapeuta.
- Hay que anticipar al alumno de todos los pasos que vamos a realizar con él.
- Evitar hablar durante la comida para disminuir el riesgo de atragantamiento.
- Evitar las prisas durante la comida para disminuir el riesgo de aspiración y atragantamiento.
- Limitar la cantidad de comida a un bocado cada vez.
- Evitar la mezcla de alimentos con diferentes texturas con el objetivo de conseguir una



ingesta segura y eficaz.

- Mantener una buena HIGIENE BUCAL para evitar infecciones.
- No utilizar jeringas o pajitas para alimentar al paciente.
- Si el paciente necesita ser alimentado, para realizarlo HAY QUE COLOCARSE FRENTE A ÉL a su misma altura.
- Tras la comida, asegurarse que no quedan restos de alimentos en la boca y realizar una buena higiene de la cavidad oral.
- Después de comer, es aconsejable sentarse en una posición recta durante 30-45 min. Por lo que debe evitarse la siesta o acostarse inmediatamente después de comer.

POSTURAS Y APOYOS QUE FACILITAN

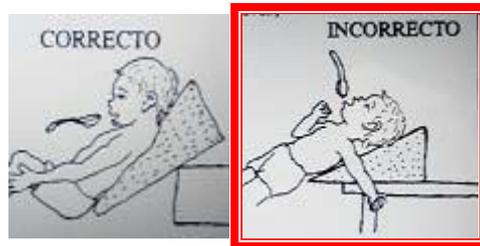
EN LA ACCIÓN DE COMER

- Las porciones de comida en el cubierto deben ser pequeñas.
- No dar de comer nunca al alumno si está dormido o tiene tendencia a la somnolencia.
- Deben beneficiarse de la modificación en las texturas de los alimentos (semisólidos o triturados). Existen diferentes tipos de texturas, de mayor a menor dificultad: líquido fino, néctar, miel y pudding.



- El alumno debe estar bien sentado, procurando que hombros y caderas estén alineados en el respaldo de la silla.
- Es recomendado que la espalda tenga una ligera inclinación, con la cabeza colocada de manera que esté alineada con la columna. Los niños que tienen parálisis cerebral infantil en un grado más elevado es difícil que mantengan la postura que se ha mencionado anteriormente de manera autónoma, por lo que es necesario utilizar determinadas ayudas técnicas para poder mantenerse en la postura idónea.
- Cuando sea posible, se ha de acercar al alumno a la mesa. Con los brazos apoyados en ella se evitan malas posturas y mejora la coordinación mano-ojo-boca.
- Los pies deben estar bien apoyados para mejorar el control sobre su propio cuerpo y que tenga más equilibrio.
- Para que controle más su postura se pueden poner en la mesa pivotes o agarraderas, o sugerirle que sujete el plato. Colocarle la mano por encima del hombro le ayudará a relajarse y a tener una postura más normalizada.

- La alimentación del niño no se puede realizar llevando la cabeza hacia atrás.
En caso de que el niño presente hiperextensión de cuello, no realizar resistencia directa en la

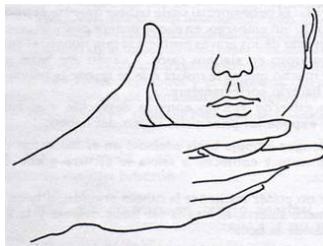


cabeza porque provoca un aumento del tono extensor; es mejor colocarse al lado o atrás para controlar el cuello con el pecho, hombro o antebrazo.

- El encargado de la alimentación no debe ponerse en un nivel superior al alumno, ni ponerle una mano en la frente.
- La comida al alumno siempre le debe llegar de frente y desde abajo, para que él pueda hacer un seguimiento visual de la misma. Con ello, también se favorece la flexión de la cabeza, se facilita la relajación y se coloca la laringe en posición adecuada.
- La comida debe ser depositada con la cuchara en la parte media de la boca haciendo una pequeña presión sobre la lengua para dar información al niño de que la comida ha llegado a la boca.
- Cuando se va a sacar la cuchara de la boca se debe hacer realizando un arco en semicírculo e intentado que el alumno arrastre la comida de la cuchara apretando los labios sobre ella.
- Cuando se saca la cuchara de la boca no hay que dejar la comida arrastrándola sobre los dientes o los labios. Hay que intentar que el niño sea activo y trate él de tomar la comida.
- Si se trata de comida sólida o triturada se introducirá en un lateral de la boca (sobre las muelas) para que el niño pueda masticarla. Si no se puede introducir directamente, facilitar con masajes en la mejilla para estimular la masticación.
- No hay que limpiar los restos de comida de la boca todo el tiempo con la servilleta o con la cuchara.
- Para controlar la zona oral durante la masticación se pueden adoptar las siguientes posturas que ayudarán a mantener la boca cerrada, facilitarán la masticación y el empuje del bolo alimenticio hacia atrás con los movimientos de la lengua.

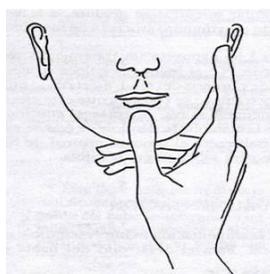
Es aconsejable preguntar a un maestro de AL, enfermera o fisioterapeuta para realizarlas adecuadamente.

DE LADO



En este caso, el dedo pulgar realizaría movimientos circulares en la mejilla para facilitar la masticación; el dedo índice procuraría el cierre de la boca y el dedo corazón realizaría una ligera presión en el inicio de la garganta para facilitar el movimiento de la lengua hacia atrás y así inducir el reflejo de deglución.

DE FRENTE



En esta posición, el dedo pulgar se encargaría del cierre de la boca, el índice de facilitar la masticación y el resto de dedos realizaría la ligera presión para inducir el reflejo de deglución.

- Es recomendable, en la medida de lo posible, dejar transcurrir un tiempo desde la ingesta de comida hasta posición de tumbado del alumno, para asegurarse que no quedan restos de comida en boca y esófago. **Imprescindible realizar una buena higiene de la cavidad oral.**

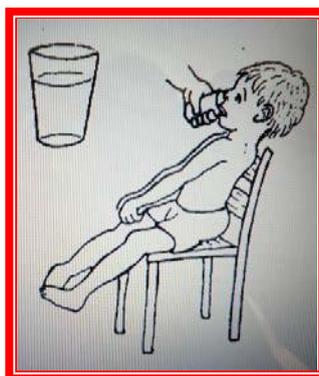
EN LA ACCIÓN DE BEBER

- Beber resulta una actividad compleja para ellos ya que el agua no pesa y por tanto no da información al niño de que está en su boca, por ello es difícil organizar la lengua para tragarla sin atragantarse.
- Hay que ofrecer agua al alumno con frecuencia.
- El vaso se coloca sobre los labios, no sobre los dientes y sin tocar las encías.
- El vaso es el que se inclina para que el líquido se acerque al borde. Hay que esperar que el niño adelante la cabeza y los labios para que éstos entren en contacto con el líquido.



- Nunca inclinar la cabeza hacia atrás y verter el líquido en la boca. Origina aspiraciones y la negación del niño a beber en vaso. Es importante controlar los movimientos involuntarios de la cabeza durante la deglución de líquidos.
- Si el alumno bebe con dificultad, no retirar el vaso después de cada trago, mantenerlo junto al labio, aunque no trague agua, para que el contacto que supone el vaso no dé lugar a tantos movimientos involuntarios.

INCORRECTO



CORRECTO



En caso de disfagia a líquidos, el personal de enfermería y fisioterapia, se encargará de valorar dicha disfagia y proporcionar o bien un vaso adaptado, o bien espesante para evitar atragantamientos y aspiración bronquial.

TIPOS DE COMIDA RECOMENDABLE

Es fundamental seguir siempre las indicaciones médicas. En principio, un alumno con dificultades motoras tiene las mismas necesidades alimenticias que cualquier niño de su edad, por lo que la comida tiene que incluir todo tipo de alimentos dentro de una dieta sana y saludable. Se debe estar atento a los problemas de falta de nutrición por dificultades a la hora de la ingesta de los alimentos y consultar a un médico para suplirlos.

En el centro el personal de enfermería seguirá un estrecho seguimiento del peso de este alumnado, especialmente susceptible a variaciones que pueden afectar a su salud.

Mantener una alimentación con biberón fuera de las edades habituales tiene efectos perjudiciales en el aprendizaje de los movimientos de masticación y deglución. El niño seguirá succionando la comida y aplastándola contra el paladar en lugar de masticar.

Para iniciar la alimentación con cuchara es mejor comenzar con purés espesos o comidas



blandas, no con líquidos, que suelen requerir de una precisión mayor. Si se va cambiar de textura, elegir sabores preferidos por el alumno.

Para estimular el apetito, es importante cuidar el aspecto y presentación de las comidas. Los triturados deben tener buen aspecto y un color atractivo, evitando la monotonía; variando y seleccionando diferentes alimentos para cada triturado. Muchos alimentos sólidos se pueden adaptar a texturas más blandas y uniformes (machacándolos, desmenuzándolos y mezclándolos con su propia salsa para que queden más jugosos y sean más fáciles de manejar en la boca).

No mezclar un plato con otro, el sabor de los alimentos se altera y no se disfrutará tanto de la comida. Si es posible, se debe dar opción a que el alumno elija entre varias comidas de su preferencia (entre distintos tipos de fruta, ...)

Las comidas más difíciles son aquellas que tienen texturas mixtas como las que mezclan sólidos y líquidos (la sopa). En dichos casos, es el personal directo que se encarga de alimentar al alumno, el encargado de adaptar la consistencia del plato, haciendo uso para ello de espesante o bien de pan.

Es preciso seleccionar alimentos con la textura adecuada y vigilar comidas pegajosas que se puedan pegar al paladar (puré de patata, caramelos, pan de molde, miel. ...), resbaladizos (uvas, guisantes, melocotón al almíbar ...), con dos consistencias (yogurt con frutas), con fibras duras (espárragos), alimentos duros y fragmentables secos (tostadas, patatas fritas, frutos secos, galletas hojaldre ...), con huesos, pepitas, espinas...

ADAPTACIONES EN EL MATERIAL

Las adaptaciones que se hagan al material del comedor, serán valoradas por el servicio de enfermería y fisioterapia, en coordinación con el/la tutor/a y el ATE encargados de la alimentación del alumno. Además, la familia deberá ser correctamente informada para utilizar dicha adaptación también en casa, y a ser posible deberán ser ellos los que se encarguen de costear la compra de dicho material, ya que éste debe ser individual e intransferible para otros alumnos.

El modelo de **cuchara** debe elegirse con cuidado, debe adaptarse a las dimensiones de la boca ya la forma de las encías y de las arcadas dentarias. Los bordes deben ser romos y es importante que sea poco profunda para que el niño pueda barrer la comida con los labios con más facilidad. El mango redondeado y grueso ayuda a que los movimientos que hagamos cuando alimentamos al niño sean más precisos.

No utilizar cucharas de plástico, se pueden romper. Se pueden utilizar de metal, o, si el alumno tiene mucha hipersensibilidad, de silicona y evitar así el contacto frío o excesivamente caliente de las anteriores.

Los **vasos** es mejor que sean transparentes para ver el nivel de líquido y poder controlar su





inclinación. Los vasos con hendidura para la nariz facilitan la tarea. Se pueden fabricar fácilmente y también existen en el mercado.

Si puede beber de forma autónoma pero no sujeta bien el vaso con las manos, existen vasos con asas. También se puede beber con pajita si sabe succionar.

Respecto a los **platos**, se pueden utilizar manteles antideslizantes, platos con ventosa en la base, platos termo para mantener la comida caliente, platos con reborde,... según las necesidades.



En los cubiertos se pueden realizar sencillas adaptaciones con mangos engrosados para facilitar su uso, aunque en el mercado existen muchas adaptaciones para los cubiertos, platos y vasos



PROBLEMAS COMUNES Y SITUACIONES DE EMERGENCIA

- Si el alumno muerde mucho la cuchara se les puede ayudar a recuperar el control de la apertura utilizando de forma suave y matizada el efecto que se consigue presionando la mejilla.
- Si el alumno presenta protrusión lingual, la presión firme de la cuchara colocada sobre la lengua evitará que ésta e protrusión lingual, empuje hacia fuera y se facilitará el uso espontáneo de los labios y la lengua. Procuraremos que cierre la boca para mantener la lengua dentro y que empuje así la comida hacia la garganta.



Castilla-La Mancha



- Si se llega a producir un reflejo de mordida y la cuchara queda dentro de la boca, no intentar sacarla. Esperar a que pase dicho reflejo porque podemos herir al alumno si lo forzamos
- Ante cualquier situación de emergencia, como atragantamiento o crisis epiléptica, se avisará de forma inmediata al equipo de enfermería.

D^a Ana González Arriaga, como directora del CEE Virgen del Amparo, de Guadalajara, certifico que la Programación del Comedor Escolar ha sido elaborado por José Miguel Jiménez Alonso, jefe de residencia, y ha sido informado en sesión de Claustro del día 23 de octubre y aprobado en Consejo Escolar **con fecha 26 de octubre de 2023.**

Y para que así conste, firmo el presente documento en el sitio y fecha indicados.