

Consejos Para La Familia Con Alergias Alimentarias

Ocho consejos para ayudar a los padres o tutores que tienen niños con alergias alimentarias..



En la escuela:

1. Reúnanse con la maestra de su niño y asegúrese de que ella también tenga el plan para las alergias del niño. Las enfermeras escolares no siempre están atienden a una sola escuela.
2. Reúnanse con la enfermera de la escuela antes del horario escolar. Revise el plan de gestión de la alergia de su niño y la política de alergias alimentarias de la escuela (si la tienen).
3. Siempre lea las etiquetas de alimentos y enséñele a su niño a leerlas también.
4. Considere la posibilidad de trabajar con un RD. Realmente pueden ayudarle a preparar un plan de alimentación que incluye todos los nutrientes necesarios, evitando los alérgenos.
5. Reúnanse con la persona principal de la cafetería y revise la condición de alergia de su niño. Pida un ejemplar del plan de menú de la escuela. Revise los alimentos que se deben evitar con su niño.
6. Enséñele su niño a nunca intercambiar o compartir almuerzos.
7. Cuando salga a comer, hable con el servidor y explíquele la situación de alergia alimentaria. Revise el menú y ordene cuidadosamente. Lo mejor es evitar los alimentos que podrían erróneamente contener el alimento ofensivo. Por ejemplo, si su niño es alérgico a los productos lácteos, evite las salsas de crema.
8. Siempre tenga disponible el medicamento de tratamiento de su niño en caso de alguna emergencia.

