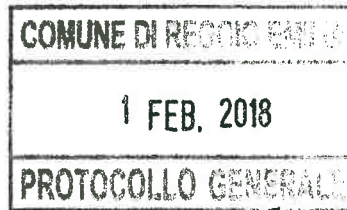


n. 15265

ALLEGATO 1 – PROPOSTA MIGLIORATIVA

Marina Montorsi



7. 2.

ISTIT

**Spett. Direttore
dell'ISTITUZIONE SCUOLE
E NIDI D'INFANZIA
del Comune di REGGIO EMILIA**

Oggetto: Attività aggiuntive alle richieste per l'incarico professionale in materia dietistica.

PERCORSO "L'ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE IN PRATICA"

L'alimentazione corretta nei primi 1000 giorni dal concepimento, ha un impatto importante sullo sviluppo del bambino e sul suo stato di salute ed influenza anche le fasi successive della vita. La crescita regolare senza rapidi aumenti di peso del lattante è riconosciuta come il modello ideale di crescita. A tal fine, l'OMS raccomanda con forza l'allattamento esclusivo al seno per i primi 6 mesi di vita. Dal sesto mese, però, si rende necessaria l'integrazione del latte materno con la graduale introduzione di alimenti liquidi, semisolidi e solidi, per soddisfare le maggiori richieste sia energetiche che nutrizionali.

In merito agli alimenti, alla sequenza di introduzione e alla loro frequenza, alle quantità, i genitori, in questa delicata fase, richiedono e ricevono informazioni dal pediatra di base e dai sanitari che seguono il bambino.

Al nido, inoltre, hanno l'opportunità di confrontarsi con personale qualificato (cuoca, dietista, insegnanti) per impostare al meglio l'alimentazione dei loro bambini.

Per approfondire, in particolare il **tema delle quantità**, come proposta di attività migliorativa, offro

N° 2 INCONTRI INTERATTIVI

con i genitori di bambini di età compresa fra i 3 e 12 mesi, dove, attraverso la lettura delle etichette, esercizi di misurazione e di equivalenza, si vanno ad individuare le porzioni giuste durante la fase dello svezzamento.

Ad esempio qual è la porzione giusta di carne per non eccedere con l'apporto proteico?
E quali sono le sue equivalenze?



Reggio Emilia, 24/01/2018

Hoive Hoive