



DICAS IMPORTANTES

- AMBIENTE CALMO E SEM MUITOS ESTÍMULOS DURANTE AS REFEIÇÕES;
- EVITAR DISCUSSÕES E COBRANÇAS NA HORA DA REFEIÇÃO;
- ORGANIZAR A INTRODUÇÃO DE NOVOS ALIMENTOS;
- OFERECER UMA ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL E VARIADA;
- INCENTIVAR O CONSUMOS DIVERTIDO DOS ALIMENTOS.



**LEMBRE-SE:
OFEREÇA SEMPRE O ALIMENTO. NÃO
FORCE A CRIANÇA A COMER!!!!**



Acesse o site:



smpd.prefeitura.rio



NOSSAS UNIDADES:

- CMRPD CENTRO (CIAD MESTRE CANDEIA)
Tel: (21) 2224-2930
- CMRPD VILA ISABEL
Tel: (21) 98909-1374 | (21) 98909-1381
- CMRPD IRAJÁ
Tel: (21) 98909-7611
- CMRPD CAMPO GRANDE
Tel: (21) 2412-2034 | (21) 2412-2691
- CMRPD SÃO CONRADO
Tel: (21) 98471-8482
- CMRPD MATO ALTO (JACAREPAGUÁ)
Tel: (21) 98909-1375
- SANTA CRUZ
Tel: (21) 98909-1389

ESTE MATERIAL FOI DESENVOLVIDO PELO GRUPO DE LINGUAGEM SIMPLES DA GERÊNCIA DA QUALIDADE DE VIDA, DA SECRETARIA MUNICIPAL DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA DO RIO DE JANEIRO.



PESSOA COM
DEFICIÊNCIA

QUALIDADE
DE VIDA

SELETIVIDADE ALIMENTAR



COLEÇÃO QUALIDADE DE VIDA

O QUE É SELETIVIDADE ALIMENTAR?

QUANDO ACONTECE A RECUSA PERSISTENTE DO CONSUMO DE ALGUNS ALIMENTOS OU GRUPOS ESPECÍFICOS DE ALIMENTOS.

O QUE É SELETIVIDADE ALIMENTAR?

NÃO EXISTE APENAS UMA FATOR CAUSADOR DA SELETIVIDADE ALIMENTAR. VARIAS QUESTÕES PODEM SER RESPONSÁVEIS PELA SELETIVIDADE.



ALGUNS FATORES

- CONDIÇÕES DE SAÚDE: AUTISMO, PROCESSAMENTO SENSORIAL E DISTÚRBIOS GASTROINTESTINAIS;
- EMOCIONAIS: ESTRESSE, ANSIEDADE, TRANSTORNOS ALIMENTARES ENTRE OUTROS;
- SENSORIAIS: DIFICULDADE COM TEXTURAS, SABORES, ODORES E CORES DOS ALIMENTOS;
- FAMÍLIA: O AMBIENTE FAMILIAR, A ROTINA DAS REFEIÇÕES, O QUE É OFERECIDO E COMO OS PAIS LIDAM COM A ALIMENTAÇÃO;
- EXPERIÊNCIAS DESAGRADÁVEIS: ALERGIAS, INTOXICAÇÃO E ATÉ A INGESTÃO FORÇADA;
- GENÉTICA: PODE OCASIONAR INTERFERÊNCIA NAS ESCOLHAS DOS ALIMENTOS;
- CULTURAL: A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS CONFORME A CULTURA OU A REGIÃO.

COMO LIDAR

- DEIXE A CRIANÇA ENVOLVIDA NO PREPARO DAS REFEIÇÕES;
- OFEREÇA OS ALIMENTOS AOS POUCOS E PREPARADOS DE MANEIRAS DIFERENTES. (EX: COZIDOS, ASSADOS, GRELHADOS, PICADOS, DESFIADOS, AO MOLHO...);
- INCENTIVE A CRIANÇA A BRINCAR, USANDO OS ALIMENTOS (EX: TINTA NATURAL USANDO BETERRABA, CENOURA, PÁPRICA, CÚRCUMA...);
- FAÇA COM QUE A CRIANÇA TENHA UM MOMENTO AGRADÁVEL AO SE ALIMENTAR (EX: CONVERSAS LEVES, POUCO BARULHO, UTENSÍLIOS DIVERTIDOS OU DE ACORDO COM A PREFERÊNCIA DA CRIANÇA).

