NATIONAL AGENCY FOR EUROPEAN EDUCATIONAL PROGRAMMES AND MOBILITY

SynergyEd

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Osobitosti prehrane djece s Downovim sindromom

Djeca s Downovim sindromom često imaju probavne probleme.

Pobrinite se da dijete pije dovoljno tekućine.

Potaknite dijete da jede hranu bogatu vlaknima.

Imaju veći rizik od pretilosti.

Pratite koliko slatkih pića vaše dijete pije.

Smanjite količinu hrane koju dijete konzumira uz savjet liječnika.

Pobrinite se da dijete svakodnevno ima laganu tjelesnu aktivnost aktivnost.

Ako vaše dijete ima medicinski potvrđenu alergiju na gluten, izbacite pšenicu, ječam, raž i u početku zob iz djetetove prehrane.

Vaše dijete je osjetljivije na intoleranciju na laktozu (mlijeko). Pratite ima li dijete želučanih problema nakon konzumiranja mliječnih proizvoda.

Potaknite svoje dijete da jede hranu bogatu hranjivim tvarima (voće, povrće i nemasno meso) pomoću crteža i slika hrane.

MAAP

LUX VERA

www.imi.bg.ac.rs