

YOU'RE A SAFE FEEDING EXPERT!

DEFINITION!

A caregiver who uses best practices when planning, preparing, serving, and feeding food to children.

During meals and snacks, a safe feeding expert:

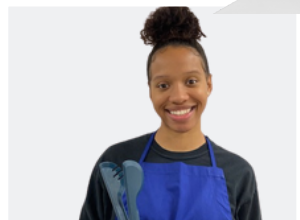
- Stays close to children to SEE and HEAR them.
- Meets individual feeding needs of children.
- Prevents choking and knows the signs of food allergies.



Safe Feeding is
EVERYONE'S
Responsibility!



Director



Cook



Teacher

Safe Feeding Practices

Plan

- Review individualized feeding plans
- Create a menu based on children's needs:
 - Allergies, sensitivities, intolerances and preferences
 - Developmentally appropriate foods
 - Choking hazards

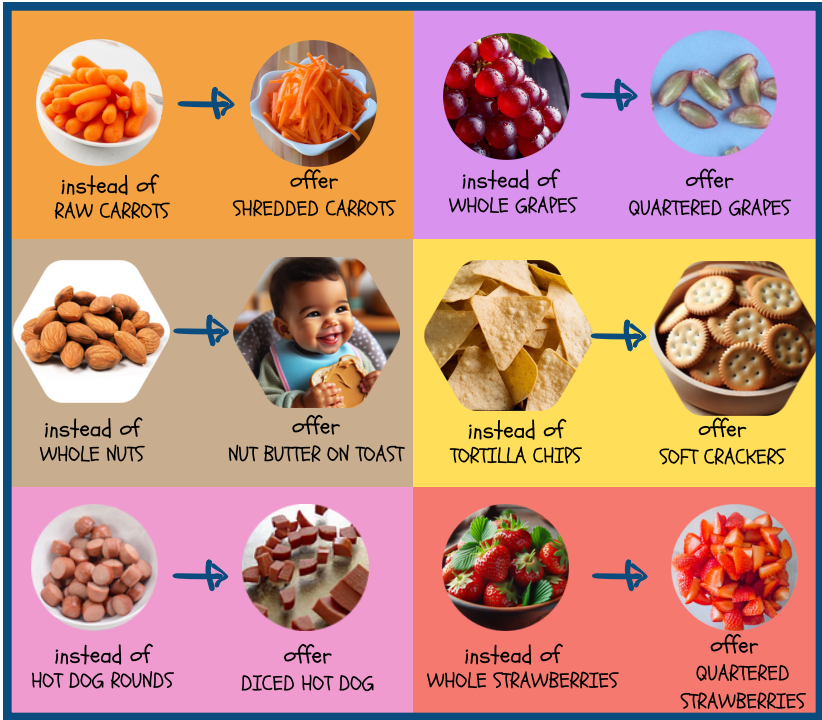
Prepare

- Age-appropriate food
 - Size
 - Shape
 - Texture
- Avoid cross-contamination
- Follow required food handling procedures

Serve

- See and hear the signs of:
 - Choking
 - Feeding challenges
 - Allergic reactions and emergencies
- Ensure children are seated or held while eating
- "Right Food to Right Child"

Safe Substitutions



Ensure food bite sizes are developmentally appropriate

Environment Food Preparation Feeding Practice

SAFE

Regulatory

- Supervise at all times - see, hear, guide, and interact with children
- Encourage children to eat (not force)
- Post menus including allergies/modified diets in kitchen and classroom
- Stay informed and aware of feeding needs

- Review and update feeding plans
- Document and follow parent instructions
- Follow the Meal Pattern Requirement Table (Table 5.1 & 4.1)
- Ensure size and texture do not present choking hazard
- Wash hands before preparing food

- Wash hands
- Teach self-feeding skills
- Assist with eating as needed
- Teach good nutrition habits

Basic Knowledge

FEEDING

Better Practice

- Limit distractions
- Stay within arms reach of children
- Create a safe and calm environment
- Encourage positive eating behaviors
- Recognize unique food needs, including cultural and religious practices

- Plan menus that avoid exposures to allergens
- Avoid cross contamination
- Avoid round, hard, small, thick and sticky, smooth, compressible or dense and slippery foods
- Serve bite sizes appropriate to developmental needs and capacities

- Know signs of choking and keep environment free of hazards
- Understand developmental milestones:
 - Managing utensils
 - Chewing and swallowing
- Know and be ready to respond to signs and symptoms of allergic reactions

Increased Awareness

CONTINUUM

Promising Practice

- Create allergen-free zones, classrooms, or facilities
- Educate caregivers about allergens
- Share policy related to safe class treats and outside foods
- Sit and engage with children
- Honor families' unique food needs

- Prevent food-related emergencies
- Integrate unique food needs into menu
- Ensure food sizes and textures are developmentally appropriate
- Present components in a variety of ways

- Model appropriate self-feeding skills
- Model good nutrition habits
- Ensure meals are balanced
- Ensure a variety for food substitutions

Modeling & Engagement

SUPPORTED BY



FIRST THINGS FIRST

Made possible with funding from the Center for Disease Control and Prevention

¡USTED ES EXPERTO EN ALIMENTACIÓN SEGURA!

DEFINICIÓN!

Un cuidador que usa prácticas adecuadas al planear, preparar, servir y alimentar a los niños.

Durante las comidas y bocadillos, un experto en alimentación segura:

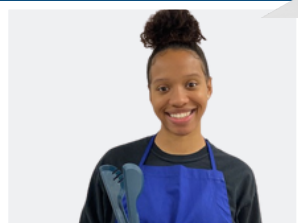
- Se queda cerca de los niños para VERLOS y ESCUCHARLOS.
- Cumple con las necesidades de alimentación individuales de los niños.
- Previene ahogamientos y conoce las señales de las alergias a los alimentos.



¡La Alimentación Segura es Responsabilidad de TODOS!



Directora



Cocinera



Profesora

Prácticas de alimentación segura

Plan

- Revisar los planes individualizados de alimentación
- Crea un menú basado en las necesidades de los niños:
 - Alergias, sensibilidades, intolerancias y preferencias
 - Alimentos adecuados para su nivel de desarrollo
 - Peligros de atragamiento

Preparar

- Alimentos apropiados para la edad
 - Tamaño
 - Forma
 - Textura
- Evitando la contaminación cruzada
- Siguiendo los procedimientos necesarios de manejo de alimentos

Servir

- Ver y escuchar las señales de:
 - Ahogamiento
 - Retos de alimentación
 - Reacciones alérgicas y emergencias
- Asegurarse de que los niños estén sentados o en brazos de alguien al comer
- “La comida indicada para el niño indicado”

Porciones Recomendadas Por Edad

 En lugar de zanahorias crudas	 ofrezca zanahorias ralladas	 En lugar de uvas enteras	 ofrezca uvas en cuartos
 En lugar de nueces	 ofrezca crema de nuez sobre pan tostado	 En lugar de totopos	 ofrezca galletas blandas
 En lugar de rodajas de salchicha	 ofrezca salchicha en cubitos	 En lugar de fresas enteras	 ofrezca fresas en cuartos/cubitos

Asegúrese que el tamaño de los bocados son adecuados para su nivel de desarrollo

SEGUIRDA

ALIMENTACION

CONTINUA

Regulacion

- Supervisar siempre: ver, oír, guiar, e interactuar con los niños
- Animar a los niños para que coman
- Publicar los menús incluyendo las dietas para alergias/modificados el la cocina y el Salón de clases
- Mantenerse informado y pendiente de las necesidades de alimentación

- Revisar y actualizar los planes de alimentación.
- Documentar y seguir las instrucciones de los padres.
- Cumplir con los requisitos de la Tabla Patrones de Alimentos (Tabla 5.1 y 4.1)
- Asegurarse de que el tamaño y la textura no sean un riesgo de ahogamiento
- Lávese las manos antes de preparar la comida

- Lavarse las manos
- Enseñarles habilidades para comer solos
- Ayudarles a comer cuando necesiten
- Enseñar buenos hábitos de nutrición

Conocimientos Basicos

Practica Adecuada

- Limitar las distracciones
- Mantenerse muy cerca de los niños
- Crear un ambiente seguro y tranquilo
- Promover conductas positivas al comer
- Reconocer las necesidades únicas de alimentos, incluyendo las prácticas culturales y religiosas

- Planear menús que eviten la exposición a los alérgenos
- Evitar la contaminación cruzada
- Evitar comidas duras, pequeñas, gruesas y pegajosas, demasiado suaves, comprimibles o densas y resbalosas
- Servir bocados de tamaños apropiados para las necesidades de desarrollo y capacidades del niño

- Conocer las señales de ahogamiento y mantener un ambiente libre de riesgos
- Entender las etapas del desarrollo:
 - Manejo de utensilios
 - Masticar y tragar
- Conocer y estar listo para responder a las señales y síntomas de las reacciones alérgicas

Aumento de Conocimineto

Practica Prometedora

- Crear zonas libres de alérgenos
- Educar a los cuidadores sobre los alérgenos
- Compartir información de la seguridad de la comida dentro y fuera del salón
- Sentarse e interactuar con los niños
- Atender las necesidades únicas de alimentación de las familias

- Prevenir emergencias relacionadas con los alimentos
- Integrar las necesidades únicas de alimentación al menú
- Asegurar que el tamaño y textura de los bocados sean apropiados para el nivel de desarrollo
- Presentar componentes en una variedad de maneras

- Modelar habilidades apropiadas de autoalimentación
- Modelar buenos hábitos de nutrición
- Asegurarse de que las comidas sean equilibradas
- Asegurarse de que haya variedad de sustituciones de comidas

Enseñar y Comprometerse

SUPPORTED BY



FIRST THINGS FIRST

Hecho posible por fondos del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades