

Enfermería 15 Het dagmenu



- Leg maaltijden en dieetopties uit
- Bespreek voorkeuren en pas menu's aan aan speciale behoeften
- woordenschat: maaltijden en dranken in de zorg, diabetesgerelateerde dieetvocabulaire, voeding bij chronische ziekte, aanpassingen in het menu

De maaltijdplanning	<i>(La planificación de las comidas)</i>	De koolhydraatbeperking	<i>(Restricción de carbohidratos)</i>
Een menu samenstellen	<i>(Elaborar un menú)</i>	Het dieet voor diabetes	<i>(Dieta para diabetes)</i>
Voorkeuren aangeven	<i>(Indicar preferencias)</i>	De zoutreductie	<i>(Reducción de sal)</i>
Aanpassen aan allergieën	<i>(Adaptar a las alergias)</i>	Op smaak brengen zonder zout	<i>(Sazonar sin sal)</i>
Tussendoortje vermijden	<i>(Evitar tentempiés)</i>	De vochtinname	<i>(Ingesta de líquidos)</i>
De portiegrootte	<i>(El tamaño de la porción)</i>	Het dieetadvies	<i>(Consejo dietético)</i>
De voedingswaarde	<i>(El valor nutricional)</i>	Dieetconsulent raadplegen	<i>(Consultar a un dietista)</i>
De vezelrijke voeding	<i>(Alimentos ricos en fibra)</i>	Voedingssupplementen aanbevelen	<i>(Recomendar suplementos nutricionales)</i>
Vetten beperken	<i>(Limitar las grasas)</i>	Een alternatief voorstellen	<i>(Proponer una alternativa)</i>
De suikervrije optie	<i>(Opción sin azúcar)</i>		

1. Ejercicios

1. Relaciona cada palabra con su significado.

- | | |
|----------------------------|--|
| a. de alergie | 1. Een dieetregel waarbij je minder brood, pasta of rijst eet. |
| b. de koolhydraatbeperking | 2. Een reactie van het lichaam op een bepaald voedingsmiddel; je moet het vermijden. |
| c. het aangepaste menu | 3. Een menu dat veranderd is zodat het past bij iemands ziekte of dieetwens. |



a-2 b-1 c-3



2. Menú diario adaptado en la unidad (QR: Audio)

Rellena los huecos: koolhydraatbeperking, aanpassen, allergieën, voedingschema, dieetwensen, vermijden, energiebehoefte, bloedsuikerspiegel, suikerziekte

Op onze afdeling werken we met een dagmenu en een (1) _____ per patiënt. Bij opname noteert de verpleegkundige (2) _____ en (3) _____, zodat de keuken het menu op tijd kan (4) _____. Bij diabetes ((5) _____) letten we extra op de (6) _____ en kiezen we vaker voor vezelrijke voeding en producten met een lage glycemische index. Zo houden patiënten meer energie en voorkomen we grote schommelingen.

Voor sommige patiënten geldt een (7) _____ of zoutbeperking. Dan serveren we kleinere porties en (8) _____ we zoete tussendoortjes. Een vetarme maaltijd kan nodig zijn bij chronische klachten of bij minder beweging. In de avonddienst controleren we of het aangepaste menu is aangekomen en spreken we met de patiënt na wat wel en niet goed ging. Is iets niet leverbaar, dan adviseren we een alternatief dat past bij de voedingswaarde en bij de (9) _____.

En nuestra unidad trabajamos con un menú diario y un plan de alimentación por paciente. Al ingreso, la enfermera anota las preferencias dietéticas y las alergias para que la cocina pueda ajustar el menú a tiempo. En caso de diabetes (enfermedad del azúcar) prestamos especial atención al nivel de glucemia y optamos con más frecuencia por alimentos ricos en fibra y por productos con bajo índice glucémico. De este modo los pacientes mantienen más energía y evitamos grandes oscilaciones.

A algunos pacientes se les aplica una restricción de carbohidratos o de sal. Entonces servimos porciones más pequeñas y evitamos los tentempiés dulces. Una comida baja en grasas puede ser necesaria en casos de dolencias crónicas o por poca movilidad. En el turno de la tarde comprobamos si el menú adaptado ha llegado y hablamos con el paciente sobre lo que fue bien y lo que no. Si algo no está disponible, proponemos una alternativa que se ajuste al valor nutricional y a la necesidad energética.

(1) voedingschema, (2) dieetwensen, (3) allergieën, (4) aanpassen, (5) suikerziekte, (6) bloedsuikerspiegel, (7) koolhydraatbeperking, (8) vermijden, (9) energiebehoefte

1. Welke maatregelen neemt de afdeling om de maaltijden veilig en passend te maken voor patiënten met speciale dieetwensen?

2. Hoe controleert het team of het aangepaste menu voldoet aan de behoeften van de patiënt en wat doen ze als iets ontbreekt?
-

3. Escucha el fragmento de audio y elige la respuesta correcta. (QR: Audio)

1. De spreker controleert het voedingsschema van een patiënt tijdens de avonddienst.
2. De patiënt mag vandaag zuivel gebruiken omdat ze niet lactose-intolerant is.
3. Het eten wordt rond zes uur geserveerd.

Verdadero Falso

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



1-V 2-X 3-V

4. Elige la solución correcta

1. De diëtconsulent _____ dat u de portiegrootte verkleint om uw bloedsuiker stabiel te houden. *(El dietista aconseja que reduzca el tamaño de las porciones para mantener estable su azúcar en sangre.)*
- a. geadviseerd b. adviseer c. adviseerde d. adviseert
2. Als een bewoner diabetes heeft, _____ de keuken vaak een suikervrije optie voor bij het dessert. *(Si un residente tiene diabetes, la cocina a menudo propone una opción sin azúcar para el postre.)*
- a. stelde voor b. stelt voor c. stel voor d. voorstelt
3. Tijdens de intake _____ de verpleegkundige hoeveel iemand per dag drinkt voor de vochtinname. *(Durante la admisión, la enfermera pregunta cuánto bebe alguien al día para la ingesta de líquidos.)*
- a. gevraagd b. vraag c. vraagt d. vragen

1. adviseert 2. stelt voor 3. vraagt

5. Juego de rol - diálogos (QR: Audio)

Aangepast menu op de afdeling

Verpleegkundige Goedemorgen meneer De Vries, ik kom het menu voor vandaag met u doornemen. U heeft diabetes, klopt dat?

(Buenos días, señor De Vries. Vengo a repasar con usted el menú de hoy. Usted tiene diabetes, ¿es correcto?)

Patiënt (Meneer De Vries): Ja, ik heb suikerziekte en ik ben allergisch voor noten. Ik wil graag minder koolhydraten, anders stijgt mijn bloedsuiker te veel.

(Sí, tengo diabetes y soy alérgico a los frutos secos. Me gustaría menos carbohidratos; si no, mi azúcar en sangre sube demasiado.)



Verpleegkundige (Sanne): *Dat begrijp ik. Dan vermijden we noten en kies ik voor een laag-glycemische optie. Wat heeft uw voorkeur: een klein portie met extra groenten of een normale portie?*

(Entiendo. Entonces evitaremos los frutos secos y escogeré una opción de bajo índice glucémico. ¿Qué prefiere: una ración pequeña con verduras extra o una ración normal?)

Patiënt (Meneer De Vries): *Een kleine portie graag, en bij voorkeur iets vetarms; anders ligt het te zwaar op mijn maag.*

(Una ración pequeña, por favor, y preferiblemente algo bajo en grasas; si no, me cae pesado en el estómago.)

Verpleegkundige (Sanne): *Prima. Ik stel een aangepast menu voor: gegrilde kip, vezelrijke groenten zoals broccoli en een beetje volkorenrijst. Zuivel is geen probleem voor u, toch?*

(Perfecto. Propongo un menú adaptado: pollo a la plancha, verduras ricas en fibra como el brócoli y un poco de arroz integral. Los lácteos no le sientan mal, ¿verdad?)

Patiënt (Meneer De Vries): *Nee, zuivel gaat goed. Maar niet te veel zout alstublieft.*

(No, los lácteos me sientan bien. Pero, por favor, no demasiado sal.)

Verpleegkundige (Sanne): *Dan houden we een zoutbeperking aan. Ik noteer dit in uw voedingsschema en kom na de lunch nog even langs om alles na te spreken en indien nodig aan te passen.*

(Entonces mantendremos una restricción de sal. Lo apunto en su plan nutricional y pasaré después del almuerzo para hablarlo todo y ajustarlo si hace falta.)

1. Welke dieetwensen noemt meneer De Vries en wat stelt Sanne voor aan te passen?
-

6. Hablar: traducir y responder (QR: IA+)

Ik stel voor om ... omdat ... / Volgens het dieetadvies is het beter om ... / We kunnen het aanpassen door ...



1. U maakt de maaltijdplanning voor een cliënt met diabetes - wat zet u op het menu voor ontbijt en avondeten, en waarom?
-
2. Een cliënt vindt het eten te flauw en wil meer zout, maar moet een zoutreductie volgen - wat zegt u en welk alternatief stelt u voor?
-

7. Escritura: (QR: IA+)


