

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 allergie | 1. Iemand die melkproducten met lactose niet goed kan verdragen |
| b. de koolhydraatbeperking | 2. Een dieetregel waarbij je minder brood, pasta of rijst eet. |
| c. het aangepaste menu | 3. Een reactie van het lichaam op een bepaald voedingsmiddel; je moet het vermijden. |
| d. lactose-intolerant | 4. Een menu dat veranderd is zodat het past bij iemands ziekte of dieetwens. |
| e. aanraden | 5. Iets voorstellen als een goede keuze, bijvoorbeeld bij dieet of diabetes. |

a-3 b-2 c-4 d-1 e-5



2. Menú diario adaptado en la unidad (Audio disponible en la aplicación)

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

Op onze afdeling werken we met een dagmenu en een _____ per patiënt. Bij opname noteert de verpleegkundige _____ en _____, zodat de keuken het menu op tijd kan _____. Bij diabetes (_____) letten we extra op de _____ 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 _____ of zoutbeperking. Dan serveren we kleinere porties en _____ 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 _____.

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

3. Escucha el fragmento de audio e indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas.

De spreker controleert het voedingsschema van een patiënt tijdens de avonddienst.



De patiënt mag vandaag zuivel gebruiken omdat ze niet lactose-intolerant is.

Het eten wordt rond zes uur geserveerd.

4. Juego de roles: Completa los diálogos



a. Aangepast menu op de afdeling

Verpleegkundige (Sanne): *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): 1. _____

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): 2. _____

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): 3. _____

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.)

Respuestas de ejemplo:

1. Ja, ik heb suikerziekte en ik ben allergisch voor noten. Ik wil graag minder koolhydraten, anders stijgt mijn bloedsuiker te veel. 2. Een kleine portie graag, en bij voorkeur iets vetarms; anders ligt het te zwaar op mijn maag. 3. Nee, zuivel gaat goed. Maar niet te veel zout alstublieft.

5. Redacción de correspondencia


