



## Enfermagem 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

<b>De maaltijdplanning</b>	<i>(O planeamento das refeições)</i>	<b>Op smaak brengen zonder zout</b>	<i>(Temperar sem sal)</i>
<b>Een menu samenstellen</b>	<i>(Elaborar um menu)</i>	<b>De suikervrije optie</b>	<i>(Opção sem açúcar)</i>
<b>Voorkeuren aangeven</b>	<i>(Indicar preferências)</i>	<b>Vetten beperken</b>	<i>(Limitar gorduras)</i>
<b>Tussendoortje vermijden</b>	<i>(Evitar petiscos)</i>	<b>De vezelrijke voeding</b>	<i>(Alimentação rica em fibras)</i>
<b>Aanpassen aan allergieën</b>	<i>(Ajustar a alergia)</i>	<b>De voedingswaarde</b>	<i>(Valor nutricional)</i>
<b>Het dieetadvies</b>	<i>(Aconselhamento dietético)</i>	<b>De portiegrootte</b>	<i>(Tamanho da porção)</i>
<b>Dieetconsulent raadplegen</b>	<i>(Consultar um nutricionista)</i>	<b>De vochtinname</b>	<i>(Ingestão de líquidos)</i>
<b>Het dieet voor diabetes</b>	<i>(Dieta para diabetes)</i>	<b>Voedingssupplementen aanbevelen</b>	<i>(Recomendar suplementos alimentares)</i>
<b>De koolhydraatbeperking</b>	<i>(Restrição de hidratos de carbono)</i>	<b>Een alternatief voorstellen</b>	<i>(Sugerir uma alternativa)</i>
<b>De zoutreductie</b>	<i>(Redução de sal)</i>		

## 1.Exercícios

### 1. Associe cada palavra à sua definição.

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

a-2 b-3 c-1



### 2. Menu diário adaptado na unidade (QR: Áudio)

**Preencha as lacunas:** energiebehoefte, koolhydraatbeperking, dieetwensen, vermijden, suikerziekte, bloedsuikerspiegel, voedingsschema, aanpassen, allergieën



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) \_\_\_\_\_.

*Na nossa unidade trabalhamos com um menu diário e um plano alimentar por paciente. Na admissão, o enfermeiro regista as preferências alimentares e alergias, para que a cozinha possa adaptar o menu a tempo. Em caso de diabetes, prestamos atenção redobrada à glicemia e optamos mais frequentemente por alimentos ricos em fibras e produtos com baixo índice glicémico. Assim, os pacientes mantêm mais energia e evitamos grandes oscilações.*

*Para alguns pacientes aplica-se uma restrição de hidratos de carbono ou de sal. Nesse caso, servimos porções menores e evitamos lanches doces. Uma refeição pobre em gorduras pode ser necessária em queixas crônicas ou em caso de menor mobilidade. No turno da noite, verificamos se o menu adaptado chegou e conversamos com o paciente sobre o que correu bem e o que não correu. Se algo não estiver disponível, aconselhamos uma alternativa que se adeque ao valor nutricional e às necessidades energéticas.*

(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. Ouça o fragmento de áudio e escolha a resposta correta. (QR: Áudio)

- |  | Verdadeiro               | Falso                    |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. De spreker controleert het voedingsschema van een patiënt tijdens de avonddienst. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. De patiënt mag vandaag zuivel gebruiken omdat ze niet lactose-intolerant is.      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Het eten wordt rond zes uur geserveerd.   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



1-V 2-X 3-V

### 4. Escolha a solução correta

- De diëtist \_\_\_\_\_ dat u de portiegrootte verkleint om uw bloedsuiker stabiel te houden. *(O nutricionista aconselha que você reduza o tamanho das porções para manter a glicemia estável.)*  
 a. geadviseerd      b. adviseert      c. adviseer      d. adviseerde
- Als een bewoner diabetes heeft, \_\_\_\_\_ de keuken vaak een suikervrije optie voor bij het dessert. *(Se um residente tem diabetes, a cozinha muitas vezes sugere uma opção sem açúcar na sobremesa.)*  
 a. voorstelt      b. stelde voor      c. stel voor      d. stelt voor
- Tijdens de intake \_\_\_\_\_ de verpleegkundige hoeveel iemand per dag drinkt voor de vochtinname. *(Durante a admissão, o enfermeiro pergunta quanto alguém bebe por dia para a ingestão de líquidos.)*  
 a. gevraagd      b. vraagt      c. vraag      d. vragen

1. adviseert 2. stelt voor 3. vraagt

### 5. Roleplay - diálogos (QR: Áudio)



#### Aangepast menu op de afdeling

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

**(Sanne):**

*(Bom dia, senhor De Vries, vim revisar com o senhor o menu de hoje. O senhor tem diabetes, certo?)*

**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.

*(Sim, eu tenho diabetes e sou alérgico a nozes. Eu gostaria de menos carboidratos, caso contrário minha glicemia sobe demais.)*

**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?*

*(Entendo. Então vamos evitar nozes e vou escolher uma opção de baixo índice glicêmico. O que o senhor prefere: uma porção pequena com mais legumes ou uma porção normal?)*

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

*(Uma porção pequena, por favor, e de preferência algo com pouca gordura; caso contrário, fica pesado no meu estômago.)*

**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?*

*(Perfeito. Proponho um menu adaptado: frango grelhado, legumes ricos em fibras como brócolis e um pouco de arroz integral. Laticínios não são um problema para o senhor, certo?)*

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

*(Não, laticínios vão bem. Mas não muito sal, por favor.)*

**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.*

*(Então vamos manter uma restrição de sal. Vou anotar isso no seu plano alimentar e volto após o almoço para conversarmos e, se necessário, ajustar.)*

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

## 6. Falar: traduzir e 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. Escrita: (QR: IA+)**



---

---

---