

## PROTOCOLO APLICABLE DE SELECTIVIDAD ALIMENTARIA "ALIMENTACION SIN LAGRIMAS"

### Protocolo básico de Selectividad Alimentaria

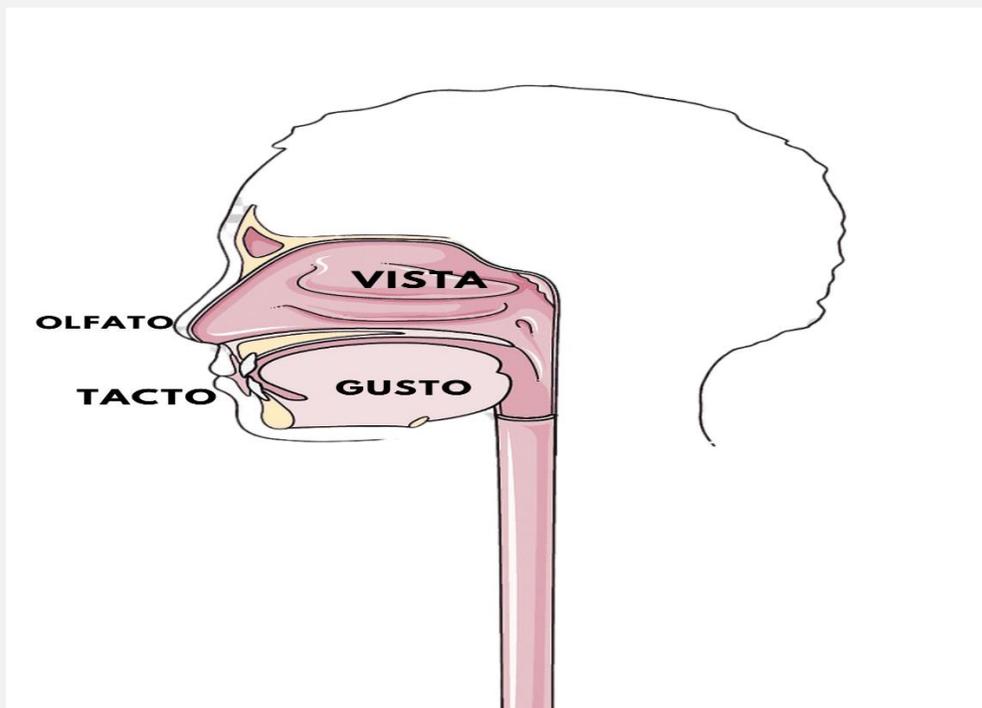
"Selectividad alimentaria se define como un patrón persistente de rechazo de una amplia gama de alimentos, lo que resulta en una dieta restringida y limitada a un número reducido de alimentos que el individuo considera aceptables." Fuente: Dovey, T. M., et al. (2008). Food neophobia and 'picky/fussy' eating in children: A review. *Appetite*.



Todos estos factores pueden estar interfiriendo al momento de generar una alimentación nutritiva, variada y equilibrada

## PROTOCOLO APLICABLE DE SELECTIVIDAD ALIMENTARIA “ALIMENTACION SIN LAGRIMAS”

### Aspectos Sensoriales:



- Vista:

Ejemplo: al niño no le agrada la comida de color verde, separo la comida por colores, solo come colores pálidos y no fuertes.

- Olfato:

Ejemplo: el niño siente diversos olores fuertes y me generan arcadas, molestia excesiva ante olores que los demás no perciben.

- Gusto

Ejemplo: El niño toca con la lengua o me lo hecho a la boca y indico no gusta, no la mantengo ni deajo por tiempo la comida en la boca.

## PROTOCOLO APLICABLE DE SELECTIVIDAD ALIMENTARIA “ALIMENTACION SIN LAGRIMAS”

- Tacto:

Ejemplo: El niño comienza a realizar una bola en la boca con la comida, pero no logra tragarla, me molesta las hilachas los hollejos de las cosas, al iniciar la masticación genero arcadas con ojos vidriosos.

Como abordar la selectividad alimentaria con el protocolo:

**“Una alimentación sin lágrimas”**



**1 rutinas y hábitos de alimentación**

**2 creación de un entorno positivo.**

**3 intervención de la conducta (exposición gradual, utilizar modeladores, reforzadores positivos)**

**4 conocer cantidades adecuadas de alimentación según edad (para no agobiar con grandes cantidades o que el niño sienta hambre).**

**5 fomentar la autonomía.**

**6 apoyos sensoriales**

**7 apoyo Familiar**

## 8 tiempo y la exposición proceso de maduración

Ejemplo: Alejandro 2 años 6 meses, trastorno selectividad alimentaria moderado en su plan de tratamiento

### 1. Intervención propuesta

Etapas del Tratamiento: de la 1 a la 3 semana

#### a) Familiarización con Nuevos Alimentos

- Introducir alimentos nuevos en pequeñas cantidades junto con alimentos ya aceptados.
- Permitir que el niño explore el alimento con las manos antes de probarlo (tocar, oler, jugar).
- Realizar juegos de estimulación orofacial Juegos relacionados a aumentar sensación en boca llevar el lápiz en el labio, soplar burbujas, hacer imitación de muecas

#### b) Exposición Gradual y Repetida (Semana 4-6)

- Presentar alimentos rechazados en diferentes formas o texturas.
- Usar combinaciones con alimentos favoritos.

#### c) Refuerzo Positivo (Todo el Programa)

Recompensar cualquier intento de probar el alimento nuevo:

- Ejemplo: "¡Qué bien que lo tocaste! Eres muy valiente."
- Evitar presiones como "Debes comer todo".

Rutinas y Entorno (Semana 7-12)

- Comer a la misma hora, en un lugar tranquilo y sin distracciones.
- Rutina propioceptiva previa a el proceso de alimentación.
- Hacer las comidas en familia para que el niño observe y modele comportamientos.

**d) Trabajo intensivo con los padres (durante todo el programa)**

- Educación respecto al proceso
- Disminución de ansiedad frente a el programa de tratamiento
- Apoyo constante del proceso
- Reorganización de rutinas alimentarias tanto de la familia como de Alejandro.
- Dar contextos de comunicación y organización frente a la comida (picnic, disminución de aparatos tecnológicos)

NO COPIAR