

Hodnocení stravování batolat

Dotazník pro vyhodnocení jídelníčku a stravovacích návyků batolat ve věku 1-3 roky

Proč hodnotit jídelníček vašeho dítěte?

Krmit batole je obecně obtížnější než krmit kojence. Mezi prvním a druhým rokem života, tedy v době kdy se dítě začíná zapojovat do rodinných stravovacích zvyklostí, je celkem běžné, že dítě odmítá potravu, nebo se stává více vybíravým a jeho chování během jídla působí obtíže.

Ve většině případů je to jen další fáze jeho vývoje, která není natolik obtížná či dlouhá na to, aby způsobila nutriční výkyvy nebo narušila růst a vývoj dítěte. Nicméně některé skladby jídelníčku nebo stravovací zvyklosti mohou batole vystavit riziku nutričních problémů – buď proto, že nepřijímají dost toho, co potřebují anebo proto, že jejich chování nedovoluje nastavit zdravé stravovací návyky.

I když je právě vaše batole dobrým jedlíkem a má zdravou chuť k jídlu, doporučujeme vyplnit tento dotazník, který vám pomůže identifikovat oblasti, které si zaslouží vaši pozornost. Na základě odpovědí vám praktický dětský lékař může poskytnout cílená a správná doporučení pro vaše dítě.

O tomto dotazníku

Tento dotazník by vám neměl zabrat více než 5 minut vašeho času. Je založen na rozsáhlém výzkumu výživových problémů batolat a je vytvořen tak, aby pomohl identifikovat oblasti, které si s velkou pravděpodobností zaslouží vaši pozornost. Pokud prostřednictvím tohoto dotazníku naleznete u vašeho dítěte potenciálně problémové oblasti, váš praktický dětský lékař vám poskytne rady a brožurku, vyvinutou experty na dětskou výživu a stravovací návyky, které vám pomohou s výživou právě toho vašeho batolete.



Nevypĺňujte tento dotazník, pokud vaše dítě:

- je už v péči specialisty s konkrétním problémem souvisejícím s výživou
- má chronické či akutní onemocnění, kvůli kterému je v péči lékaře

Jak vyplnit dotazník

- odpovězte na každou z otázek na stravovací návyky vašeho batolete
- z nabízených možností zaškrtněte (✓) tu, která NEJLÉPE VYSTIHUJE běžné stravovací návyky vašeho dítěte
- prosím buďte ve svých odpovědích naprosto otevření – nesprávné stravovací návyky v batolecím věku jsou velmi běžné a jediným účelem tohoto dotazníku je pomoci vám identifikovat jakékoliv oblasti, které by mohly vzbuzovat obavy, a poskytnout vám pomoc při jejich řešení

U každé sekce najdete návod k vyhodnocení a interpretaci získaných informací a také řešení v podobě materiálů pro rodiče.

