

# Lista de control para la SEGURIDAD DE ALIMENTOS para la familia

## SIN DUDA

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Mi hijo tiene un menú a la vista. Él siempre sabe lo que va a comer en su próxima comida.     | <input type="checkbox"/> Mi hijo raramente pregunta acerca de lo que va a comer. Él ya lo sabe. ☺  |
| <input type="checkbox"/> Mi hijo lleva su almuerzo a la escuela o trabajo.   | <input type="checkbox"/> Mi hijo conoce el horario de sus alimentos durante el día. ☺  |
| <input type="checkbox"/> Mi hijo raramente se decepciona con los alimentos. Él siempre recibe lo que está esperando. ☺ | <input type="checkbox"/> Nunca amenazo a mi hijo de ninguna manera diciéndole que le atrasaré o cambiaré algunos de sus alimentos.                     |
| <input type="checkbox"/> Mi hijo a veces corrige a otros tocante su dieta. ☺   | <input type="checkbox"/> Mi hijo tiene programado en su horario diario sus bocadillos de cero calorías.  |
| <input type="checkbox"/> Mi hijo sabe por adelantado cuando va a recibir un bocadillo. No hay sorpresas.               | <input type="checkbox"/> Mi hijo sabe que si su menú regular se interrumpe por cualquier razón, que él puede contar con la misma opción “alternativa”. |
| <input type="checkbox"/> Mi hijo nunca recibe bocadillos no esperados.   |  |

## NINGUNA EXPECTATIVA FALSA

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Mi hijo no tiene libre acceso a los alimentos o bebidas sin calorías, excepto el agua.  | <input type="checkbox"/> [Según mi conocimiento] mi hijo no ha robado exitosamente comida adicional en las últimas 2 semanas. ☺   |
| <input type="checkbox"/> Durante la preparación de los alimentos otros miembros de la familia tienen asignada la responsabilidad de vigilar a mi hijo con PWS. | <input type="checkbox"/> Tenemos un plan para cada ocasión especial y mi hijo sabe cuál será el plan con suficiente tiempo de anticipación.   |
| <input type="checkbox"/> Mi hijo raramente discute o hace berrinche tocante los alimentos. ☺   | <input type="checkbox"/> Aunque mi hijo conoce y espera seguir su dieta, sé que no puedo confiar que siga su dieta por sí mismo. ☺  |
| <input type="checkbox"/> Cuando salimos a comer a un restaurante estilo bufet o a una fiesta, mi hijo sabe que yo le prepararé su plato.                       | <input type="checkbox"/> Mi hijo nunca prepara su propio plato de comida.   |
| <input type="checkbox"/> Mi hijo tiene asignado a alguien para que lo acompañe durante el almuerzo en la escuela o el trabajo.                                 | <input type="checkbox"/> Cuando “comemos fuera de la casa” u “ordenamos de comer”, obtenemos los menús anticipadamente para que mi hijo sepa exactamente que se le permitirá ordenar. |
| <input type="checkbox"/> Mi hijo no carga su propio dinero.  | <input type="checkbox"/> Mis parientes o vecinos nunca le ofrecen a mi hijo alimentos. Les he explicado con éxito la razón por la cual nunca lo deberían de hacer. ☺                  |
| <input type="checkbox"/> Actualmente, no tenemos comida que no esté bajo llave en ningún lugar de la casa.   |   |

☺ = Signo de éxito. Si demuestra todos estos signos de éxito, su seguridad de alimentos está completa.

# Lista de control para la **SEGURIDAD DE LOS ALIMENTOS** en la escuela o lugar de empleo

## **SIN DUDA**

- Este estudiante o empleado tiene un menú a la vista. Él siempre sabe lo que va comer para el próximo alimento. **O**
- Este estudiante o empleado trae su propio almuerzo a la escuela o al trabajo.
- Durante la preparación de los alimentos, otro miembro del equipo tiene asignada la responsabilidad para vigilar al estudiante o empleado con *PWS*.
- Este estudiante o empleado raramente se decepciona con los alimentos; él siempre recibe exactamente lo que él tiene esperado. ☺
- Este estudiante o empleado a veces corrige a los demás tocante su dieta. ☺
- Este estudiante o empleado conoce con suficiente tiempo de anticipación cuándo va a recibir un bocadillo. No hay sorpresas.
- Este estudiante o empleado sabe que si su menú es interrumpido por cualquier razón que él siempre puede confiar en recibir la misma opción “alternativa”.
- Este estudiante o empleado raramente pregunta acerca lo que va a comer. Él ya lo sabe. ☺
- Este estudiante o empleado conoce su horario diario.
- Este estudiante o empleado conoce su horario programado diariamente para los alimentos.
- Nunca amenazo a este estudiante o empleado de ninguna manera con atrasar o cambiar los alimentos.

## **NINGUNA EXPECTATIVA FALSA**

- Nunca se le ofrece alimentos no planeados por adelantado o no aprobados por la familia o su hogar a este estudiante o empleado.
- Este estudiante o empleado tiene bocadillos de cero calorías programados en su horario diario.
- Este estudiante o empleado no tiene acceso a los alimentos o bebidas de cero calorías excepto el agua.
- Este estudiante o empleado raramente discute tocante los alimentos. ☺
- Este estudiante o empleado tiene a alguien asignado que lo acompañe durante el almuerzo en el trabajo o la escuela.
- Este estudiante o empleado no tiene oportunidades para conseguir alimentos durante transiciones o la transportación. Él es supervisado continuamente y los alimentos se guardan fuera de su alcance.
- Actualmente, no tenemos comida que no esté bajo llave en ningún lugar donde se le permite estar a este estudiante o trabajador.
- Este estudiante o empleado no tiene acceso al dinero o las máquinas expendedoras.
- Tenemos un plan para todas las ocasiones especiales como cumpleaños, fiestas y días festivos. El estudiante o empleado sabe con anticipación cuál será el plan.
- Aunque este estudiante o empleado conoce y espera seguir su dieta, el equipo completo comprende que no se puede confiar que él siga la dieta por sí mismo. ☺
- Este estudiante o empleado no ha robado exitosamente ningún alimento adicional en las últimas 2 semanas. ☺
- Los otros estudiantes o empleados, nunca le ofrecen alimentos a este estudiante o empleado. Nuestro equipo les ha explicado con éxito la razón por la cual no deben de hacerlo. ☺
- Nuestro equipo nunca ofrece bocadillos no planeados como recompensa.

☺ = Signo de éxito. Si demuestra todos estos signos de éxito, su seguridad de alimentos está completa.