

Alimentation et troubles alimentaires de l'enfant de plus de 3 ans et de l'adolescent **21h**

Réf : MIATAE2018

OBJECTIFS :

Identifier les besoins nutritionnels de l'enfant et/ou adolescent,
Respecter les habitudes alimentaires familiales et culturelles,
Concevoir un repas équilibré,
Reconnaître les troubles alimentaires afin d'adapter sa préparation des repas.

SAVOIRS :

- Les besoins nutritionnels de l'enfant ou de l'adolescent,
- Les groupes alimentaires,
- Les règles de base de l'alimentation,
- Les principaux modes de préparation et de cuisson des légumes, des viandes, des poissons ,
- Les règles de conservation des aliments,
- Les règles d'hygiène et de sécurité liées à la préparation des repas,
- Les recettes simples et adaptées en prenant en compte les goûts, les habitudes, la culture,
- Les régimes alimentaires liés à des causes spécifiques comme l'allergie, par exemple,
- Les principales causes et conséquences d'une perte d'appétit,
- Les troubles alimentaires.

APTITUDES :

- Concevoir, proposer et réaliser des menus de base équilibrés et variés répondant aux besoins alimentaires,
- Concevoir et réaliser des menus en fonction du régime alimentaire,
- Améliorer un repas déjà préparé en fonction des goûts de l'enfant/adolescent,
- Mettre en place un menu journalier, hebdomadaire selon les saisons,
- Alerter les parents en cas de difficultés lors de la prise des repas,
- Associer l'enfant ou l'adolescent à la découverte du goût et des saveurs.