



## DEFINICIÓ DE DIETA

La dieta del servei de menjador, és el tractament dietètic de caràcter individual i personalitzat, per raons terapèutiques, per alimentació vegetariana, o pel compliment de preceptes religiosos.

## DIETA TERAPÈUTICA

És aquella dieta necessària pel tractament de determinades malalties i intoleràncies alimentàries, que serveix per a curar-les o compensar-les, o evitar els riscos inherents a una ingesta inapropiada d'aliments, a vegades, com a únic tractament o com a tractament combinat amb altres mesures terapèutiques.

Tipus de dietes assumibles:

- **Dieta per al·lèrgia o intolerància alimentària**  
AL·LERGIA O INTOLERÀNCIA ALIMENTÀRI: és la reacció anòmla de l'organisme, secundària a la ingesta, contacte, o inhalació d'aliments amb una causa immunològica comprovada, intolerància a la lactosa, al·lèrgia a l'ou, al peix, al marisc, a les lleguminoses, als fruits secs,... La persona diagnosticada ha de portar una dieta estricta alimentària sense l'aliment al·lergen o intolerant.
- **Dieta per a celíacs (intolerància al gluten)**  
CELIAQUIA: és una malaltia crònica del sistema digestiu que és defineix com una intolerància permanent al gluten. El gluten és una fracció proteica que és troba a cereals com: blat, ordi, sègol i civada, exceptuant l'arròs i el blat de moro. La persona diagnosticada ha de portar una dieta estricta alimentària sense gluten.
- **Dieta per a diabètics (diabetis melitus)**  
DIABETIS: és una malaltia crònica en la que els nivells de glucosa en sang estan augmentats. Requereix d'un tractament dietètic.
- **Dieta hipocalòrica**  
OBESITAT: és una malaltia crònica, que es caracteritza per l'excés de greix a l'organisme, i que es presenta, quan l'índex de massa corporal es troba per sobre del considerat com a normal. Requereix portar una dieta alimentària controlada i estricta.
- **Dieta hiposòdica**  
HIPERTENSIO ARTERIAL: és una malaltia crònica que es caracteritza per un increment de la pressió sanguínia en les arteries, per sobre de l'índex establert com normal. Requereix portar una dieta estricta baixa en sal i proteïnes.
- **Dieta hipocolesterolemiant**  
HIPERCOLESTEROLEMIA: no es tracta d'una malaltia, sinó d'una alteració metabòlica, amb una presència de nivells elevats de colesterol en la sang. Requereix portar una dieta alimentària controlada.
- **Dieta astringent o dieta laxant**  
DIARREA: En general, no és una malaltia, sinó el símptoma d'un altre trastorn. És conseqüència, d'una inflamació de l'intestí que es soluciona sola i en pocs dies (diarrea aguda). Quan deriva en una diarrea crònica que pot durar setmanes o mesos,

requereix d'un tractament dietètic estricte. La diarrea aguda, estarà contemplada pel servei de menjador com a dieta ocasional.

**ESTRENYIMENT:** En general no es una malaltia, és conseqüència, d'un pas lent en l'intestí que es soluciona sol i en pocs dies (estrenyiment agut). Quan l'estrenyiment persisteix durant mesos o anys (estrenyiment crònic), passa a tenir la consideració de malaltia, i requereix d'un tractament dietètic estricte. L'estrenyiment agut estarà contemplat pel servei de menjador com a dieta ocasional.

La dieta terapèutica serà assumida pel servei de menjador prèvia prescripció mèdica documentada i entregada a Secretaria. La dieta terapèutica serà exclusiva pels usuaris amb abonament. Per raons de seguretat alimentària, el servei de menjador no acceptarà cap sol·licitud de dieta terapèutica a través de tiquet o menú diari.

Qualsevol malaltia o trastorn, que per prescripció mèdica, requereixi d'una dieta terapèutica no recollida en aquesta instrucció, serà estudiada, sent assumida pel servei de menjador si la logística i la infraestructura del servei ho permet, i sempre que es pugui garantir la seguretat alimentària de la dieta.

- **Dieta ocasional (per trastorn gastrointestinal transitori)**

La dieta ocasional és entesa pel servei de menjador com el tractament dietètic de caràcter terapèutic, que te com a finalitat resoldre un problema d'àmbit gàstric intestinal transitori, que es solucionarà en pocs dies. La dieta pot ser astringent (per diarrea) o laxant (per estrenyiment).

La dieta astringent que el servei de menjador assumirà, serà la establerta dietèticament com a dieta astringent moderada (ex: arròs bullit o sopa de fideus fins amb caldo vegetal o patates bullides o vapor, pollastre o peix blanc bullits al vapor o planxa, o pernil cuit, una poma bullida o codony o iogurt natural).

La dieta laxant que el servei de menjador assumirà, serà el menú establert com a vegetarià.

Qualsevol usuari del servei de menjador, podrà sol·licitar la dieta ocasional. L'usuari o família de l'alumne, l'hauran de comunicar a Secretaria a través del procediment administratiu establert per aquesta dieta.

## **ALIMENTACIÓ VEGETARIANA**

És el règim alimentari en el que hi ha absència d'ingesta de carn. Hi ha dos tipus de vegetarians: els ovo-lacto-vegetarians que inclouen a la seva dieta, els aliments d'origen vegetal, llet i derivats, i ous. I els vegans, que no consumeixen cap producte o subproducte d'origen animal, o testat sobre animals, (peixos, làctics, ous, mel, ...).

En el context escolar del servei de menjador, la alimentació vegetariana dels alumnes, inclourà, tal com recomana el Departament d'Ensenyament, els ous, peix, i làctics, donat que qualsevol altre alternativa pot ser potencialment deficitària en edat de creixement.

La dieta vegetariana serà assumida pel servei de menjador prèvia prescripció mèdica documentada i entregada en Secretaria, o prèvia sol·licitud de l'usuari o família de l'alumne, en el moment de la inscripció al servei de menjador amb abonament. El servei de menjador no acceptarà cap sol·licitud d'alimentació vegetariana d'alumnes a través de tiquet o menú diari.



## ALIMENTACIÓ COMPLINT PRECEPTES RELIGIOSOS

En el context escolar del servei de menjador, es seguiran les recomanacions de la "Guia per la gestió de la diversitat religiosa als centres educatius" publicada per la Generalitat de Catalunya.

Tot i que la majoria de tradicions religioses contemplan prescripcions alimentàries, només en alguns casos són obligatòries per als nois i noies, i el servei de menjador les resoldrà exclusivament amb diferents adaptacions del menú ordinari (basal), amb els menús terapèutics, o el vegetarià.

- |                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| - Judaisme:                         | amb menú basal sense porc, conill, marisc, i derivats. |
| - Islam:                            | amb menú basal sense porc i derivats.                  |
| - Església Adventista del Setè Dia: | amb menú basal sense porc i derivats o vegetarià       |
| - Hinduisme:                        | amb menú basal sense vedella i derivats o . vegetarià. |
| - Sikhisme                          | amb menú basal sense vedella i derivats o vegetarià.   |
| - Budisme:                          | amb menú vegetarià.                                    |

Sense prescripcions alimentàries específiques, significatives, o rellevants:

Església Catòlica	sense carn quaresma
Esglésies Evangèliques	
Esglésies Ortodoxes	
Església de Jesucrist dels Sants dels Darrers Dies	
Fe Bahà'i	
Testimoni de Jehovà	

La alimentació amb compliment de preceptes religiosos serà assumida pel servei de menjador per a usuaris amb abonament. L'usuari o família de l'alumne, sol·licitaran en el moment de la inscripció al servei, el tipus de menú al que s'adhereix. Per raons de caràcter logístic, el servei de menjador no podrà assolir el servei d'usuaris de tiquet o menú diari, amb alimentació amb preceptes religiosos.

En el cas de ser necessari l'acompliment puntual d'algun precepte de calendari religiós, l'usuari o la família de l'alumne, només el podran resoldre'l, adaptant-se al procediment establert per a la Dieta Ocasional. Fora d'aquest cas, el servei de menjador escolar no podrà resoldre cap altre situació religiosa.