



Φαρμακείο: Υποστηρίξτε τη σωστή ανάπτυξη των παιδιών με διατροφικές δυσκολίες

Και συμβουλευτείτε τις οικογένειές τους για το πώς θα τα βοηθήσουν

Κάθε παιδί για να αναπτυχθεί σωστά χρειάζεται πλήρη και ισορροπημένη διατροφή από όλες τις θρεπτικές ομάδες, συμπεριλαμβανομένης επαρκούς ποσότητας υδατανθράκων, πρωτεϊνών, λίπους, βιταμινών και μεταλλικών στοιχείων, αλλά και νερού καθημερινά. Οι ανάγκες σε θρεπτικά συστατικά εξαρτώνται από το πόσο μεγάλο και δραστήριο είναι ένα παιδί και μπορεί να διαφέρει στο καθένα από αυτά αλλά και σε κάθε ηλικία χωριστά. Είναι πολύ συχνό όμως το φαινόμενο, ιδιαίτερα στη σύγχρονη κοινωνία, όπου κυριαρχούν πολλά λανθασμένα διατροφικά μηνύματα με προπαρασκευασμένα φαγητά και συσκευασμένα γλυκά και ροφήματα, πολλά παιδιά να εμφανίζουν διατροφικές δυσκολίες που μπορούν να επιμείνουν καθ' όλη τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας. Είναι ενδεικτικό ότι το 50% των γονέων σε παγκόσμιο επίπεδο θεωρούν τα παιδιά τους επιλεκτικά ή δύστροπα στο φαγητό, και με αυτή τη συμπεριφορά τους επηρεάζουν ολόκληρη την οικογένεια, επιβαρύνοντας συναισθηματικά τους γονείς.

Φαρμακείο: Οι συμβουλές σας έχουν αξία

Ο φαρμακοποιός μπορεί να συστήσει τα κατάλληλα συμπληρώματα διατροφής, που παρέχουν μεγάλη ποικιλία θρεπτικών συστατικών όπως πρωτεΐνες, υδατάνθρακες αλλά και τις απαραίτητες βιταμίνες που μπορούν να κρατήσουν υγιή τα παιδιά με διατροφικές δυσκολίες. Επιπλέον, θα πρέπει να συμβουλευθούν τους γονείς να ανησυχήσουν όταν το παιδί τους:

- ✦ Δεν παίρνει βάρος.
- ✦ Δεν τρώει πολλά είδη τροφίμων με συγκεκριμένη υφή ή σύνθεση.
- ✦ Αρνείται να φάει όλες τις τροφές από συγκεκριμένες ομάδες τροφίμων (π.χ λαχανικά, όσπρια).
- ✦ Διαταράσσει τα οικογενειακά γεύματα από τη διατροφική συμπεριφορά του.
- ✦ Θέλει να φάει, αλλά φαίνεται να μη μπορεί.

Επίσης, στη συμβουλευτική που θα δώσει ο φαρμακοποιός προς τους γονείς θα πρέπει να αναφέρει:

1

Να βοηθούν το παιδί τους να αναπτύξει υγιεινές διατροφικές συνήθειες καθώς και να κατανοήσει τη σημασία μιας ισορροπημένης διατροφής με την κατανάλωση τροφών από μια ποικιλία ομάδων τροφών.

2

Να αποφεύγουν τους χαρακτηρισμούς τροφίμων ως «τιμωρίας» ή «δωροδοκίας» βάζοντας το παιδί να τρώει με ανταμοιβές.

3

Να θέτουν όρια για το τι τρώει το παιδί και να μιλούν για τα τρόφιμα με θετικό τρόπο. Αυτό μπορεί να διδάξει στα παιδιά τη διαφορά μεταξύ πείνας και πληρότητας και να δημιουργήσει μια εμπειρία χωρίς στρες με τα νέα τρόφιμα.

4

Τα παιδιά με επιλεκτικότητα τροφίμων και κακή όρεξη μπορεί να χρειαστούν θρεπτική υποστήριξη για να μειώσουν τον κίνδυνο ανεπάρκειας θρεπτικών συστατικών που μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένη νοσηρότητα αλλά και μειωμένη ανάπτυξη.

PEDIASURE TRIPLESURE ΑΠΟ ΤΗΝ ABBOTT

Συμπλήρωμα διατροφής για παιδιά 1-10 ετών



Το νέο Pediasure TripleSure αποτελεί ένα συμπλήρωμα διατροφής για παιδιά ηλικίας από 1 έως 10 ετών, με πιθανώς ανεπαρκή πρόσληψη θρεπτικών ουσιών.

Διαθέτει σύστημα Τριπλής Προστασίας που υποστηρίζει την ανάπτυξη:

- Περιέχει πρωτεΐνη και 27 βιταμίνες και ανόργανα συστατικά, συμπεριλαμβανομένου του ασβεστίου.
- Περιέχει βιταμίνη D που συμβάλλει στη φυσιολογική λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος καθώς και σίδηρο που συμβάλλει στη φυσιολογική γνωστική ανάπτυξη.
- Είναι επίσης εμπλουτισμένο με το προβιοτικό *Lactobacillus acidophilus*.

Η γεύση του είναι εγκεκριμένη από παιδιά. Διατίθεται σε μορφή σκόνης, σε συσκευασία 400gr με γεύση βανίλια.



★★★★
NEO

PediaSure® Triplesure

ισορροπημένη διατροφή για παιδιά

Γεύση
εγκεκριμένη
από παιδιά

Υποστηρίζει την ανάπτυξη & την εξέλιξη

Το PediaSure® Triplesure περιέχει θρεπτικά συστατικά από τις 5 θρεπτικές ομάδες όπως πρωτεΐνες, 13 βιταμίνες και 14 ανόργανα συστατικά, συμπεριλαμβανομένου του σιδήρου.

- ▶ **75% βελτίωση της όρεξης** των παιδιών *
- ▶ **Μείωση των ημερών νόσησης** κατά 29% σε παιδιά 3-5 ετών βάσει κλινικών μελετών



Ενισχυμένο σύστημα 27 βιταμινών και μετάλλων συμπεριλαμβανομένου και του ασβεστίου, για την υποστήριξη της υγιούς ανάπτυξης



Βιταμίνη D που συμβάλλει στη φυσιολογική λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος



Σίδηρο που συμβάλλει στη φυσιολογική γνωστική ανάπτυξη

Γεύση Βανίλια



Συμπλήρωμα διατροφής σε μορφή γάλατος

Συμπλήρωμα διατροφής γνωστοποιημένο στον Ε.Ο.Φ. Αρ. Γνωστ. ΕΟΦ: 123444/03-12-2018. Ο αριθμός γνωστοποίησης στον ΕΟΦ δεν επέχει θέση άδειας κυκλοφορίας. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατο μίας ισορροπημένης διαίτας. Το προϊόν αυτό δεν προορίζεται για την πρόληψη, αγωγή ή θεραπεία ανθρώπινης νόσου. Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας αν είστε έγκυος, θηλάζετε, βρίσκεστε υπό φαρμακευτική αγωγή ή αντιμετωπίζετε προβλήματα υγείας

*όπως ανέφεραν οι γονείς (μετά από κατανάλωση δύο μερίδων/ημέρα, σύμφωνα με τη μελέτη Huynh et al J Hum Nutr Diet no.28(6).2015)

ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΗΛΙΚΙΑΣ 1-10 ΕΤΩΝ

AN-19-PE1

Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στην εταιρεία:

ABBOTT LABORATORIES (ΕΛΛΑΣ) Α.Β.Ε.Ε.

Αθήνα: Αγ. Δημητρίου 63, 174 56 Αλιμος, Τηλ.: 210 99 85 222.

Θεσσαλονίκη: 12ο χλμ. Εθνικής οδού Θεσσαλονίκης - Ν. Μουδανιών, Τ.Θ. 60682, 570 01 Θέρμη Θεσσαλονίκης, Τηλ.: 2310 810 470.

Abbott