

Số: /KH-MNHĐ

Thanh Khê, ngày 23 tháng 9 năm 2024

KẾ HOẠCH VÀ BIỆN PHÁP
Phòng chống đối với trẻ SDD - thừa cân
Năm học 2024 - 2025

Căn cứ Kế hoạch số 978/PGDĐT-HĐNG ngày 09 tháng 09 năm 2024 về việc hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ y tế trường học năm 2024 – 2025;

Căn cứ Kế hoạch và Nhiệm vụ năm học của Trường mầm non Hồng Đào và căn cứ vào tình hình thực tế đầu năm qua kết quả đánh giá trẻ theo tổ chức thế giới WHO. Trường mầm non Hồng Đào xây dựng Kế hoạch công tác phòng chống đối với trẻ suy dinh dưỡng và béo phì năm học 2024 - 2025 như sau:

I. ĐẶC ĐIỂM TÌNH HÌNH

1. Thuận lợi

- Trường có đầy đủ trang thiết bị phục vụ công tác chăm sóc nuôi dưỡng trẻ. Phòng lớp thoáng mát, sạch sẽ, đầy đủ đồ dùng đồ chơi phục vụ cho cháu.

- Bếp ăn đảm bảo vệ sinh và được chứng nhận bếp ăn đảm bảo theo quy trình bếp một chiều.

- Giáo viên có trình độ chuyên môn đạt chuẩn và trên chuẩn, yêu nghề, mến trẻ, nắm bắt kiến thức chăm sóc trẻ, nhận thức được tầm quan trọng của công tác phòng chống SDD và béo phì nhằm đảm bảo sức khỏe cho trẻ.

- Môi trường xung quanh thoáng mát, trang trí đẹp phù hợp với lứa tuổi. Ngoài ra nhà trường cũng trang bị các loại đồ dùng đồ chơi ngoài trời đảm bảo an toàn và vệ sinh cho trẻ.

2. Khó khăn

- Một số phụ huynh ở gia đình chưa quan tâm, chưa thấy được tầm quan trọng của công tác phòng chống béo phì, SDD nên việc thực hiện chưa đồng bộ.

II. Mục tiêu cụ thể

1. Phòng chống suy dinh dưỡng

- Đầu năm theo dõi, cân đo, phân loại những trẻ suy dinh dưỡng và nguy cơ suy dinh dưỡng ở mức độ nào để có biện pháp cụ thể đối với từng trẻ.

- Tìm ra nguyên nhân trẻ bị suy dinh dưỡng: Do bệnh tật, do di truyền hay một số vấn đề nào để tích cực tìm ra biện pháp.

a) Biện pháp cụ thể

- Với trẻ duy dinh dưỡng cần lập danh sách theo dõi cụ thể. Cân đo sức khỏe trẻ thường xuyên (1lần/tháng)

- Xây dựng khẩu phần ăn cho trẻ.

- Thông báo với gia đình tình trạng sức khỏe của trẻ ở mức độ nào. Phối hợp cùng gia đình chăm sóc và có biện pháp giúp trẻ nhanh tăng cân, gia đình cần phải tăng cường bữa ăn, cho trẻ ăn các loại thức ăn giàu chất đạm và chất béo. Với những trẻ suy dinh dưỡng về bệnh tật cần tư vấn cho gia đình điều trị kịp thời.

- Thực hiện tốt chế độ ăn cho trẻ, tăng năng lượng và các chất dinh dưỡng trong khẩu phần ăn cho trẻ tại trường và ở nhà, theo dõi cân nặng của trẻ hằng tháng.

- Đối với nhà trường tăng cường khẩu phần ăn cho trẻ trong mỗi bữa ăn. Hỗ trợ thêm sữa chua, kem Plan, trái cây...

- Giáo viên động viên thăm hỏi cháu đau ốm kịp thời, kết hợp tuyên truyền với phụ huynh về những thông tin nuôi con theo khoa học, vận động trẻ ra lớp 100% sau khi ốm dậy.

b) Chỉ tiêu phấn đấu: Phấn đấu cuối năm tỉ lệ SDD dưới 0.5%

2. Phòng chống béo phì

Béo phì là tình trạng không bình thường của sức khỏe, trong đó có nguyên nhân do nuôi dưỡng.

a) Nhận biết

Trẻ tăng cân nhanh, lớp mỡ dưới da.

b) Phòng chống béo phì

- Đầu năm theo dõi, cân đo, phân loại những trẻ béo phì và có nguy cơ bị béo phì ở mức độ nào để có biện pháp cụ thể đối với từng trẻ.

- Theo dõi cân nặng của trẻ, đối chiếu với chuẩn chiều cao cho phép, nếu có biểu hiện của thừa cân kịp thời can thiệp với sự hướng dẫn của y tế.

- Thường xuyên trao đổi, liên lạc giữa gia đình và nhà trường để có chế độ ăn uống, chế độ sinh hoạt, chế độ rèn luyện thể lực phù hợp với trẻ.

c) Biện pháp cụ thể

- Tìm nguyên nhân trẻ thừa cân dẫn đến béo phì.

- Giáo viên và phụ huynh hằng tháng cân đo và theo dõi chỉ số cân nặng của trẻ, có kế hoạch tác động ngay khi trẻ có biểu hiện thừa cân.

- Cho trẻ ăn đủ nhu cầu năng lượng trong một ngày, không nên cho trẻ ăn quá nhiều đạm.

- Tăng cường hoạt động thể lực cho trẻ trong các giờ vận động, thể dục...

- Thường xuyên tổ chức các hoạt động ngoài trời, tạo điều kiện cho trẻ được chạy nhảy, vui chơi để trẻ có sự điều chỉnh hợp lý.

- Đối với trẻ béo phì, năng lượng do chất béo và chất bột đường cung cấp nên ở mức độ tối thiểu, đồng thời tăng cường cho trẻ ăn nhiều các loại rau, củ, quả và tích cực vận động.

- Hoạt động rèn thể chất: Trong các giờ thể dục giáo viên chọn các động tác thể dục hợp lý kết hợp trong các hoạt động giáo dục trẻ hằng ngày tại lớp.

- Nếu mức độ tăng cân hàng tháng nhanh và khi cân trẻ nặng ở trên kênh +3 phải có tư vấn của cán bộ y tế để có thể đưa ra các biện pháp can thiệp sớm tránh tình trạng thừa cân, béo phì.

- Đẩy mạnh công tác tuyên truyền tại các góc phụ huynh ở trường, lớp về nguyên nhân béo phì ở trẻ em, giáo viên ở lớp trao đổi trực tiếp với phụ huynh cụ thể về những nguy cơ ảnh hưởng đến sức khỏe trẻ khi bị béo phì.

- Tăng lượng rau củ, vitamin, giảm lượng đạm béo trong bữa ăn của trẻ, tuy nhiên vẫn đảm bảo đủ lượng ăn quy định của trẻ trong ngày mà chất lượng cũng không giảm để khi hạn chế mức béo phì của trẻ mà trẻ vẫn khỏe mạnh, không mệt mỏi.

- Hướng dẫn cho phụ huynh một số thực đơn ở nhà để phụ huynh tham khảo cho trẻ ăn. Tạo thói quen cho trẻ ăn nhiều rau, uống nước trái cây.

- Giáo viên ở lớp bố trí, sắp xếp bàn ăn riêng cho trẻ béo phì để tiện việc theo dõi bữa ăn.

- Giáo viên ở lớp tăng cường vận động cho trẻ thông qua các hoạt động của trẻ trong lớp như: Giờ thể dục vận động, hoạt động góc, động viên cháu tham gia giúp cô những việc đơn giản, vừa sức trẻ: Kê bàn, ghế trước giờ ăn, phát đồ dùng học tập cho bạn trong giờ học, xếp gối, tưới cây...

- Tuyên truyền phụ huynh chế độ chăm sóc và tổ chức hoạt động cho trẻ ở nhà. Đặc biệt trong những ngày nghỉ dài như dịp tết, lễ phụ huynh không nên chiều con cho trẻ ăn tự do nhất là những loại kẹo, bánh, nước ngọt khi trẻ đòi ăn. Đối với trẻ SDD khi ăn ngọt vào thì không chịu ăn cơm, nên sau những ngày nghỉ dài hạn, trẻ dễ bị sụt cân hơn nữa, đối với trẻ béo phì thì nhu cầu ăn uống đòi hỏi nhiều hơn nên vừa ăn ngọt nhiều vừa ăn các loại thực phẩm khác nên sau những ngày nghỉ lại càng béo phì hơn.

d) Chỉ tiêu phấn đấu: Phấn đấu cuối năm: giảm trẻ béo phì giảm dưới 0.5 %.

Trên đây là kế hoạch và biện pháp phòng chống đối với trẻ SDD và béo phì năm học 2024 – 2025 của trường mầm non Hồng Đào. Trong quá trình thực hiện sẽ điều chỉnh cho phù hợp với tình hình thực tế cũng như các chỉ đạo của các cấp./.

Nơi nhận:

- Các bộ phận trong trường;

- Lưu: VT, YT.

HIỆU TRƯỞNG

Lê Hiền My