



SOCIETY FOR THE STUDY OF
CELIAC DISEASE

PROVEYENDO PLANES ESCOLARES

Consejos Para la Planificación Escolar

Grado	Estrategias
Preescolar	<ul style="list-style-type: none">• Provea al personal de la cafetería una lista de alimentos seguros• Provea refrigerios pre-envueltos• Provea una comida congelada para emergencias• Asegúrese de que el alumno tenga acceso a lavarse las manos con agua y jabón, en lugar de solo un desinfectante para manos• Única regla de reparto en un solo sentido
Primaria	<ul style="list-style-type: none">• Cree una caja de bocadillos con su hijo• Prepare mantecados sin gluten para guardar en el congelador para celebraciones inesperadas• Provea una comida congelada para emergencias• Colabore con el personal de la cafetería para proporcionar versiones sin gluten de las ofertas habituales de la cafetería Por ejemplo, nuggets de pollo sin gluten, pizza sin gluten, etc.• Revise el calendario escolar con los maestros frecuentemente para próximos eventos que pueden incluir comida o meriendas• Asegúrese de que el alumno tenga acceso a lavarse las manos con agua y jabón, en lugar de solo un desinfectante para manos• Única regla de reparto en un solo sentido
Secundaria y Preparatoria	<ul style="list-style-type: none">• Investigue la cafetería para ofertas naturalmente sin gluten, como pollo a la parrilla, tacos con tortillas de maíz, etc.• Haga arreglos con los cafés locales, los comensales, etc., donde los adolescentes tienden a reunirse, para llevar al menos algunos artículos que naturalmente no contienen gluten o artículos preparados sin gluten
Universidad o Facultad	<ul style="list-style-type: none">• Contacte al director de servicios de comedor<ul style="list-style-type: none">* Verifique si hay un plan de comidas sin gluten disponible* Programe una cita con el director para cuando visite la escuela* Programe un recorrido por el comedor que le proporcionará sus comidas• Verifique si hay habitaciones de estilo apartamento disponibles• Localice mercados locales y restaurantes que brinden opciones sin gluten