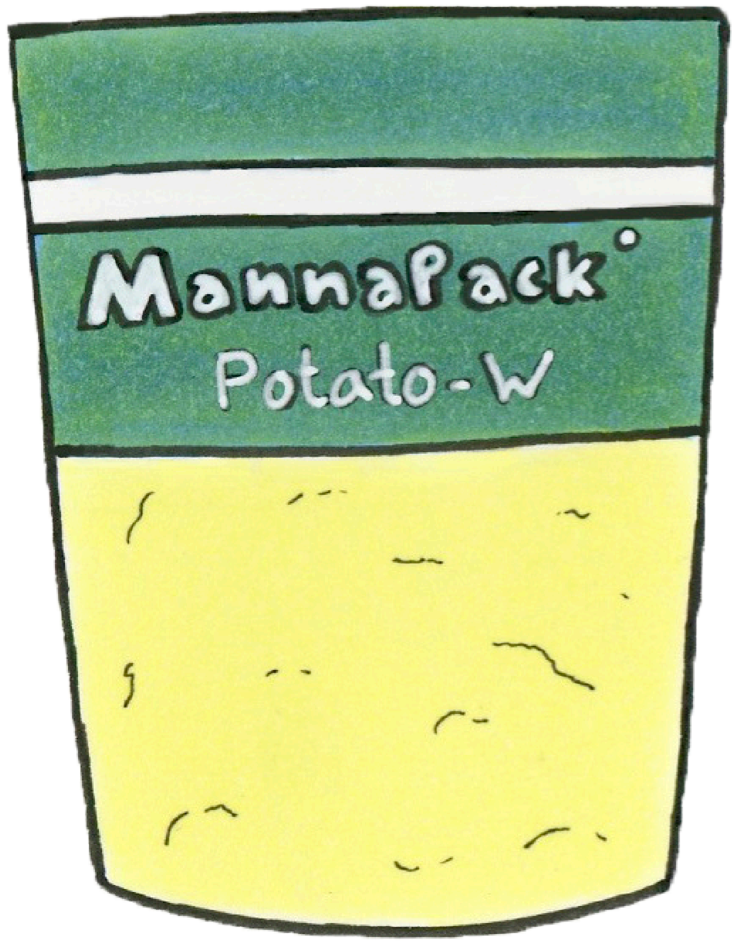
Bersyon 9/2022

Edukasyong Pang-Nutrisyon



MannaPack® Potato-W

FEED MY STARVING CHILDREN

MannaPack® Potato-W

BACKGROUND:

Ayon sa World Health Organization, "kaunting bilang lamang ng mga bata ang nakakatanggap ng pandagdag na pagkain o complementary food na may sapat na sustansiya at ligtas; sa maraming bansa, mas mababa pa sa ikaapat na porsiyento ng mga batang edad 6-23 buwan ang nakakaabot sa rekomendasyong pagkakaiba-iba ng pagkain (o diet diversity) at tamang dalas ng pagpapakaing angkop sa kanilang edad."

Inirerekomenda ng World Health Organization at UNICEF ang "pagbibigay ng pandagdag na pagkain o complementary food na may sapat na sustansiya at ligtas sa batang edad 6 na buwan habang ipinagpapatuloy ang pagpapasuso hanggang 2 taon o higit pa."

Ang paggamit ng MannaPack® Potato-W ay naaayon sa mga rekomendasyon ng World Health Organization at UNICEF. Gayunpaman, ang mga ina at tagapangalaga ng mga sanggol ay nararapat pa ring kumonsulta sa kanilang doktor o sa tagapangalaga ng kanilang kalusugan upang makapagpasiya kung ano ang mas mainam ayon sa kanilang sitwasyon.

Sanggunian: World Health Organization. Infant and young child feeding. 9 June 2021. Matatagpuan sa https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding

Sanggunian: Food and Agriculture Organization (FAO) of the United Nations. Complementary Feeding for Children Aged 6-23 Months. Matatagpuan sa https://www.fao.org/3/am866e/am866e00.pdf

Paggamit ng MannaPack® Potato-W Kasama ng Ibang Complementary Food

Bersyon 9/2022

KONSEPTO:

Iminumungkahi ng World Health Organization, UNICEF, at ng iba pang mga organisasyong pangkalusugan ang eksklusibong pagpapasuso o exclusive breastfeeding sa mga bagong silang na sanggol sa unang anim na buwan. Pagkatapos ng 6 na buwan ng sanggol, maaari na itong bigyan ng karagdagang pagkain o complementary food. Ang mga pagkaing ibibigay ay dapat na ligtas at maliliit na dulot o serving ng mga pagkaing dinurog at pinakatas o pureed. Mahalagang maghanda ng iba't ibang uri ng pagkain para makapagbigay ng balanseng sustansiyang kailangan ng sanggol. Maaaring kasama sa mga pagkaing ito ang mga pagkaing mayaman sa enerhiya (kagaya ng kanin o iba pang butil), protina (kagaya ng isda, karne, at soya), at mga gulay at prutas. Ang balanseng pagkain ay makakatulong sa patuloy na paglaki ng bata habang patuloy na sumususo at sa unang sa pag-awat nito sa pagsuso.

Ang MannaPack® Potato-W ay isang complementary food para sa mga sanggol mula 6-12 buwang gulang. Ito ay ginagamit upang makapagbigay ng karagdagang nutrisyon pagkatapos ng panahon ng eksklusibong pagpapasuso. Ang MannaPack® Potato-W ay hindi dapat gamiting pamalit sa iba pang pagkain.

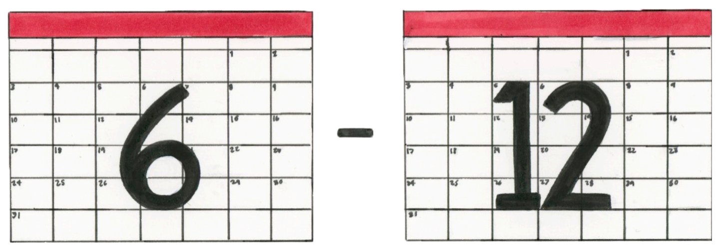
GABAY SA TAGAPAGSANAY:

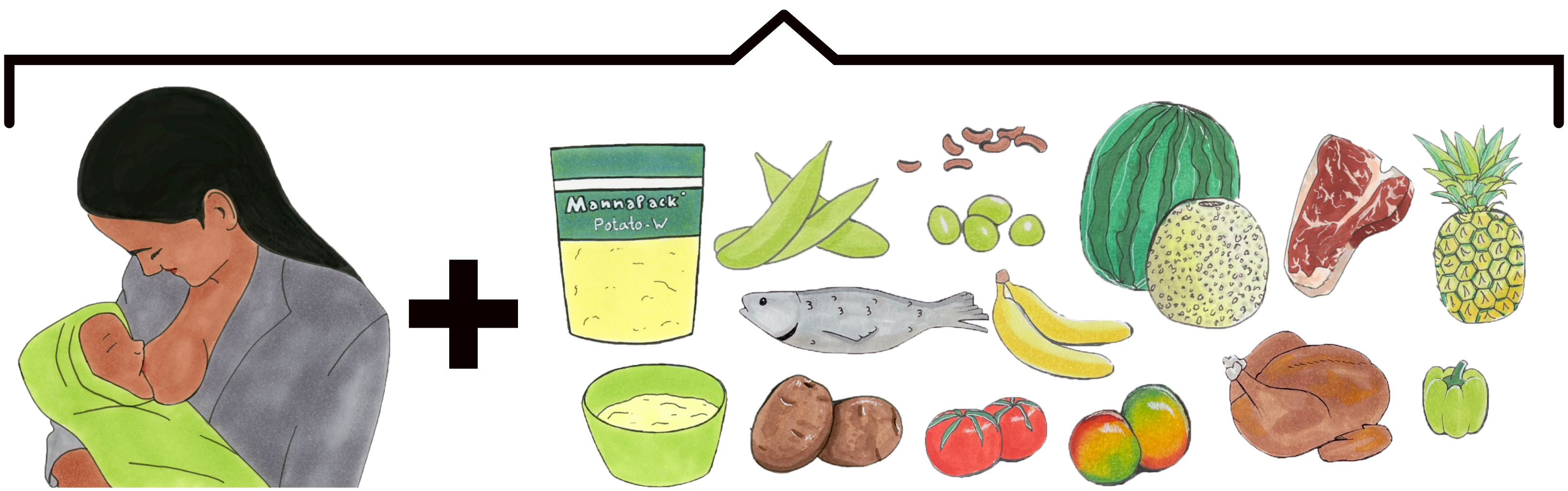
Ano ang iyong nakikita sa mga larawan?

Ang mga maaaring sagot:

- *Ang eksklusibong pagpapasuso o exclusive breastfeeding ay dapat ipagpatuloy sa unang 6 na buwan.*
- *Pagkatapos ng 6 na buwan, maaari nang bigyan ng karagdagang pagkain kasama ang MannaPack® Potato-W ang sanggol para makapagbigay ng iba't ibang pagkain at sustansiya.*
- *Balansehin ang pagkain sa pamamagitan ng pagbibigay ng mga pagkaing mayaman sa enerhiya (kanin, mais, patatas), protina (karne, isda, beans, soya, mani), at mga gulay at prutas.*

Bersyon 9/2022





MannaPack® Potato-W

FEED MY STARVING CHILDREN

Anong mga Pagkain ang nasa MannaPack® Potato-W?

Bersyon 9/2022

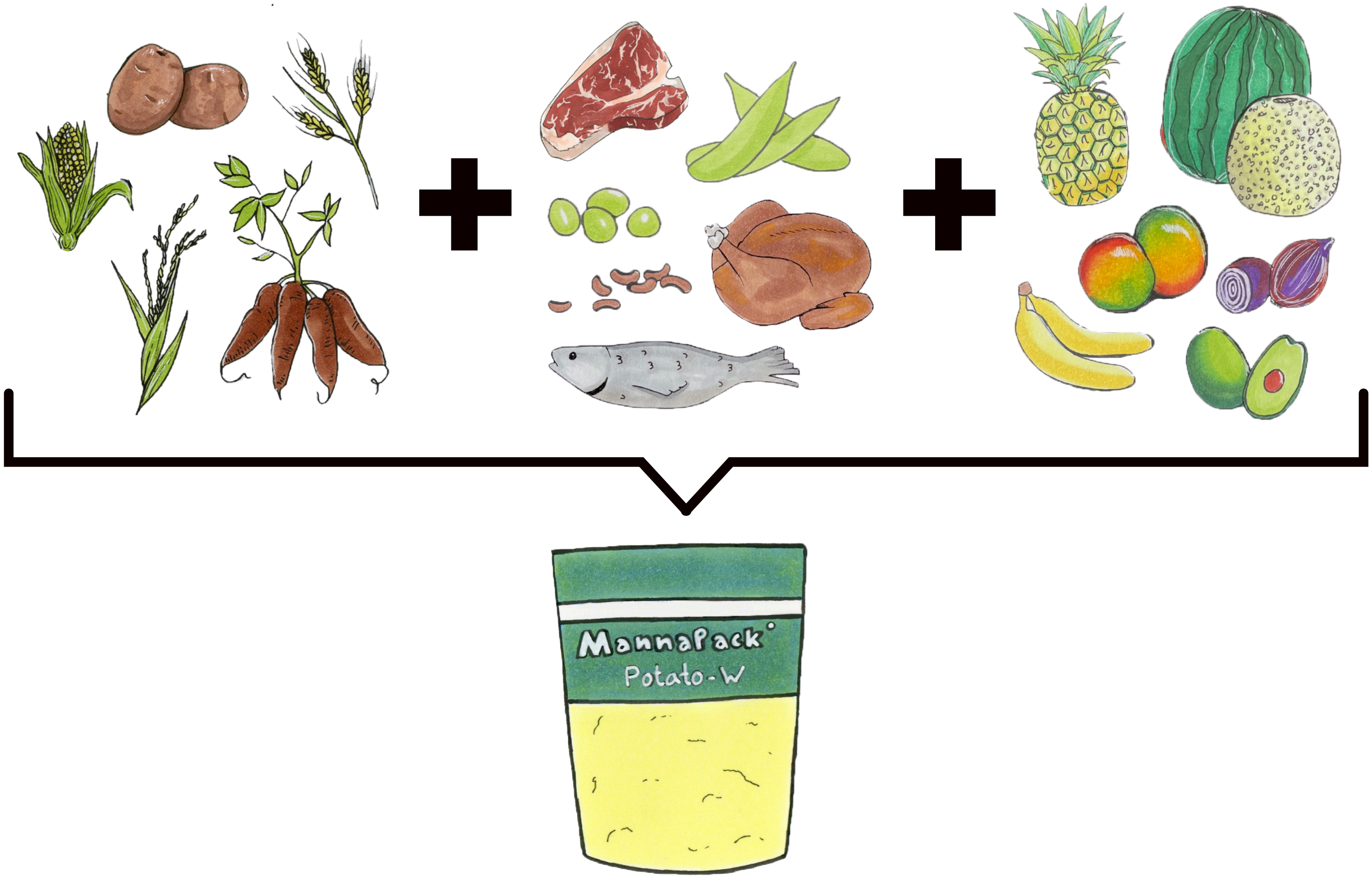
KONSEPTO:

Ang MannaPack® Potato-W ay nakakapagbigay ng lugaw na may iba't ibang pagkain at sustansiyang mahalaga sa paglaki ng sanggol. Ang MannaPack® Potato-W ay gawa sa tinuyong patatas, harina ng soya, at halu-halong bitamina at mineral na ayon sa inirerekomendang dami ng World Health Organization para sa edad 6 hanggang 12 na buwan.

GABAY SA TAGAPAGSANAY:

Ano ang iyong nakikita sa mga larawan?

Ang mga maaaring sagot: Ang MannaPack® Potato-W ay naglalaman ng balanseng pagkain na inirerekomenda para sa complementary feeding o karagdagang pagkain ng sanggol habang sumususo.



MannaPack® Potato-W

Pag-iimbak ng Kahon at Bag ng MannaPack® Potato-W

Bersyon 9/2022

KONSEPTO:

Ang MannaPack® Potato-W ay dapat na iimbak nang nakaangat mula sa sahig o nakapatong sa mesa, malayo sa mga dingding, sa isang kuwartong may maayos na daloy ng hangin. Ang MannaPack® Potato-W ay dapat na pangalagaan mula sa mga insekto, daga at iimbak malayo sa mga nakalalasong kemikal. Ang MannaPack® Potato-W ay dapat na iimbak sa aparador o kuwartong maayos na naisasara at may kandado.

GABAY SA TAGAPAGSANAY:

Ano ang iyong nakikita sa unang hanay ng mga larawan?
Ang mga maaaring sagot: Inilalagay ng mga tao ang bag at kahon sa mesang nakaangat mula sa sahig na maaaring ilagay sa isang kuwarto. Ang kahon ay hindi dapat na ilagay sa sahig.

Ano sa iyong tingin ang ibig sabihin ng kalendaryo?
Ang maaaring sagot: Ang produkto ay maaaring iimbak at gamitin bago ang 18 buwan.

Sa iyong tingin, bakit kailangang ipatong sa mesa o ilagay sa lugar nang nakaangat mula sa sahig ang produkto?
Ang mga maaaring sagot:
- *Upang ito ay mapangalagaan mula sa mga insekto at daga, at mula sa posibleng sirang dulot ng tubig o ng ano pang mga bagay na nasa sahig.*
- *Kung ang produkto ay napinsala na ng mga insekto o daga, ito ay dapat nang itapon.*

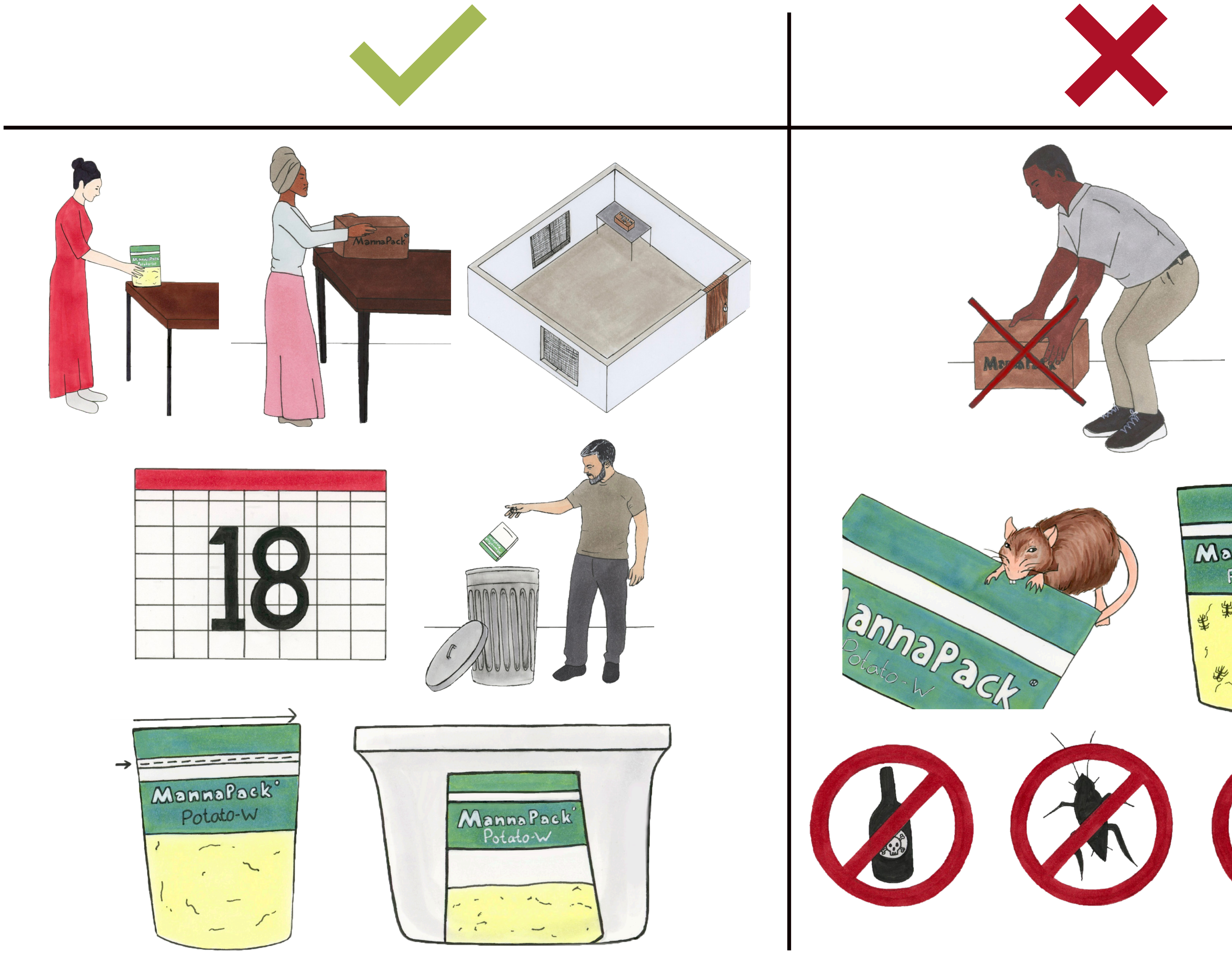
Sa inyong institusyon o opisina, itinatago ba ninyo ang pagkain sa isang ligtas na lugar? Ito ba ay inyong isinasarang nakakandado?
Ang mga maaaring sagot: Para sa aming institusyon o opisina, maaari namin itong ikandado upang maiwasan ang pagnanakaw. Kapag ipinadala sa mga bahay ng mga benepisyaryo, ito ay hindi na kailangang ikandado.

Sa iyong tingin, paano dapat iimbak ang produkto kung ito ay bukas na?
Ang mga maaaring sagot: Siguraduhing maayos na nakasara o nakaselyo ang zip-lock seal ng bag at/o di kaya ay, itago ito sa isang lalagyang may waterproof na takip.

Ano ang kailangang gawin kung ang produkto ay nag-iba ng kulay, nanilaw o mas nangitim pa, o kung ang powder ay nagbuo-buo?
Ang mga maaaring sagot: Ang pag-iiba ng kulay ay nangyayari kung ang produkto ay naimbak nang matagal o naimbak sa lugar na masiyadong mainit. Hindi nito naaapektuhan ang kalidad ng produkto at nananatili itong ligtas upang iluto at kainin.

Ano ang kailangang gawin kung ang produkto ay magkaroon ng amag o kung mayroon nang mga insekto o gagamba sa loob ng bag?
Ang mga maaaring sagot: Kung may amag, mga insekto o gagamba, ito ay nangangahulugang kontaminado na ang produkto at hindi na nararapat gamitin.

Bersyon 9/2022



MannaPack® Potato-W

FEED MY STARVING CHILDREN

Ligtas na Paghahanda ng MannaPack® Potato-W

Bersyon 9/2022

KONSEPTO:

Lahat ng pagkain ay dapat na ihanda sa malinis at ligtas na pamamaraan. Bahagi ng paghahanda ang pagdaragdag ng malinis na tubig o iba pang malinis na likido sa MannaPack® Potato-W at paghalo nito.

GABAY SA TAGAPAGSANAY:

Ano ang iyong nakikita sa itaas na hanay ng mga larawan?

Ang mga maaaring sagot:

- *Paglilinis ng mesa at mga patungan ng pagkain, mga lutuan, kutsara at mga mangkok*
- *Paghuhugas ng kamay*

Ano ang kailangang siguraduhing malinis sa paghahanda ng MannaPack® Potato-W?

Ang mga maaaring sagot: Lahat ng mga ibabaw, mesa at iba pang maaaring pagpatungan ng pagkain, mga lutuan, kutsara at mga kamay.

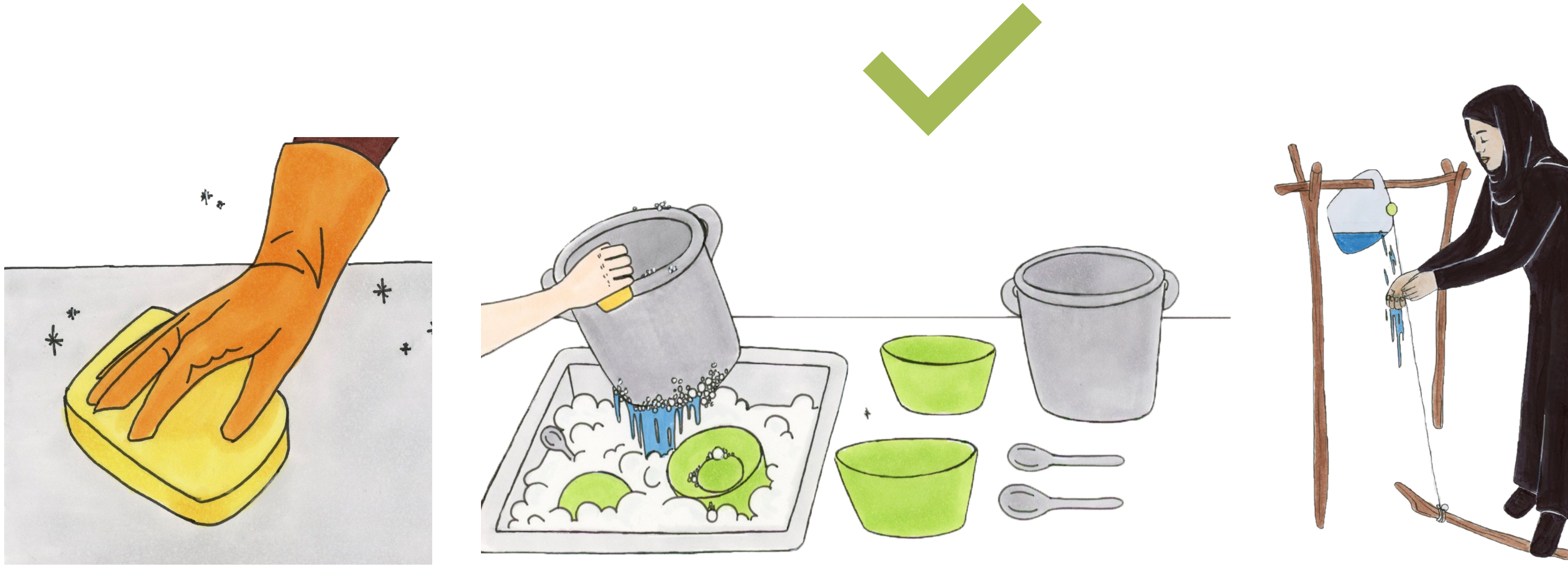
Bakit mahalagang panatilihing malinis ang mga lugar ng pinaghahandaan ng pagkain, mga lutuan, kutsara't tinidor at mga kamay bago maghanda ng pagkain?

Ang maaaring sagot: Upang masiguradong ang pagkain ay ligtas at hindi magdudulot ng sakit.

Ano ang iyong nakikita sa ikalawang hanay ng mga larawan?

Ang mga maaaring sagot: Ang MannaPack® Potato-W ay dapat ligtas na ihanda. Kung paano ihahanda ang pagkain gamit ang 1/3 tasa ng malinis/ligtas na inuming tubig na nilagay sa malinis na tasa o mangkok. Gamit ang malinis na kutsara, idagdag ang 3 kutsara ng MannaPack® Potato-W. Haluin hanggang ang pagkain ay maging malapot na lugaw.

Bersyon 9/2022



MannaPack® Potato-W

Pagdaragdag ng Ibang Pagkain sa MannaPack® Potato-W

Bersyon 9/2022

KONSEPTO:

Maaring gawing mas masustansiya pa ang MannaPack® Potato-W sa pamamagitan ng pagdaragdag ng karaniwang gulay, mga pagkaing mayaman sa protina, at/o prutas. Ang mga karagdagang pagkain ay nararapat na ligtas na inihanda at dinurog o kinatas (pureed) at ilagay sa MannaPack® Potato-W bago i-serve ang pagkain.

Ihanda lamang ang kailangan at kayang kainin ng sanggol sa bawat kainan, dahil ang sanggol ay maaaring mabilis na magkasakit mula sa sirang pagkain.

ANG TIRANG PAGKAIN AY MAAARING IPAKAIN AGAD SA IBANG MIYEMBRO NG PAMILYA O ITAPON. HUWAG I-REHEAT O MULING IPAINIT ANG MANNAPACK® POTATO-W PARA SA PAGKAIN NG BABY O NG IBANG MIYEMBRO NG PAMILYA!

GABAY SA TAGAPAGSANAY:

Ano ang iyong nakikita sa mga larawan?

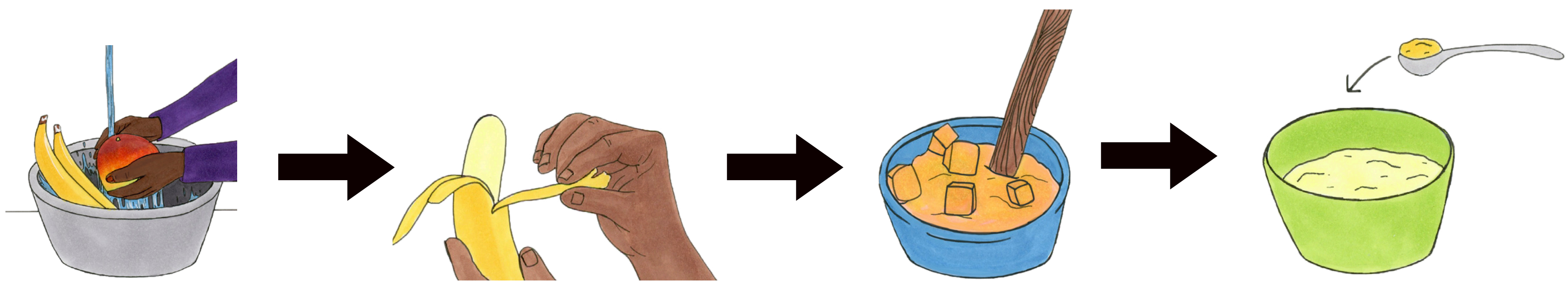
Ang mga maaaring sagot:

- *Ang MannaPack® Potato-W ay dapat ligtas na ihanda.*
- *Ang ibang pagkain ay maaaring idagdag sa inihandang lugaw gawa sa MannaPack® Potato-W. Ang mga karagdagang pagkain ay dapat na ligtas na ihanda, durugin o katasin (gawing puree) at idagdag sa lugaw. Ang mga gulay ay maaaring hiwain nang maliliit at lutuin bago idagdag sa lugaw. Ang mga prutas ay linisin, balatan at gawing puree bago idagdag sa lugaw.*

Ano ang kailangang gawin kung may natira sa inihandang MannaPack® Potato-W?

Ang mga maaaring sagot: Kailangang ihanda lamang ang kailangan at kayang kainin ng sanggol sa bawat kainan, dahil ang sanggol ay maaaring mabilis na magkasakit mula sa sirang pagkain. ANG TIRANG PAGKAIN AY MAAARING IPAKAIN AGAD SA IBANG MIYEMBRO NG PAMILYA O ITAPON. HUWAG I-REHEAT O MULING IPAINIT ANG MANNAPACK® POTATO-W PARA SA PAGKAIN NG BABY O NG IBANG MIYEMBRO NG PAMILYA!

Bersyon 9/2022



MannaPack® Potato-W