

项目一工作二任务一婴幼儿导师联动指导

一、家庭导师：居家喂养与日常管理

★ 核心职责

指导家长科学计算能量需求、制作辅食，并监测婴幼儿反馈。

★ 注意点与提醒

1.母乳/配方奶管理

(1) 若需储存母乳，应使用专用储奶袋，标注日期时间，冷藏（4℃）保存≤24小时，冷冻（-18℃）保存≤3个月。

(2) 加热冷冻母乳时，用40℃的温水隔水解冻，禁止微波炉加热（破坏营养且温度不均）。

2.辅食制作

(1) 在制作蔬菜泥之前，通过焯水步骤可以有效去除农药残留。对于根茎类蔬菜（例如胡萝卜），需要彻底蒸煮至质地柔软，能够轻易被碾碎。

(2) 新食材引入时，连续3天单独添加，观察过敏反应（如皮疹、腹泻）。

3.活动量监测

通过“活动日志”记录每日爬行、站立时间（如9月龄每日活动≥1.5小时，需增加5%能量）。

二、机构导师：托育机构集体照护

★ 核心职责

确保机构内营养配餐符合国家标准，协调婴幼儿差异化需求。

★ 注意点与提醒

1.母乳接收与存储

(1) 接收母亲送来的母乳时，需核对姓名、日期、容量，并立即冷藏（不可与其他婴儿母乳混放）。

(2) 冷冻母乳解冻后需在 1 小时内使用，未喝完的必须丢弃。

2. 餐食配比调整

(1) 使用厨房秤精确称量食材（如肉泥 30 g/人），误差控制在±5 g 以内。

(2) 对过敏婴幼儿单独备餐（如鸡蛋过敏者替换为豆腐），并在餐椅粘贴警示标签。

3. 分餐操作规范

(1) 分餐前工作人员需洗手消毒，使用专用分餐夹，避免交叉污染。

(2) 剩余辅食不得回收再利用，需按厨余垃圾处理。

三、社区导师：区域营养支持与资源协调

★ 核心职责

推动社区营养政策落地，提供普惠性喂养指导服务。

★ 注意点与提醒

1. 资源对接

(1) 为低收入家庭申领“国家营养包”（含铁、维生素等），并指导其正确添加（每日 1 包混入辅食）。

(2) 定期组织“家庭厨房开放日”，演示低成本的营养辅食制作（如南瓜小米粥）。

2. 健康宣教

(1) 针对祖辈照料者，用方言制作“能量计算口诀”（如“体重乘以一百卡，活动多来再加十”）。

(2) 在社区公告栏张贴“生长曲线图”，鼓励家长每月标记身高体重。

3. 应急处理

（1）若社区突发停电导致母乳冰箱停机，必须在 2 小时内将母乳转移到备用冰柜或发放干冰保冷袋。

（2）对早产儿家庭提供上门营养评估服务（如联系医院营养科联合干预）。

4.角色协同示例

某 8 月龄婴儿（体重 9 kg，高活动量）需调整餐单。

家庭导师提醒家长记录每日爬行时间，若 >2 小时，按公式增加 10% 能量；机构导师在托育机构中，为其单独增加一餐“香蕉燕麦能量球”；社区导师提供高活动量营养包申领渠道，并组织婴幼儿运动与喂养公益讲座。三大角色需紧密配合——家庭导师侧重个体化指导、机构导师确保标准化执行、社区导师构建支持网络，共同实现“科学喂养”。