UNIVERSIDAD FINIS TERRAE
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 1 AÑO CON ALERGIA A LA PROTEINA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES

KARLA GILDA CAROCA HENRIQUEZ
DANIELA FERNANDA VALENZUELA VASQUEZ

Tesis presentada a la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, para optar al Título Profesional de Nutricionista

Profesor Guía: Nta. Adela Walter
Profesor de Metodología: Dra. Victoria Espinosa Ferrada

Santiago, Chile
2013

ÍNDICE

CONTENIDO **PÁGINA**

RESUMEN iii

PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA 1

MARCO TEÓRICO. 2

JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA 9

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN 10

OBJETIVO GENERAL Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS 10

METODOLOGÍA DEL ESTUDIO 11

a) TIPO DE ESTUDIO……..…..……12

b) UNIVERSO, POBLACIÓN Y MUESTRA: 11

c) VARIABLES, DEFINICIÓN OPERACIONAL Y DEPENDENCIA. 13

d) INSTRUMENTOS 16

PLAN DE ANÁLISIS: 20

RESULTADOS 20

DISCUSIÓN 32

CONCLUSIÓN 32

BIBLIOGRAFÍA 35

ANEXOS 38

RESUMEN

La elección del tema de investigación se basa en la problemática actual que sufren las familias con niños menores de 1 año diagnosticados con Alergia a la Proteína de Leche de Vaca (APVL). En Chile no se cuenta con estudios de prevalencia de esta patología, pero noticias actuales estiman que un 2 a 7,5% de la población mundial infantil tiene APLV.

El primer año de vida se caracteriza por ser el de mayor crecimiento y desarrollo en todo el ciclo vital, y es un período en el cual la alimentación juega un rol fundamental. La alimentación de los niños con APVL se basa en fórmulas hipoalergénicas que representan un alto costo económico y en consecuencia son de difícil acceso y representan un problema familiar. Es en este último punto es donde radica la importancia de otorgar una alternativa de alimentación segura y confiable. El Objetivo del estudio es **"**Elaborar un recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigido a sus cuidadores", siendo éste, un estudio de tipo mixto, con un alcance descriptivo y de diseño descriptivo, observacional, prospectivo, transversal. La muestra es representada por las familias de niños con APLV integrantes de la fundación "Creciendo con Alergias", la cual se obtuvo por método no probabilístico, muestra por concentración. Primero se solicitó a la fundación "Creciendo con Alergias" el número de niños con APVL inscritos en el mes de junio del año 2012, con lo que se pudo obtener un estimado de niños que se inscribieron en el mes de junio del año 2013 y obtuvimos la muestra representativa, y en referencia a ésta, tenemos la convicción de que nuestro objetivo de elaborar un recetario para niños con alergia a la proteína de leche de vaca para menores de 1 años, es de gran utilidad, dado que se entrega a estas familias una alternativa de alimentación accesible, que a la vez contiene información de calidad que puede ser utilizada de forma fácil por cualquier persona, representando así, una herramienta totalmente segura.

Palabras Claves: 1. Alergia, 2. alérgeno, 3. proteína de leche de vaca, 4. formula hipoalergenicas.

PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA

La alergia a la proteína de leche de vaca, es el resultado de una reacción inmunológica a una o más de las proteínas de la leche de vaca, cuya prevalencia oscila en 2 a7,5% de la población pediátrica mundial (1). Es una patología de difícil diagnóstico por la poca evidencia científica y por la inexistencia de un consenso de diagnóstico, y cuyo tratamiento tiene un elevado costo económico, lo cual no solo afecta al paciente sino también a todo su grupo familiar y entorno social (2). Los primeros años de vida se caracterizan por ser los de mayor crecimiento y desarrollo en todo el ciclo vital, y es un período en el cual la alimentación juega un rol fundamental, la que se basa en fórmulas lácteas y papillas o picados. Es por esto que hemos decidido elaborar un recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigida a los cuidadores, para mejorar el manejo alimentario de esta enfermedad, destacando que en la actualidad no existe material de este tipo.

MARCO TEÓRICO.

Alergia Alimentaria

La alergia a alimentos es una patología clásica de la población pediátrica, cuya frecuencia va en aumento (1). La alergia a la proteína de la leche de vaca (APLV) es la alergia alimentaria más frecuente en la primera infancia en nuestro medio, relacionada con factores ambientales y genéticos. Suele aparecer en los primeros meses de vida, tras la introducción de la proteína leche de vaca y se manifiesta con síntomas dependientes del mecanismo involucrado (inmunológico o no) (2)

Incidencia de la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca

La incidencia de esta patología a nivel mundial oscila entre 1% y 12% (3). Afectando a 8% de la población pediátrica, y en los últimos diez años, su frecuencia se ha duplicado (4).

Alimentos alérgenos a nivel mundial

En la práctica los alimentos responsables de más del 90% de las alergias alimentarias son la leche, huevo, soja, trigo, maní, nueces, pescados y mariscos (1)

Alimentos alérgenos a nivel nacional

Los más reportados en Chile son, leche de vaca, carne de vacuno, trigo, avena, frutos secos, soya, pescados, mariscos y huevo (5).

Reacción alérgica y términos relevantes

Las reacciones adversas a los alimentos son consideradas como cualquier reacción clínica que sigue a la ingesta de ciertos alimentos (6, 7, 8). Para introducirnos en el tema debemos tener presente términos relevantes tales como; hipersensibilidad, que describe los signos o síntomas que se inician con la exposición a un estímulo a dosis tolerada por personas normales. Alergia, se reserva para aquellas reacciones en las que está implicado un mecanismo inmunológico específico. Atopia, hace referencia a una predisposición genética y

es la tendencia familiar o personal a producir anticuerpos específicos IgE en respuesta a dosis bajas de alérgenos; siendo el Alérgeno de un alimento el antígeno o proteína capaz de inducir una respuesta alérgica (9). La intolerancia alimentaria se produce frente a componentes tóxicos, químicos o por factores propios del huésped y las alergias alimentarias a las reacciones de hipersensibilidad iniciadas por el mecanismo inmunitario específico ante la presencia de un antígeno alimentario (7). Un concepto importante es que una reacción alérgica se puede presentar únicamente ante una proteína (7), dentro de las cuales se encuentra la Alergia a la Proteína de la Leche de Vaca. El tratamiento básico de la alergia alimentaria consiste en la eliminación estricta de la dieta del agente causal; por lo que es importante la identificación precisa del alérgeno responsable para conseguir la eliminación de los síntomas (1).

Alergia a la proteína de la leche de vaca

La alergia a las proteínas de la leche de vaca (APLV) es la causa más común de alergia a alimentos en lactantes, ya que se encuentran entre los primeros antígenos con los que el niño tiene contacto (10,11), y su prevalencia oscila en 2-7,5% (1), basado en datos estadísticos internacionales. La incidencia de APLV es menor en niños con lactancia materna exclusiva comparada con los niños alimentados con fórmula o lactancia mixta, solamente el 0,5% de los niños con lactancia materna exclusiva muestran reacciones clínicas a la Proteína de Leche de Vaca que sean reproducibles, siendo la mayoría de estas leves o moderadas (12). En Chile no existen estudios que den cuenta la prevalencia de esta patología. La APLV se define como una reacción inmunológica a una o más de las proteínas de la leche de vaca (13).

Causa de la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca

Tras la exposición al alérgeno el sujeto se sensibiliza y produce anticuerpos específicos de tipo IgE para algunas fracciones proteicas de la leche (caseína y betalactoglobulina entre otras). Después de una segunda exposición el antígeno se fija a las IgE y se desencadena una respuesta alérgica de diversa magnitud y

con distintas manifestaciones. Las manifestaciones tempranas usualmente incluyen urticaria, angioedema, vómito y/o crisis de dermatitis atópica. Las reacciones tardías, típicamente, incluyen dermatitis atópica o manifestaciones gastrointestinales (12). La sensibilización puede ocurrir en útero por medio de la leche materna, ya que se han identificado proteínas inmunológicamente alergénicas de la dieta de la madre o tras la administración de sucedáneos de la leche (14,15). La APLV tiene mayor riesgo de presentarse cuando existen antecedentes de atopia y exposición temprana a las proteínas de la leche de vaca (4).

Diagnóstico de la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca

El diagnóstico de APLV requiere la eliminación de las proteínas de la leche de vaca (Ver Anexo Nº1). Se debe realizar una buena y detallada historia clínica, donde es necesario que exista una respuesta clínica favorable a la supresión de la leche de vaca y reaparición de los síntomas al realizar una contraprueba, a lo menos en dos oportunidades. La reintroducción accidental de las proteínas se considera una contraprueba. Los exámenes de laboratorio tales como IgE total, específica, e IgG4 son de relativa utilidad ya que valores anormales apoyan, pero no hacen el diagnóstico. La medición de IgE específicas es útil solo cuando se sospecha que el mecanismo involucrado en la alergia es mediado por IgE.

Tratamiento de la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca

Una vez efectuado el diagnóstico de certeza de APLV debe instaurarse una dieta exenta de proteínas de leche de vaca; esta dieta debe ser estricta, ya que pequeños aportes de proteínas de leche de vaca favorecen el mantenimiento de la sensibilización. En casi la totalidad de los pacientes, se desarrolla en el primer año de vida; en alrededor del 60 % está mediada por IgE y en más del 80% desaparece a los 5 años de edad (16). Puede ocurrir con primer biberón o en lactancia materna precozmente, por presencia de trazas de proteína de leche de vaca (17). Es por esto que dentro del manejo de las alergias alimentarias tiene especial relevancia el caso del lactante con APLV (18).

Tratamiento y Lactancia Materna

La lactancia materna es la forma óptima de alimentación para el recién nacido, por su equilibrado contenido de nutrientes específicos en presencia y/o concentración para la especie humana (19), diseñada para su óptimo crecimiento y desarrollo, aportando inmunoglobulinas, que dan protección específica al lactante y su inmaduro sistema inmunológico, factores bioactivos, que proporcionan protección contra infecciones (como lactoferrina, caseína, oligosacáridos, ácidos grasos, etc.), enzimas, hormonas y factores de crecimiento que favorecen el desarrollo de órganos y sistemas, nucleótidos, citocinas, y elementos que modulan la función inmunitaria; y componentes antiinflamatorios (20). De modo que los lactantes que toman pecho materno, crecen mejor, son menos propensos a desarrollar obesidad, tiene menos infecciones agudas y menos enfermedades crónicas (19).

Tratamiento y Fórmulas Lácteas.

Lamentablemente muchas madres no pueden dar lactancia materna exclusiva a sus hijos debido a diversos inconvenientes, como mastitis, pezón umbilical, etc., y deben introducir tempranamente a la dieta de los lactantes fórmulas lácteas que muchas veces traen como consecuencia la aparición de diversas reacciones adversas o alergias a los alimentos. (20, 21).

Fórmulas Lácteas Especiales

Las fórmulas lácteas especiales sirven en primer lugar para alimentar a los lactantes enfermos, y en segundo lugar para evitar que aparezcan los síntomas y signos de la enfermedad de base (por ejemplo en la alergia a leche de vaca) o que aparezca la malnutrición que agravaría la propia enfermedad (22).

Fórmulas Lácteas para Niños con Alergia a la Proteína de Leche de Vaca

En la actualidad las indicaciones de fórmulas lácteas se realizan dependiendo del diagnóstico y las características del paciente (edad, estado nutricional, órgano de expresión de los síntomas, etc.). Existen tres tipos de fórmulas alimentarias que

pueden utilizarse cuando se diagnostica APLV, estas fórmulas son las hidrolizadas, las de soja y las dietas elementales**.** (23)

En los lactantes con APLV que precisen alimentación de fórmula con proteína hidrolizada (fórmulas elementales), se administran fórmulas alimentarias que han sido tratadas mediante diferentes tecnologías para facilitar su digestión y absorción. Por ello las proteínas se aportan fundamentalmente como aminoácidos, los hidratos de carbono como dextrinomaltosa y los lípidos como una mezcla de un aceite rico en ácidos grasos esenciales y con triglicéridos de cadena media (MCT)(*). Otra opción, son las fórmulas en base a soya y/o licuados de carne y pollo (homogenizados) que contengan proteínas modificadas para que puedan ser toleradas (18, 24). Por lo tanto son aquéllas en que la fuente proteica es representada por aminoácidos. Y por último las fórmulas semi-elementales, son aquellas compuestas por nutrientes predigeridos, en el que predominan las proteínas parcialmente hidrolizadas (25).

Fórmulas Lácteas Disponibles en Chile y sus Costos.

Las fórmulas lácteas presentes en el mercado para niños con APLV no son de libre elección, ya que son recetadas y deben ser utilizadas como fármaco, son de alto costo económico, su valor se encuentra entre los $20.000.- y $25.000.- los 400 gr (19), y poco accesibles**.** En la actualidad éste es el único tratamiento realmente eficaz. Entre las fórmulas lácteas especiales podemos encontrar fórmulas parcialmente hidrolizadas como Nan-Ha de Nestlé, fórmulas altamente hidrolizadas tales como Nutramigen de Enfamil, Althera de Nestlé, Nutrilon Pepti Junior y fórmulas elementales como Neocate Infant y Neocate Advance (3).

Fórmulas Lácteas de Soja

En los casos de lactantes con APLV mediadas por IgE que no están sensibilizados a la proteína de soja (26), las fórmulas de soja son una opción terapéutica frente a los hidrolizados de proteína de la leche de vaca, dado a su mejor sabor y, por tanto, mayor aceptabilidad por parte del lactante, y por ser una opción menos costosa. Sin embargo, el Comité de Nutrición de la European Society for Pediatric

Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (ESPGHAN) y de la European Society for Paediatric Allergology and Clinical Immunology desaconseja su uso en niños con APLV menores de 6 meses (27), siendo su uso controversial, ya que se le atribuye el riesgo de alergias cruzadas (5).

Tratamiento con Leche de Otros Mamíferos

No se recomienda el consumo de leches de otros mamíferos (cabra, oveja, etc.). Son muy importantes las evaluaciones médicas y nutricionales en forma periódica, para asegurar un correcto balance energético, de macro y micronutrientes, evitando carencias nutricionales en el menor y en la madre en periodo de lactancia materna (5).

Tratamiento de Niños con Alergia a la Proteína de Leche de Vaca con Lactancia Materna Exclusiva

El tratamiento de los niños con APLV, que son alimentados con lactancia materna exclusiva, es una dieta libre de Proteína de Leche de Vaca a la madre durante 2-4 semanas y se mantiene la LME hasta los 6 meses, siempre que sea posible. Además, se recomienda excluir de la dieta materna los siguientes alimentos: huevos, soya, frutos secos, carne de vacuno, pescados y mariscos (5). En ambos casos debe retrasarse la introducción de la alimentación complementaria hasta los 6 meses de edad y evitar en el lactante alimentos con alto poder alergénico, como son el huevo, pescado y frutos secos, como mínimo hasta el año de edad (28). Se debe tener cuidado durante la manipulación y elaboración de alimentos ya que el niño no debe estar en contacto con alimentos alergénicos (1).

Alergia a la Proteína de Leche de Vaca y Problemática Familiar

La alergia a las PLV es un importante problema de salud y un motivo de preocupación continua de los padres, por la necesidad de seleccionar alimentos adecuados exentos de Proteína de Leche de Vaca, no siempre bien etiquetados (29,30). La lista de alimentos que contienen proteínas de leche de vaca es muy amplia y el etiquetado que puede indicar su presencia (31), en muchos casos es

confuso, por esto es importante leer las etiquetas y familiarizarse con la composición (1).

Fundación "Creciendo con Alergias"

Actualmente en chile existe sólo una fundación para niños con alergias alimentarias, "Creciendo con Alergias", siendo ésta el gran apoyo que tienen los padres de niños con APLV. En la revisión bibliográfica tanto nacional como internacional sobre el tema se encontró información relativamente actual, ya que al ser una enfermedad nueva de baja incidencia pero en aumento ha tomado una gran importancia. Cada día es mayor la cantidad de niños que son diagnosticados con APLV, provocando en estas familias un problema social, emocional y económico, por lo costoso de su tratamiento con fórmulas especiales y la falta de otras alternativas. Es acá donde radica la importancia y la urgencia en la creación y desarrollo de un recetario para niños con APLV menores de 1 año, ya que vendría a ser una alternativa para estos padres, debido a su bajo costo y alta confiabilidad.

JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

La alimentación del lactante requiere especial preocupación, ya que el crecimiento y desarrollo durante el primer año de vida son los más rápidos del ciclo vital y el lactante es inmaduro y vulnerable. Una alimentación adecuada contribuye significativamente a que el niño sea capaz de expresar al máximo sus potencialidades (3). Debido a que estos son los que presentan una mayor incidencia de Alergia a la Proteína de Leche de Vaca, siendo en la actualidad su único tratamiento alimentario el uso de fórmulas hipoalergénicas que representan un alto costo económico. Por lo anteriormente señalado es importante haber elaborado un recetario para niños menores de 1 año con APLV accesible y de fácil manejo para los cuidadores de estos niños, dado que en Chile no existe dicho material.

Las recetas se elaboraron con alimentos naturales de fácil acceso, principalmente del grupo de alimentos de verduras, cereales y carnes magras, como pollo y pavo, por lo que los cuidadores podrán acceder a ellos sin inconvenientes y podrán realizar las recetas contenidos en el recetario.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Seremos capaces de elaborar un recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca para ser utilizados por sus cuidadores?

OBJETIVO GENERAL Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Objetivo General del estudio:

Elaborar un recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigido a sus cuidadores.

Objetivos específicos:

1. Recolectar información sobre alimentos sin procesar que sean alérgenos para este grupo etareo y alimentos procesados que contengan aditivos alérgenos.
2. Seleccionar la información recolectada sobre alimentos sin procesar que sean alérgenos para este grupo etareo y alimentos procesados que contengan aditivos alérgenos.
3. Elaborar un recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigido a sus cuidadores.
4. Validar las recetas para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigida a sus cuidadores, por profesionales capacitados.
5. Realizar marcha blanca del recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigido a sus cuidadores.

METODOLOGÍA DEL ESTUDIO

TIPO DE ESTUDIO

- **Tipo de Estudio:** mixto
- **Alcance de Estudio**: descriptivo.
- **Diseño del Estudio:** descriptivo, observacional, prospectivo, transversal.

UNIVERSO, POBLACIÓN Y MUESTRA:

1.-Población Objetivo:

- **Universo**: 2049 Cuidadores de personas con alergia a la proteína de leche de vaca.
- **Población:** 1589 Cuidadores de niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca.
- **Muestra:** 50 Cuidadores de niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca de la fundación “Creciendo con Alergias”.

Los datos finales se obtuvieron solicitando a la fundación “Creciendo con Alergias” el número de niños con APVL inscritos en el mes de junio del año 2012, con lo que se pudo obtener un estimado de niños que se inscribieron en el mes de junio del año 2013 y obtuvimos la muestra representativa

Criterios de Inclusión:

-Cuidadores de niños menores de un año con alergia a la proteína de leche de vaca.

-Que pertenezcan a la fundación “Creciendo con Alergias”,

-Que vivan en Santiago de Chile.

Criterios de Exclusión:

-Cuidadores de niños mayores de un año con alergia a la proteína de leche de vaca.

-Que no pertenezcan a la fundación “Creciendo con Alergias”.

-Que vivan en regiones de Chile, fuera del área metropolitana.

2.- Validadores:

- **Universo**: 5.007 Nutricionistas Universitarios de Chile.
- **Población:** 2276 Nutricionistas Universitarios de Santiago de Chile
- **Muestra:** 3 Nutricionistas Universitarios de Santiago de Chile ligadas al área de alergias alimentarias.

Criterios de Inclusión:

-Que sean Nutricionistas Universitarias.

-Que estén ligadas al área de alergias alimentarias.

-Que vivan en Santiago de Chile.

Criterios de Exclusión:

-Que sean Nutricionistas de Institutos Profesionales.

-Que no estén ligadas al área de alergias alimentarias.

-Que vivan en regiones de Chile, fuera del área metropolitana.

VARIABLES, DEFINICIÓN OPERACIONAL Y DEPENDENCIA.

1. Edad de la muestra (cuantitativo, continua).
   Definición conceptual: Tiempo de existencia desde el nacimiento (28).
   Definición operación: 0-0,5 años

   0,6-1 años
2. **Material (Para muestra de marcha blanca y juicio de experto)**

VARIABLES	DEPENDENCIA	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADOR
Forma	Dependiente	Figura exterior de un cuerpo.(28)	¿Es adecuada la forma del material?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo.
Tamaño	Dependiente	Conjunto de dimensiones, por la cual se obtiene mayor o menor volumen.(28)	¿Es adecuado el tamaño del material?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Color	Dependiente	Sensación producida por los rayos luminosos y que dependen de la longitud de la onda.(28)	¿Son adecuados los tonos utilizados en el material?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo.
VARIABLES	**DEPENDENCIA**	**DEFINICIÓN CONCEPTUAL**	**DEFINICIÓN OPERACIONAL**	**INDICADOR**

3. **Letra (Para muestra de marcha blanca y juicio de experto)**

Fuente	Dependiente	Tipo de letra.(28)	¿Es adecuado el tipo de letra utilizada en el	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo
VARIABLES	**DEPENDENCIA**	**DEFINICIÓN CONCEPTUAL**	**DEFINICIÓN OPERACIONAL**	**INDICADOR**
Tamaño	Dependiente	Conjunto de dimensiones, por la cual se obtiene la cual se obtiene volumen o menor volumen.(28)	¿Es adecuado el tamaño de la fotografía de la preparación?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo.
Color	Dependiente	Sensación	¿Es adecuado el tono utilizado en los tonos de la fotografía de la preparación?	Insuficiente
Color	Dependiente	Sensación producida por los rayos luminosos y que dependen de la longitud de la onda.(28)	¿Son utilizados los tonos de la fotografía de la preparación?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Nitidez	Dependiente	Precisión, exactitud.(28)	¿Es nítida la fotografía de la preparación presentada?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo

1. **Fotografía (Para muestra de marcha blanca y juicio de experto)**

Variables para la Muestra de Marcha Blanca

VARIABLES	DEPENDENCIA	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADOR
Contenido	Dependiente	Tema o asunto del que se habla o escribe. (28)	¿Se trata el tema indicado en la portada?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Claridad	Dependiente	Facilidad para percibir, expresar o comprender. (28)	¿Es claro de entender el recetario?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Satisfacción	Dependiente	Cumplimiento de una necesidad. (28)	¿Satisface sus necesidades?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Nº recetas	Dependiente	Cantidad de recetas presentadas.	¿Es adecuado el número de recetas?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo

		(28)		Muy de acuerdo.

Variables para los Validadores

VARIABLES	DEPENDENCIA	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADOR
Contenido	Dependiente	Tema o asunto del que se habla o escribe. (28)	¿Se trata el tema indicado en la portada?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Claridad	Dependiente	Facilidad para percibir, expresar o comprender. (28)	¿Es claro de entender el recetario?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Actualidad	Dependiente	Tiempo presente. (28)	¿La información contenida esta actualizada?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Información	Dependiente	Conjunto de datos sobre una materia determinada. (28)	¿La información contenida es la adecuada?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Nº recetas	Dependiente	Cantidad de recetas presentadas. (28)	¿Es adecuado el número de recetas presentadas?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo
Ingredientes	Dependiente	Componentes que forman parte de una receta. (28)	¿Son adecuados a la patología los ingredientes utilizados?	Muy en desacuerdo. En desacuerdo De acuerdo Muy de acuerdo

INSTRUMENTOS

1.-Etiquetado Nutricional: Es la información sobre el contenido de nutrientes y mensajes relacionados con los alimentos y la salud que figuran en las etiquetas de los productos alimenticios. (26). Esto nos ayudó a seleccionar los alimentos adecuados para los niños menores de 2 años alérgicos a la proteína de leche de vaca.

2.-Balanza de Alimentos: Se utilizó**,** Pesa cocina digital 61703 LACOR PR, que tiene una escala de 1 gr hasta los 5 Kg (Anexo Nº 2). Esta balanza es utilizada por los alumnos de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, en sus pasos prácticos en Corporación Nacional de Protección a la Ancianidad.

3.-Ingredientes para la preparación de recetas para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca en cantidades suficientes.

4.-Agua, jabón y desinfectante para el lavado de manos y alimentos.

5.-Formato de receta estándar (Anexo 3),

6.-Utensilios y menaje (tazas, cucharas, ollas, sartenes platos, biberones, juguera, etc.).

7.-Delantales, cofias y mascarillas de cocina.

8.-Cámara fotográfica.

9.-**Pauta de Validación:** instrumento de evaluación (Anexo Nº4), el cual incluye diferentes ítems para evaluar el recetario, material, letra, fotografía, contenido, claridad, actualidad, información, número de recetas e ingredientes. Esto serán evaluados a través de las siguientes categorías “muy en desacuerdo”, “en desacuerdo”, “de acuerdo” y “muy de acuerdo” y además se incluye un espacio para realizar observaciones.

10.-**Pauta de Calificación Marcha Blanca:** Instrumento de evaluación (Anexo Nº5) del recetario, el cual incluyo 7 ítems, material, letra, fotografía, contenido, claridad, satisfacción y, número de recetas, los que podrán ser evaluados de una escala de 1 a 7 siendo “1” muy mal y “7” muy bien, y además se incluyo un espacio para realizar observaciones.

11.-**Documento de Consentimiento Informado:** instrumento (Anexo Nº6) donde se informará a los cuidadores que reciban nuestro recetario, sobre todo lo que respecta a participar de este proyecto, tanto de sus derechos como de sus deberes.

12.- **Recolección de la Información:** Ésta se realizó, a través de búsqueda en bases de datos y artículos en páginas web reconocidas como fuentes válidas de información de tipo científica, tales como Pubmed, Scirus, Scielo, MINSAL, etc. Se inició la búsqueda a través de palabras claves, como APLV, alergia a la proteína de leche de vaca y alergia alimentaria, se revisó todos los resultados arrojados con el fin de identificar aquellos que tenían mayor cercanía a nuestro tema de investigación, y de esta manera, eliminar aquellos que se alejaban de nuestro objetivo. Después de recolectar un número adecuado de publicación con información fidedigna, confiable y actualizada se realizó una compilación de la información, la cual se ordenó de forma coherente, con el fin de que el lector que

no tenga conocimientos del tema, pueda realizar una lectura fácil, entendible y completa. A la vez se citó toda la información utilizada para así respaldar toda nuestra investigación de manera confiable.

13.**- Selección de la Información:** Se optó por artículos actualizados, con no más de 5 años de antigüedad, en páginas web reconocidas como fuentes validas de información científica y en las que se hacía referencia sobre alimentos naturales y procesados que contienen o están libres de alérgenos de la proteína de leche de vaca, de esta manera asegurar que la información que se proporciona es confiable y segura.

14.- **Planificación de Recetas** para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca, fueron realizadas a través de formato de receta estándar (Anexo 3), utilizando como referencia de aportes nutricionales de los alimentos Jury G, Urtega C, Taibo M. “Porciones de Intercambio y Composición de los Alimentos de la Pirámide Alimentaria Chilena”. Universidad de Chile, Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos, Centro de Nutrición Humana, Facultad de Medicina. 1999. Se calcularon los aportes nutricionales de cada preparación, se adecuaron las recetas a los requerimientos de la población objetivo a la que va dirigida y se redactaron las recetas considerando los ingredientes, la forma de preparación y aporte nutricional.

15.- **Preparación de Recetas** para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca. Estas se realizaron bajo la supervisión de la Nutricionista Adela Walter, profesora de la Universidad Finis Terrae.

16.- **Validación de Recetas** para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca, ésta se realizó a través de un juicio de expertos, compuesto por 3 Nutricionistas que están vinculados al área de alergias alimentarias, Anne Weisser M., Nutricionista titulada de la Universidad del Bio Bio, actualmente Nutricionistas del Centro de Salud Familiar Doctor Héctor García de

la comuna de Buin, madre de un niño portador de múltiples alergias alimentaria, incluida la proteína de leche de vaca (Validador Nº1), Héctor Pozo M., Nutricionista titulado de la Universidad Finis Terrae, actualmente Nutricionista Jefe del Servicio Dietético de Leche (SEDILE) y Nutricionista Clínico del área de pediatría del Hospital Sótero del Río, en el cual se tratan a niños con alergias alimentarias (Validador Nº2) y Gloria Román, Nutricionista titulada en la Universidad de Chillan, actualmente Nutricionista Clínica del área de pediatría del Hospital Clínico de la Universidad Católica El validador recibió un "recetario beta" (Anexo Nº7) y una pauta de validación (Anexo Nº4), anteriormente descrita, en la cual además de evaluar el recetario, pudo realizar observaciones sobre él. Una vez analizadas las pautas de validación, se realizaron las correcciones necesarias en base a las observaciones realizadas y se obtuvo el recetario final.

16.-**Etapa de Prueba**, se realizó con 21 cuidadores pertenecientes a la fundación "Creciendo con Alergias", única institución en Chile que acoge a niños con alergia a la proteína de leche de vaca. Cada cuidador firmo un documento de consentimiento informado antes de realizar la evaluación del recetario final, además de un recetario final y una pauta de calificación (Anexo Nº5), anteriormente descrita, en la cual además de evaluar el recetario, pudo realizar observaciones sobre él.

PLAN DE ANÁLISIS:

Análisis cualitativo y cuantitativo del formulario de validación por el juicio de expertos de tres Nutricionistas que están ligados al área de alergias alimentarias. Ésta se realizó a través de un formulario de validación que indica estar “muy en desacuerdo”, “en desacuerdo”, “de acuerdo” y “muy de acuerdo” con el recetario, las recetas, fotografías, etc. y se incluyó un espacio para realizar observaciones.

Análisis cualitativo y cuantitativo de pauta de calificación por marcha blanca. Ésta se realizó a través de una pauta de calificación que incluyó 7 ítems, material, letra, fotografía, contenido, claridad, satisfacción y, número de recetas, los que pudieron ser evaluados de una escala de 1 a 7 siendo “1” muy mal y “7” muy bien, y además se incluyó un espacio para realizar observaciones.

El análisis cualitativo se basó en revisar que todos los formularios de validación estuvieran completamente respondidos. El análisis cuantitativo de la validación por juicio de experto se realizó a través de tablas que muestran por cada ítem la respuesta del validador y al pie de esta se presenta el resultado en porcentajes y se hace referencia a la observación realizada. Y el análisis cuantitativo de la calificación por la marcha blanca se realizó a través de gráficos y al pie de estos se hace referencia a las observaciones realizadas.

RESULTADOS

Análisis de Pautas de Validación por Juicio de experto.

Tabla I: Análisis de Material, Ítem Forma

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	MATERIAL, FORMA	MUY DE ACUERDO
Nº2	MATERIAL, FORMA	MUY DE ACUERDO
Nº3	MATERIAL, FORMA	MUY DE ACUERDO

Resultado: 100% de los validadores opinó estar muy de acuerdo, sin observaciones.

Tabla II: Análisis de Material, Ítem Tamaño

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	MATERIAL, TAMAÑO	MUY DE ACUERDO
Nº2	MATERIAL, TAMAÑO	MUY DE ACUERDO
Nº3	MATERIAL, TAMAÑO	DE ACUERDO

Resultado: 67% de los validadores opinó estar muy de acuerdo y un 33% de acuerdo, sin observaciones.

Tabla III: Análisis de Material, Ítem Colores

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	MATERIAL, COLORES	MUY DE ACUERDO
Nº2	MATERIAL, COLORES	DE ACUERDO
Nº3	MATERIAL, COLORES	EN DESACUERDO

Resultados: 33% opino estar en desacuerdo, un 33% de acuerdo y un 33% muy de acuerdo. **Observaciones:** Validador Nº2: Tratar de utilizar diferentes colores para diferenciar homogeneizados de papillas, todo mantiene los mismos tonos y formas de diseños. Validador Nº3: A pesar que de no estar dirigido a niños, necesita colores más vivos, sobretodo en la portada.

Tabla IV: Análisis de Letra, Ítem Tipo

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	LETRA, TIPO	MUY DE ACUERDO
Nº2	LETRA, TIPO	MUY DE ACUERDO
Nº3	LETRA, TIPO	DE ACUERDO

Resultados: 67% de los validadores opinó estar muy de acuerdo y un 33% de acuerdo
Observaciones: Validador Nº1, que propone aumentar levemente el tamaño de la letra.

Tabla V: Análisis de Letra, Ítem Tamaño

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	LETRA, TAMAÑO	DE ACUERDO
Nº2	LETRA, TAMAÑO	MUY DE ACUERDO
Nº3	LETRA, TAMAÑO	DE ACUERDO

Resultados: 67% de los validadores señaló estar de acuerdo y un 33% muy de acuerdo
Observación: Validador Nº1, Aumentar tamaño de la letra.

Tabla VI: Análisis de Letra, Ítem Color

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	LETRA, COLOR	MUY DE ACUERDO
Nº2	LETRA, COLOR	MUY DE ACUERDO
Nº3	LETRA, COLOR	MUY DE ACUERDO

Resultados: 100% de los validadores opinó estar muy de acuerdo, sin observaciones al respecto.

Tabla VII: Análisis de Fotografía, Ítem Tamaño

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	FOTOGRAFÍA, TAMAÑO	DE ACUERDO
Nº2	FOTOGRAFÍA, TAMAÑO	MUY DE ACUERDO
Nº3	FOTOGRAFÍA, TAMAÑO	EN DESACUERDO

Resultados: 33% de los validadores consideró estar en desacuerdo, un 33% de acuerdo y un 33% muy de acuerdo. **Observaciones:** Validador Nº1: ajustar de acuerdo al tamaño de la letra, Validador Nº3: El tamaño es adecuado, pero se repite su ubicación en todas las preparaciones. Se podría ubicar en diferentes partes de la página (extremos), para dar más dinamismo a quien lo ve.
Eliminar el logo de la Universidad y la mención de la alumna interna en la foto de lavado de manos.

Tabla VIII: Análisis de Fotografía, Ítem Colores.

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	FOTOGRAFÍA, COLORES	MUY DE ACUERDO
Nº2	FOTOGRAFÍA, COLORES	MUY DE ACUERDO
Nº3	FOTOGRAFÍA, COLORES	MUY EN DESACUERDO

Resultados: 33% señala estar muy en desacuerdo y un 67% muy de acuerdo **Observación:** Validador Nº2: Fotografías muy repetitivas, en todas las preparaciones, el mismo fondo, pocillo y diseño de fotografía. Esto lo hace poco llamativo para quién lo ve, además de hacer poco identificable la preparación, a través de una imagen. En Homogeneizados, sólo se ve una mamadera con letras, que lo que parece, es que contiene jugo de naranja. No se aprecia bien la preparación.

Tabla IX: Análisis de Fotografía, Ítem Nitidez

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	FOTOGRAFÍA, NITIDEZ	MUY DE ACUERDO
Nº2	FOTOGRAFÍA, NITIDEZ	MUY DE ACUERDO
Nº3	FOTOGRAFÍA, NITIDEZ	MUY DE ACUERDO

Resultados: 100% de los validadores opinó estar muy de acuerdo, sin observaciones.

Tabla X: Análisis de Contenido.

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	CONTENIDO	MUY DE ACUERDO
Nº2	CONTENIDO	MUY DE ACUERDO
Nº3	CONTENIDO	EN DESACUERDO

Resultados: 67% de los validadores señaló estar muy de acuerdo y un 33% en desacuerdo. **Observación**: Validador Nº3: Falta desarrollar más claramente a qué parte de la población va dirigido, recetario para niños, es un concepto muy amplio. Probablemente, un niño de 5 años ya no esté alimentándose con papilla. Se debería especificar en la portada, que el recetario es en base a preparaciones de esta consistencia.

Tabla XI: Análisis de Claridad

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	CLARIDAD	MUY DE ACUERDO
Nº2	CLARIDAD	MUY DE ACUERDO
Nº3	CLARIDAD	EN DESACUERDO

Resultados: 67% de los validadores señaló estar muy de acuerdo y un 33% en desacuerdo **Observación:** Validador Nº3: No se hace una explicación clara de qué es y qué cuidados se debe tener con la alergia a la proteína de leche de vaca. Evitar el usar siglas, APLV, quizás no sea comprendido por el lector. El concepto "Homogeneizado" puede resultar poco comprensible, llevando a la confusión y duda. Qué pasa con el agregar sal, ¿se puede, si el niño tuviese 3 años? Considerar también el utilizar el concepto de medida casera en el listado de ingredientes, ya que el mencionar gramos, lo hace poco aplicable (utilizar cucharadas, o estimaciones de tamaño, según objetos).
El pié del recetario, que hace referencia al aporte nutricional, quedaría mejor escrito así, y no como "Aportes Nutricionales". ¿Qué pasa con el tiempo de duración y modo de conservación se las preparaciones? Se debería explicar algo generalizado al respecto.

Tabla XII: Análisis de Actualidad.

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	ACTUALIDAD	MUY DE ACUERDO
Nº2	ACTUALIDAD	MUY DE ACUERDO
Nº3	ACTUALIDAD	DE ACUERDO

Resultados: un 67% de los validadores señaló estar muy de acuerdo y un 33% de acuerdo. **Observación:** Validador Nº 3: Falta información de la patología, si no está, no se sabe si está actualizada o no.

Tabla XIV: Análisis de Información.

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	INFORMACIÓN	MUY DE ACUERDO
Nº2	INFORMACIÓN	MUY DE ACUERDO
Nº3	INFORMACIÓN	DE ACUERDO

Resultado: 67% de los validadores señaló estar muy de acuerdo y un 33% de acuerdo **Observación:** Validador Nº3: Se podría adicionar la inclusión de fórmulas lácteas especiales para estos niños, y su preparación estándar, por 100 cc. Por ejemplo, se podrían utilizar las fórmulas más conocidas: Nutrilón Pepti Junior, Althera, Neocate y Ele Care. Falta realizar un énfasis más claro en la importancia de la dieta para estos pacientes, que lleve a que la mamá o el cuidador del menor, sienta la necesidad de recurrir al recetario. También se podría realizar un glosario de términos, que ayude a aclarar el significado de palabras utilizadas en el recetario.

Tabla XV: Análisis de Número de Recetas.

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	NÚMERO DE RECETAS	DE ACUERDO
Nº2	NÚMERO DE RECETAS	DE ACUERDO
Nº3	NÚMERO DE RECETAS	DE ACUERDO

Resultados: 100% de los validadores opinó estar de acuerdo. **Observación:** Validador Nº3: Es adecuado, pero se debería agregar fórmulas lácteas, para hacerlo más completo.

Tabla XVI: Análisis de Ingredientes.

VALIDADOR	ITEM	RESPUESTA
Nº1	INGREDIENTES	DE ACUERDO
Nº2	INGREDIENTES	MUY DE ACUERDO
Nº3	INGREDIENTES	DE ACUERDO

Resultado: 67% de los validadores opinó estar de acuerdo y un 33% muy de acuerdo, sin observaciones al respecto

Análisis de Pautas de Calificación de Marcha Blanca.

Gráfico 1:

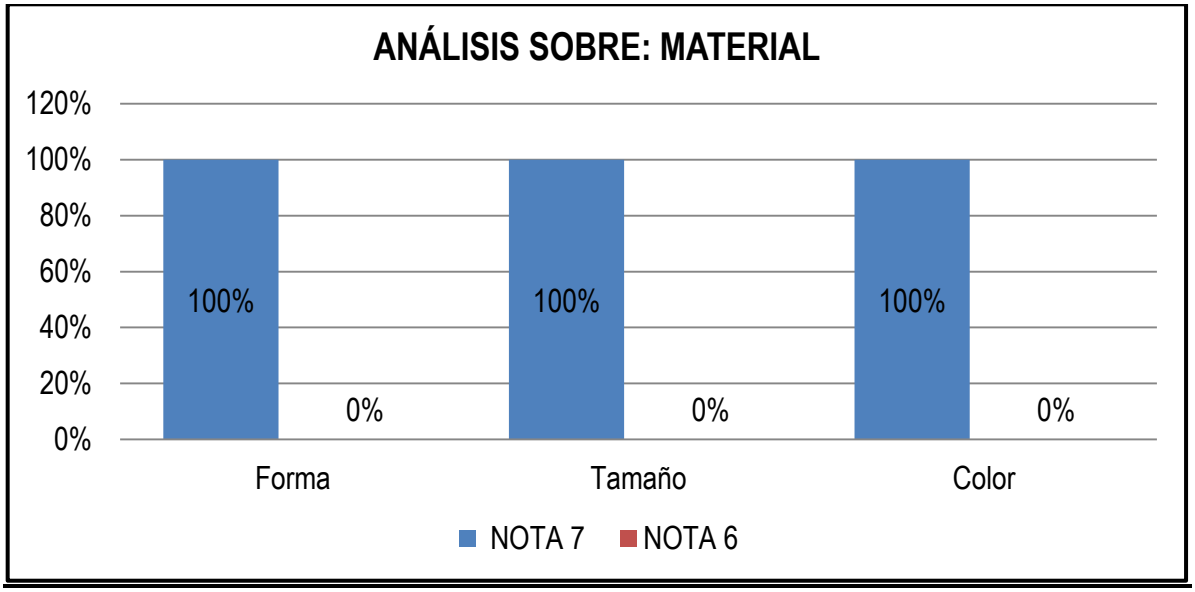
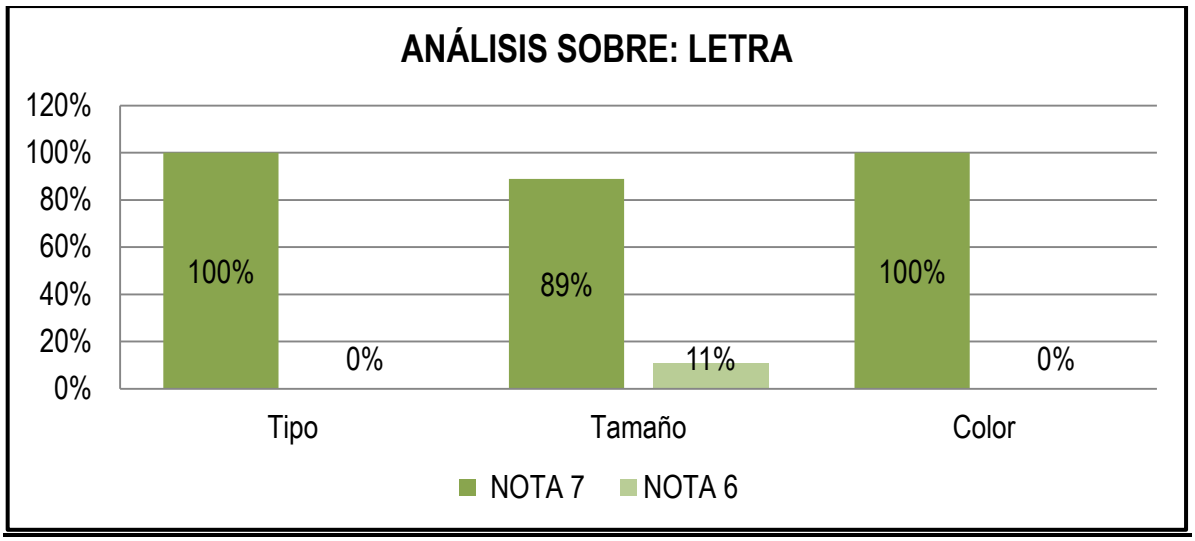
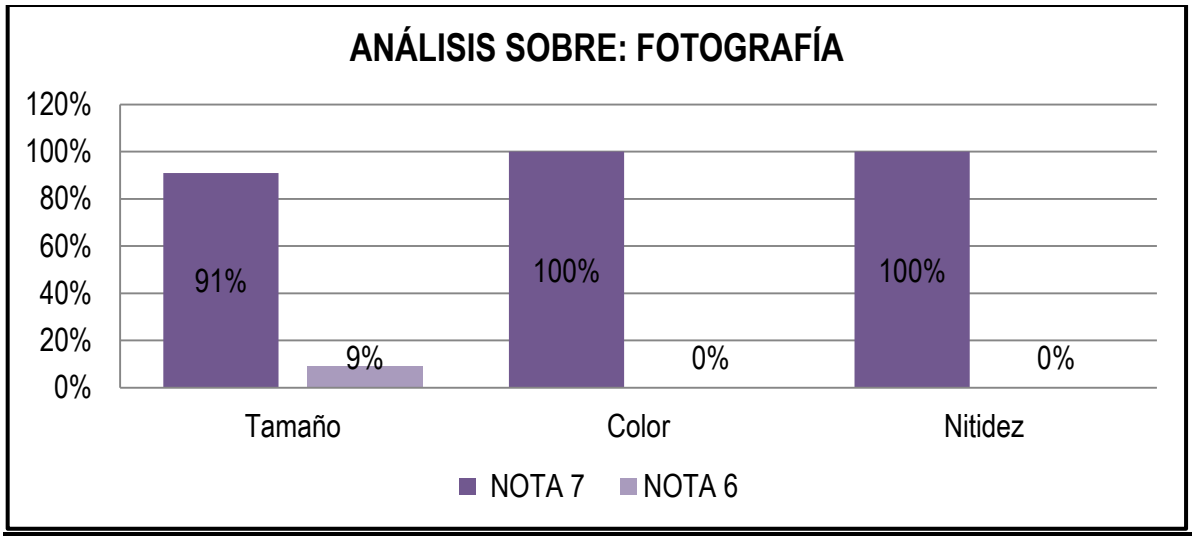


Gráfico 2:



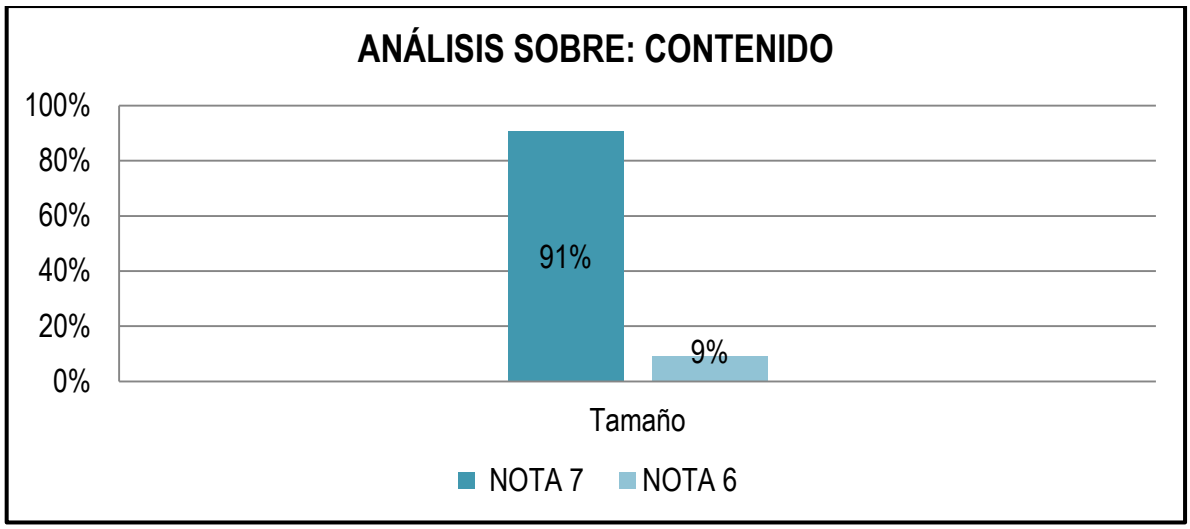
Observación: **t**ipo de letra muy formal, elegir una letra más cercana a la población infantil.

Gráfico 3:



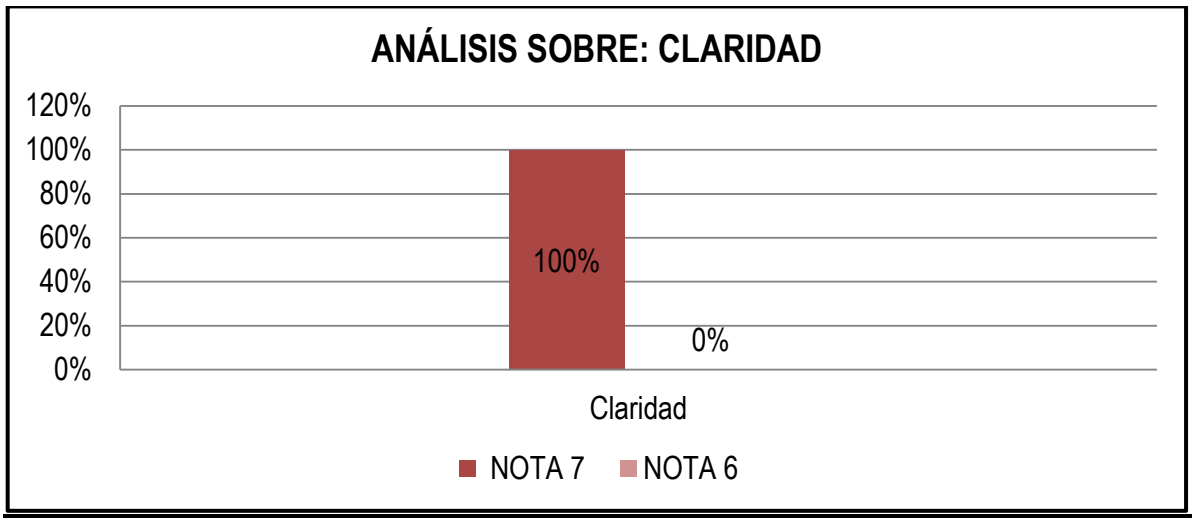
Observación: aumentar tamaño de fotografías.

Gráfico 4:



Observación: Incluir marcas comerciales para facilitar la compra de alimentos que no generen alergia en nuestros niños.

Gráfico 5:



Observación: Muy bien distribuida la información dentro del recetario, muy clara, fácil de entender.

Gráfico 6:

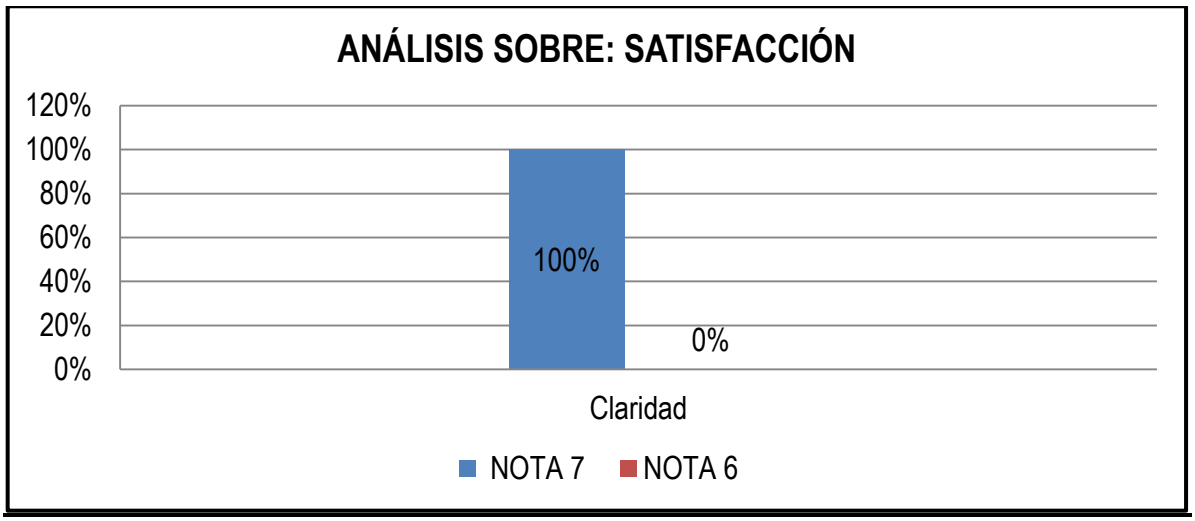
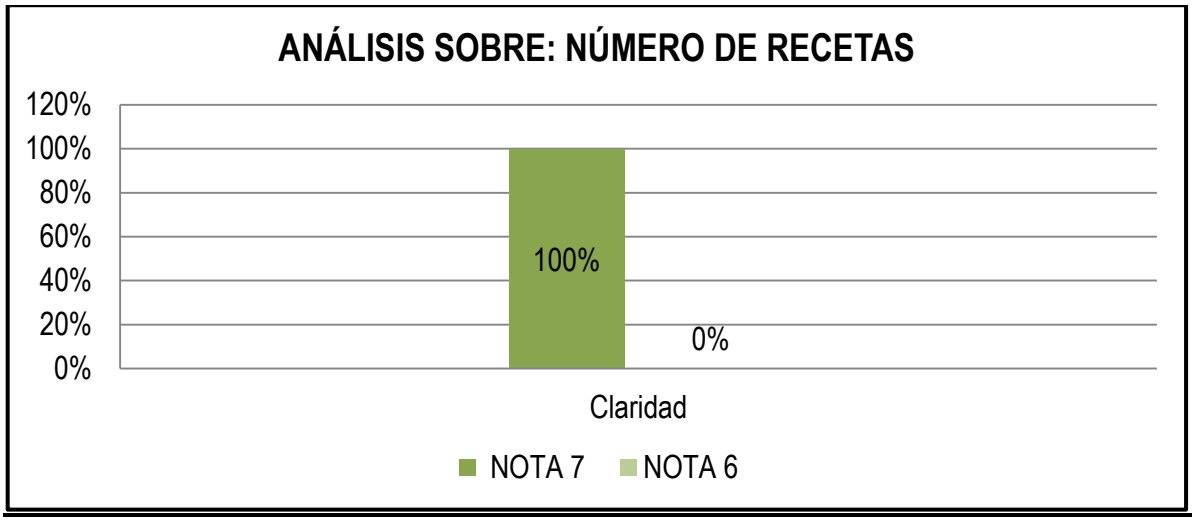

ANÁLISIS SOBRE: SATISFACCIÓN
120%
100%
80%
60%
40%
20%
0%
100%
0%
Claridad
NOTA 7
NOTA 6

Gráfico 7:


ANÁLISIS SOBRE: NÚMERO DE RECETAS
120%
100%
80%
60%
40%
20%
0%
100%
0%
Claridad
NOTA 7
NOTA 6

DISCUSIÓN

La elaboración de un recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigida a sus cuidadores, tiene su mayor sustento en la inexistencia de dicho material tanto en Chile como a nivel internacional. A pesar que en nuestra búsqueda bibliografía se encontró un recetario de España a base de fórmulas hidrolizadas, los cuales fueron elaborados por la marca “Nutribén”(32), está no representa alguna similitud o alguna alternativa como la que nosotras ofrecemos al elaborar este recetario a base de alimentos naturales. Nuestra intención es otorgar a las familias con Alergia a la Proteína de Leche de Vaca, una alternativa económica, accesible, segura y de fácil manejo lo que no se refleja en el uso de fórmulas hidrolizadas por su alto costo económico.

Las fórmulas hidrolizadas además de tener un alto costo económico tanto a nivel nacional como internacional, son lábiles al calor y poseen un sabor amargo (33), por lo que se debe tener especial cuidado al momento de realizar preparaciones donde se incluyan.

La Alergia a la Proteína de Leche de Vaca es una patología de difícil diagnostico por la poca evidencia científica y por la inexistencia de un consenso de diagnóstico, cuyo tratamiento tiene un elevado costo económico, lo cual no solo afecta al paciente sino también a todo su grupo familiar y entorno social, esto se visualiza tanto a nivel nacional como internacional (2).

La alimentación de todo lactante a nivel mundial en su inicio tiene relación directa y única con la leche, en consecuencia la primera reacción alérgica alimentaria que aparece es a la proteína de leche de vaca, ya que es el primer alimento al cual se ven expuesto una vez que fracasa la lactancia materna (20). En Chile su tratamiento actual se basa en una dieta de exclusión de alimentos a las madres que amamantan y/o la utilización de fórmulas hidrolizadas. En países como España la base del tratamiento está en las fórmulas hidrolizadas (34). La falta de una alternativa de alimentación que sea capaz de asegurar que no se provocara alguna reacción alérgica y así mismo el crecimiento pondoestatural adecuado para cada niño, es la base y motivación de nuestro trabajo.

Las diversas formas de presentación de la enfermedad y los distintos tipos de reacciones alérgicas que se dan entre cada niño (12), dificulta la decisión en la cantidad de exclusión de alimentos para la elaboración de un recetario estándar, es por esto que debemos basarnos únicamente en aquellos niños que presenten solo alergia a la proteína de leche de vaca, por lo mismo solo excluimos la leche y sus derivados. A partir de los 6 meses de edad, la alimentación de los lactantes comienza a diversificarse, por lo que no solo se debe evitar la leche “visible” sino también aquella encontrada en los alimentos preparados industrialmente (Anexo Nº1), tales como proteínas de la leche, lactoproteína, proteína de lactosuero, caseína, caseinato, lactoalbúmina, proteínas animales, margarina, nata, mantequilla y quesos. Todos los alimentos naturales y aditivos para alimentos procesados que no se pueden utilizar en la alimentación de niños con Alergia a la Proteína de Leche de Vaca, están descritos en las “Guía Clínica para la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca”, elaborada por el Ministerio de Salud de Chile, la cual está en proceso de publicación, lo cual no se encuentra de forma general a nivel internacional, ya que solo encontramos publicada La “Guía de Referencia

Rápida, Manejo para la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca" Guías clínicas elaborados por las autoridades de salud de México, en otros países solo se encontró publicada guías particulares de clínicas u hospitales.

La falta de un conceso del manejo alimentarios entre los profesionales de salud, ha llevado a que cada familia según su propia experiencia decida el mejor tratamiento para su hijo, dejando de lado por falta lógica de conocimiento fisiológico, dietoterapeutico y nutricional, la alimentación adecuada para la edad de cada niño. Dado a que es tanta la preocupación por que el niño suba de peso o se "alimente normal" que no se vigila a cabalidad si las preparaciones entregadas cubres las necesidades nutricionales adecuadas, por lo tanto tendremos niños con crecimiento inadecuado lo que también puede derivar a enfermedades futuras. La elaboración de este recetario es una alternativa fiable de preparaciones, las cuales están calculadas con el aporte nutricional adecuado, según la European Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (ESPGHAN) (26), para lograr un crecimiento óptimo y no dañar su crecimiento y desarrollo.

CONCLUSIÓN

La elaboración de este recetario para niños menores de 1 año, dirigido a sus cuidadores, comenzó con la recolección de información sobre alergia a la proteína de la leche de vaca, la cual luego se especificó en la búsqueda de información sobre alimentos sin procesar que son alérgenos para este grupo etareo y alimentos procesados que contengan aditivos alérgenos, esta se realizó a través de búsqueda en bases de datos y artículos en páginas web reconocidas como fuentes válidas de información de tipo científica, tales como Pubmed, Scirus, Scielo, MINSAL, etc., utilizando palabras claves como “alimentos con proteína de leche de vaca”, “aditivos con proteína de leche de vaca”, “alimentos procesados con proteína de leche de vaca”, “alimentos prohibidos para niños con alergia a la proteína de leche de vaca”.

Luego se seleccionó la información recolectada sobre los tópicos mencionados y se optó por artículos actualizados, con no más de 5 años de antigüedad de esta manera asegurar que la información que se proporciona es actualizada.

En base a la información recolectada y filtrada se comenzó con la elaboración del recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigido a sus cuidadores, etapa que comenzó con la planificación de recetas donde se utilizó un formato de receta estándar para ordenar la información y se utilizó como referencia de aportes nutricionales de los alimentos Jury G, Urtega C, Taibo M. “Porciones de Intercambio y Composición de los Alimentos de la Pirámide Alimentaria Chilena”. Universidad de Chile, Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos, Centro de Nutrición Humana, Facultad de Medicina. 1999. En base a esta información se calcularon los aportes nutricionales de cada preparación y se adecuaron las recetas a los requerimientos de la población objetivo según la ESPGHAN, para terminar con la redacción de los pasos a seguir para preparar las recetas considerando los ingredientes, la forma de preparación y aporte nutricional.

La Preparación de Recetas para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca se realizaron según los gramajes (los que se obtuvieron pesando los alimentos en la pesa de cocina digital 61703 LACOR PR, que tiene una escala de 1 gr hasta los 5 Kg) e instrucciones que se redactaron, para corroborar que estas se podrían realizar por cualquier persona que leyera este recetario. Una vez elaboradas las preparaciones se tomaron las fotografías correspondientes a cada una de ellas. Una vez redactada y elaboradas las recetas se comenzó a diseñar el recetario beta, por lo que se contactó a la Diseñadora Gráfica de la Universidad de Santiago de Chile, Jacqueline González con la que se discutió temas como tamaño, colores, tipo de letra, etc., hasta llegar a un consenso, con el que se obtuvo la versión beta de este recetario.

Con la versión beta ya impresa se comenzó con la validación de este, la cual se realizó contactando a tres Nutricionistas que se vinculaban en el área de alergias alimentarias, Anne Weisser M., Nutricionistas del Centro de Salud Familiar Doctor Héctor García de la comuna de Buin, madre de un niño portador de múltiples alergias alimentaria, Héctor Pozo M., Nutricionista Jefe del SEDILE y Nutricionista Clínico del área de pediatría del Hospital Sótero del Río, en el cual se tratan a niños con alergias alimentarias y Gloria Román, Nutricionista Clínica del área de pediatría del Hospital Clínico de la Universidad Católica. Cada validador recibió un "recetario beta" y una pauta de validación, en la cual además de evaluar el recetario, pudo realizar observaciones sobre él.

Una vez recolectado todos las pautas de validación y corroborar que todos los ítem fueron respondido se comenzó con el análisis de estas y los resultados se presentaron en tablas para facilitar su lectura. Luego se realizó la etapa de prueba con 21 cuidadores pertenecientes a la fundación "Creciendo con Alergias", única institución en Chile que acoge a niños con alergia a la proteína de leche de vaca. Cada cuidador firmó un documento de consentimiento informado antes de realizar la evaluación del recetario final, además de un recetario final y una pauta de calificación, anteriormente descrita, en la cual además de evaluar el recetario, pudo realizar observaciones sobre él.

BIBLIOGRAFÍA

1. Olmos C, Velandia S, Guerrero V. Alergia a la proteína de leche de vaca en lactantes: diagnóstico y manejo. Rev. CCAP. 2007; 7(1): 44-52.
2. Guarino A, Albano F, Ashkenazi S, Gendrel D, Hoekstra JH, Shamir R, et al. The ESPGHAN/ESPID Evidence-Based Guidelines for the management of Acute Gastroenteritis in children in Europe Expert Committee Group. J Peddiatr Gastroenterol Nutr 2008; 46: 619-21.
3. Verdugo F, Rojas M, Soto M. Alergia a la proteína de leche de vaca. Rev. Ped. Elec. [en línea]. 2011; 8(3):17-19. [citado 9 Jul 2013]. Disponible en: http://www.revistapediatria.cl/vol8num3/4.html
4. Tamayo G, Sáenz de Urturi A, Hernandez MR, Pedrón C, García M. Formulas Infantiles especiales. An Esp Pediatr. 1997;47:455-465.
5. Miquel I, Arancibia ME. Alergia a proteína de leche de vaca en el menor de un año. Rev Chil Pediatr. 2012; 83(1): 78-83.
6. Johansson SGO et al. Revised nomenclature for allergy for global use: Report of the Nomenclature Review Committee of the World Allergy Organization, October 2003. J Allergy Clin Immunol 2004;113 (5), 832-836.
7. Guandalini S. Cow's milk allergy. En: Guandalini S. Essential pediatric gastroenterology, hepatology & nutrition. Estados Unidos: McGraw Hill, 2005. p. 175-92.
8. Heine RG. Pathophysiology, diagnosis and treatment of food protein induced gastrointestinal diseases. Curr Opin Allergy Clin Immunol. 2004;4:221-9.
9. Machteld M, Tiemessen MS. Cow's milk-specific T cell reactivity of children with and without persistent cow's milk allergy: Key role for IL-10 J Allergy Clin Immunol. 2004;113:932-9.
10. Sampson HA. Food allergy. Part I: immnopathogenesis and clinical disorders. J Allergy Clin Immunol. 1999;103:717-28.
11. Kemp, A S. Egg allergy. Pediatric Allergy and Immunology. 2007;18: 696–702.

12. Dalmau J, Martorell A y el Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría. Alergia a las proteínas de la leche de vaca: prevención primaria. Aspectos nutricionales. An Esp Pediatr. 2008; 68: 295-300.
13. Gª Novo MD. Fórmulas Especiales. En: Hernández M, editor. Alimentación Infantil. 2ª ed. Madrid: Díaz de Santos, 1993; 265-271.
14. Schellhorn C y Valdés V. Manual de Lactancia Materna. 3a.ed. Santiago, Chile: Ministerio de Salud, 2010.
15. Roussos A, Franchello A, Flax Marcó F, De Leo M, Larocca T, Barbeito S, Rochaix A, Jacobez S, Alculumbre R. Alergia a la Proteína de La Leche de Vaca. Rev.SAN. 9424175 [Serial]. 2009 Mar; 10(1):45-48.
16. Orsi M, Fernández A, Follett F, Marchisone S, Saieg G, Busoni V, Tabacco O y Toca C. Alergia a la proteína de la leche de vaca. Propuesta de Guía para el manejo de los niños con alergia a la proteína de la leche de vaca. Arch Argent Pediatr. 2009; 107(5): 459-470.
17. Sampson H. Food allergy. Part II: diagnosis and management. J Allergy Clin Immunol. 1999;103:981-9.
18. Molkhou P. The problems of the child with food allergies. Allerg Immunol. 2003;3:7-8.
19. Vanto TS. Prediction of the development of tolerate to milk in children with cow's milk hypersensitivity. J Pediatr. 2004;144:218-22.
20. Kleinman RE. Food sensitivity in pediatric nutrition handbook. AAP. 2004; 2:593-606.
21. Sacristán AM, Lanza E, Dos santos A. Epidemiología de la historia de alergia a proteínas de la leche de vaca en niños mayores de un año de edad y su tolerancia. Rev Pediatr Aten Primaria. 2011;13:543-51.
22. Dalmau J. Fórmulas hidrolizadas y dietas elementales: aspectos a valorar en su utilización clínica. Pediátrica. 2006; 26: 323-5.
23. American Academy Pediatrics. Committee on Nutrition. Protein hydrolysate formulas. En: Kleinman RE, ed. Pediatric Nutrition Handbook, 4.ª ed. Illinois: Elk Grove, 1998. pp. 38-39.
24. Cornejo J. Alergias alimentarias. Rev col nutr. 2011;7(4):14-8.

25. Ferrer B, Vitoria I, Dalmau J. Indicaciones para las fórmulas lácteas especiales: fórmulas para problemas «menores», fórmulas sin lactosa y fórmulas de proteína de soja. Acta Pediatr Esp. 2009; 67(7):333-337.
26. Host A, Koletzko B, Dreborg S, Muraro A, Wahn U, Aggett P, et al. Joint statement of the European Society for Paediatric Allergology and Clinical Immunology (ESPACI) Committee on Hypoallergenic Formulas and the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (ESPGHAN) Committee on Nutrition. Dietary products used in infants for treatment and prevention of food allergy. Arch Dis Child. 1999; 81: 80-84.
27. Ferferbaum R, Zamberlan P, Fuch V. Formulas elementales y semi-elementales en pediatría. Rev mex ped. 2010 jul-agost;77(4):164-171.
28. Bozzola C, Ivancevich J, Kriunis I, Tassiello E. Alérgenos de Los Alimentos. Sitio de Información y Apoyo a Personas con Alergias por Los Alimentos. Buenos Aires, Argentina: Planeta, 2011.
29. Zacarias I, Olivares S. Etiquetado Nutricional de Los Alimentos. Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA). Santiago de Chile: Universidad de Chile, 1999.
30. Real Academia Española [homepage on the Internet].España: Real Academia Española. [citado 9 Jul 2013]. Available from: http//www.rae.es/.
31. Rancé F. Recetas para bebés alérgicos a las proteínas de leche de vaca. Nutribén. Majadahonda, Madrid, España: Servicio de Pediatría del Hospital Universitario Puerta de Hierro Majadahonda, 2010.
32. Tamayo G, Sáenz A, Hernández S, Pedrón C, García N. Fórmulas Infantiles Especiales. An Esp Pediatr. 2008;47:455-465.
33. Goicoechea M, Torres P, Lorente T. Guía para el tratamiento de lactantes con alergia a proteínas de leche de vaca: Ficha comparativa de las fórmulas especiales. Bol Pediatr. 2009; 49: 3-15.
34. Instituto Mexicano de Seguridad Social. Guía de Referencia Rápida, Manejo para la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca. México: Dirección de Prestaciones Médicas, Centro General de Excelencia Tecnológica en Salud, 2011.

ANEXOS

ANEXO Nº1

LISTADO DE ALIMENTOS PERMITIDOS Y PROHIBIDOS.

Alimentos permitidos Sin soya o Proteína leche vaca o caseína	Alimentos prohibidos
Lácteos: leches extensamente hidrolizadas o con mezclas de aminoácidos.	Leche de vaca, entera, semi-descremada, descremada, con sabor, evaporada, condensada, sólidos de leche, y yogurt, manjar, cremas, dulces y ácidas, quesos, chocolates comerciales, que tengan leche, cereales con leche, quesos Caseinato de calcio, leches tratadas con lactobacilus, lactoalbúmina, suero, cuajo, lactoglobulina, lactasa, quesillo, queso fresco. Leches con lecitina de soya Leche de soya, lecitina de soya, jugos de soya, extensores de embutidos.
Carne:, pollo, pavo, cerdo, huevo, vacuno, probar SEGÚN TOLERANCIA	Carnes elaboradas, embutidos (tienen extensores que son soya), quesos, crema o rellenos con vienesas, Vienesa con extensores (es soya) preparaciones con leche vaca, soya, lecitina de soya. Huevo Embutidos, paté y fiambres.
Pan, cereales, pastas: Todo los cereales que no contengan leche, soya o caseína: pan francés, fideos, tallarines, espaguetis, macarrones (sin queso), pan de maíz, arroz, cereales sin leche confeccionados con: maíz, trigo, cornflake de maíz, macarrones de trigo, tapioca, tallarines , fideos de porotos verdes, tortilla de maíz, quínoa, cuscus, amaranto	Todos los con agregados de leche o caseína, soya, lecitina soya • Productos enriquecidos (ej. Harina enriquecida o con vitaminas).

Alimentos permitidos Sin soya o Proteína leche vaca o caseína	Alimentos prohibidos
Vegetales: cualquier verdura o preparaciones que no contenga soya, caseína o leche de vaca Legumbres (arvejas, choclo), leguminosas (porotos, lentejas).	Cremas de verduras con leche, vegetales apanados, papas o puré instantáneos. Que contengan lecitina de soya, aceite de soya.
Frutas: Todas en estado natural congeladas, conserva, jugos de fruta natural, o bebidas. Frutas secas.	Todas las frutas preparadas como relleno para pastelería, kuchen, tartaletas, pasteles, etc. con leche de vaca y soya
Aceites o grasas: margarinas sin leche, aceites vegetales **100%**: de oliva, maíz, maravilla, pepa de uva.	Mayonesa o salsas de aderezo con soya, caseína, leche, cremas de leche Aceite de soya, aceite mezclado con sota, lecitina de soya, productos con soya.
Dulces y postres: azúcar, miel, melaza, jarabes de maíz, jalea, gelatinas, dulces hechos en casa con ingredientes permitidos, helados de agua, tapioca, coco, marshmellows, bebidas carbonatadas.	Cualquiera que haya sido preparado con leche, soya, caseína, crema etc., con agregados de estabilizadores de soya, saborizantes de jarabe de soya, lecitina soya.
Misceláneas: sal, especias, Hierbas, extractos, aceitunas, cabritas, bebidas descafeinados, cocoa, sopas hechas en casa.	Salsas para sazonar, sopas comerciales, postres comerciales, batidos, leer las etiquetas.
Aditivos: ninguno	Fosfato Tricálcico. • Conser antes 70 (cido láctico). • Acidulantes , 6, 7 (lactatos de Na, K y Ca) • mulsionantes 7 (steres l cticos), E481 y E482 (lactilato de Na y Ca). • spesantes H 11, H 1 (caseinato de Ca y Na respectivamente). • Condimento de caramelo y azúcar morena.

FUENTE: Guía Clínica 2013 Alergia a Proteína de Leche de Vaca

ALIMENTOS CON PROTEINA DE VACA Y SOYA

REVISAR CUIDADOSAMENTE LAS ETIQUETAS DE LOS PRODUCTOS A CONSUMIR

Alimentos con proteína de leche de vaca	Alimentos con proteína de soya
Todo producto que contenga leche entera, evaporada, condensada, descremada, semidescremada, leche en polvo.	Leche de soya: líquida en polvo, o alimentos que la contengan
Leche tratada con lactobacilus, acidobacilus o lactasa.	Tófu, Kefir, queso de soya
Mantequilla, margarina con leche y cualquier producto confeccionado con ellas: pies, Kuchen, pasteles etc.	Queques, pan, postres, wafles, que contengan harina de soya o lecitina soya: leer cuidadosamente las etiquetas
Bebidas que contengan caseinato de calcio, o caseinato de sodio.	Cualquier postre que contenga leche de vaca o soya
Muffin con leche	Jugos de soya
Todos los quesos.	Chorizos, hamburguesa hechos con carne vegetal, están hechos con soya.
Crema de leche, dulce de leche (manjar).	Brotes de soya
Suero de leche, polvo de suero, cuajo (usado en quesillo).	Proteína texturizada de soya
Lactoalbúmina, lactoglobulina: leer cuidadosamente las etiquetas.	Mayonesa de soya o con lecitina de soya
Crema ácida	Porotos de soya o cualquier alimento que lo contenga.

Alimentos con proteína de leche de vaca	Alimentos con proteína de soya
Chocolate caliente y toda leche con chocolate.	Aceite de soya o aceites vegetales que contienen un porcentaje de aceite de soya.
Cereales para el desayuno que contengan leche vaca soya: leer cuidadosamente las etiquetas.	Miso, Tempeh, concentrado de soya, salsa de soya
Helados de leche Imitaciones de leche.	

FUENTE: Guía Clínica 2013 Alergia a Proteína de Leche de Vaca

ANEXO Nº2

PESA COCINA DIGITAL

Detalles: 5kg 1gr 61703 LACOR PR

ANEXO Nº3

FORMATO DE RECETA ESTANDAR Y APORTES NUTRICIONALES:

NOMBRE DE LA PREPARACIÓN:		
Nº de raciones:		
Ingredientes	Cantidad	Preparación
		a) b) c) d) e) f) g) h) i)

Nombre de la Preparación								
Ingrediente	**Gr o cc**	**Kcal**	**Prot. (gr)**	**CHO (gr)**	**Líp. (gr)**	**Hierro (mg)**	**Zinc (mg)**	**Calcio (mg)**
TOTAL								

ANEXO Nº4

PAUTA DE VALIDACIÓN:

PAUTA DE VALIDACIÓN "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 1 AÑO CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES"

INSTRUCCIONES:

Usted tiene en sus manos un "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 1 AÑO CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES", creado por las internas de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, Karla Caroca Henríquez y Daniela Valenzuela Vásquez. De acuerdo a lo que usted observa lea las preguntas que se presentan a continuación y marque con una "x" la respuesta que usted desee y en el cuadro que dice "OBSERVACIONES" realice los comentarios que estime conveniente.

MATERIAL		
¿ES ADECUADA LA FORMA **DEL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO **DEL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿SON ADECUADOS LOS COLORES **DEL MATERIA?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

LETRA

¿ES ADECUADO EL TIPO DE LETRA **UTILIZADA EN EL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DE LETRA **UTILIZADO EN EL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL COLOR **UTILIZADO EN LAS LETRAS?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

FOTOGRAFÍA		
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DE LA FOTOGRAFIA **DE LA PREPARACIÓN?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿SON ADECUADOS LOS COLORES DE LA FOTOGRAFÍA **DE LA PREPARACIÓN?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

¿ES NITIDA LA FOTOGRAFIA **DE LA PREPARACIÓN PRESENTADA?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

CONTENIDO		
¿SE TRATA EL TEMA INDICADO EN LA PORTADA?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

CLARIDAD		
¿SE ENTIENDE DE FORMA CLARA EL RECETARIO?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

ACTUALIDAD		
¿LA INFORMACIÓN CONTENIDA ESTA ACTUALIZADA?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

INFORMACIÓN		
¿LA INFORMACIÓN	MUY DE ACUERDO	OBSERVACIONES:

CONTENIDA ES LA ADECUADA?	__ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	

NÚMERO DE RECETAS		
¿ES ADECUADO EL NÚMERO DE RECETAS PRESENTADAS?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

INGREDIENTES		
¿SON ADECUADOS A LA PATOLOGÍA LOS INGREDIENTES UTILIZADOS?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

VOCABULARIO

- **FORMA**: Figura exterior de un cuerpo.
- **TAMAÑO**: Conjunto de dimensiones, por la cual se obtiene mayor o menor volumen.
- **COLOR**: Sensación producida por los rayos luminosos y que dependen de la longitud de la onda.
- **FUENTE**: Tipo de letra.
- **NITIDEZ**: Precisión, exactitud.

¡MUCHAS GRACIAS!

ANEXO Nº5

PAUTA DE CALIFICACIÓN MARCHA BLANCA.

PAUTA DE CALIFICACIÓN "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 1 AÑO CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES"

INSTRUCCIONES:

Usted tiene en sus manos un "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 1 AÑO CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES", creado por las internas de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, Karla Caroca Henríquez y Daniela Valenzuela Vásquez. De acuerdo a lo que usted observa lea las preguntas que se presentan a continuación y encierre en un circulo (ejemplo: ◯) la respuesta que usted desee siendo "1" muy mal y "7" muy bien y en el cuadro que dice "OBSERVACIONES" realice los comentarios que estime conveniente.

MATERIAL		
¿ME GUSTA LA FORMA DEL RECETARIO?	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:

¿ME GUSTA EL TAMAÑO **DEL RECETARIO?**	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:
¿ME GUSTAN LOS COLORES **DEL RECETARIO?**	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:

LETRA		
¿ME GUSTA LA LETRA **USADA EN EL RECETARIO?**	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:
¿ME GUSTA EL PORTE DE LA LETRA **USADO EN EL RECETARIO?**	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:
¿ME GUSTAN EL COLOR **DE LAS LETRAS DEL RECETARIO?**	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:

FOTOGRAFÍA		
¿ME GUSTA EL TAMAÑO DE LA IMAGEN **DE LA PREPARACIÓN?**	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:
¿ME GUSTAN LOS COLORES DE LA IMAGEN **DE LA PREPARACIÓN?**	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:
¿VEO DE FORMA CLARA LA IMAGEN **DE LA PREPARACIÓN?**	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:

CONTENIDO		
¿ENCUENTRO		OBSERVACIONES:

RECETAS UTILES PARA TRATAR LA ALERGIA A LA PROTEINA DE LECHE DE VACA?	1 2 3 4 5 6 7	

CLARIDAD		
¿ME ES FACIL LEER EL RECETARIO?	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:

SATISFACCIÓN		
¿PUEDO REALIZAR LAS RECETAS EN MI CASA?	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:

NÚMERO DE RECETAS		
¿ME GUSTA LA CANTIDAD DE RECETAS PRESENTADAS?	1 2 3 4 5 6 7	OBSERVACIONES:

VOCABULARIO

- **FORMA**: Figura exterior de un cuerpo.
- **TAMAÑO**: Conjunto de dimensiones, por la cual se obtiene mayor o menor volumen.
- **COLOR**: Sensación producida por los rayos luminosos y que dependen de la longitud de la onda.
- **FUENTE**: Tipo de letra.
- **NITIDEZ**: Precisión, exactitud.
- **CONTENIDO**: Tema o asunto del que se habla o escribe.
- **CLARIDAD**: Facilidad para percibir, expresar o comprender.
- **SATISFACCIÓN**: Cumplimiento de una necesidad.

¡MUCHAS GRACIAS!

ANEXO Nº6

CONSENTIMIENTO INFORMADO

DOCUMENTO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

El presente documento tiene como objetivo entregarle información para ayudarle a tomar la decisión de participar o no en la evaluación de la tesis titulada "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 1 AÑO CON ALERGIA A LA PROTEINA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES", realizada por las internas de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, Karla

Caroca Henríquez y Daniela Valenzuela Vásquez. El objetivo de este trabajo de tesis es: Elaborar un recetario para niños menores de 1 año con alergia a la proteína de leche de vaca dirigido a sus cuidadores, esto debido a que el primer año de vida se caracteriza por ser el de mayor crecimiento y desarrollo en todo el ciclo vital, y es un periodo en el cual la alimentación juega un rol fundamental. La alimentación de los niños con Alergia a la Proteína de Leche de Vaca se basa en formulas hipoalergenicas que representan un alto costo económico y en consecuencia un difícil acceso y una problemática familiar. Es en este último punto donde radica la importancia de otorgar una alternativa de alimentación.

Al participar en la evaluación del recetario, una vez que este sea revisado y aprobado por las autoridades pertinentes, se le entregara una copia de este para que pueda hacer uso de él en su hogar.

Lea atentamente este documento y si está de acuerdo en participar de la evaluación de la tesis titulada "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 1 AÑO CON ALERGIA A LA PROTEINA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES", complete con sus datos el siguiente documento.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo , deseo participar en la evaluación del recetario producto de la tesis titulada "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 1 AÑO CON ALERGIA A LA PROTEINA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES", realizada por las internas de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, Karla Caroca Henríquez y Daniela Valenzuela Vásquez. Evaluación que se realizara bajo confidencialidad y donde se me entregara una copia del recetario, una vez que este sea revisado y aprobado por las autoridades pertinentes.

Si no deseo participar en la evaluación aun habiendo firmado este documento no habrá ningún tipo de sanción.

_____
FIRMA

_____	_____
Karla Caroca Henríquez Interna de Nutrición y Dietética Universidad Finis Terrae.	Daniela Valenzuela Vásquez Interna de Nutrición y Dietética Universidad Finis Terrae

Santiago, X de xxxx de 2013.

ANEXO Nº7

Recetario

para niños con Alergia a la Proteína de Leche de Vaca

Por: Karla Caroca Henríquez
Daniela Valenzuela Vásquez

Índice

Introducción 6

Lavado de Manos 7

Normas de Higiene y técnica del lavado del biberón 8

Homogeneizados 9
- Pollo/Papa 10
- Vacuno/Arroz 11
- Pavo/Fideos 12
- Pavo/Arroz 13
- Vacuno/Sémola 14

Papillas 15
- Pollo/Arroz y papa 16
- Pavo/Arroz y papa 17
- Pollo/Arroz 18
- Vacuno/Fideos 19
- Vacuno/Sémola y Verduras 20
- Vacuno/Arroz y papa 21
- Pollo/Fideos 22
- Pollo/Sémola y verduras 23
- Pavo/Sémola y papa 24
- Pavo/Fideos 25

Introducción

La alimentación del lactante requiere especial preocupación, ya que el crecimiento y desarrollo durante el primer año de vida son los más rápidos del ciclo vital y el lactante es inmaduro y vulnerable. Una alimentación adecuada contribuye significativamente a que el niño sea capaz de expresar al máximo sus potencialidades. Debido a que éstos son los que presentan una mayor incidencia de Alergia a la Proteína de Leche de Vaca y siendo en la actualidad su único tratamiento alimentario el uso de formulas hipoalergénicas que representan actualmente un alto costo económico, es la importancia que tiene la elaboración de un recetario para niños menores de 2 años con APLV accesible y de fácil manejo por los cuidadores de estos niños.

Las recetas serán elaboradas con alimentos naturales de fácil acceso, principalmente del grupo de alimentos de verduras, cereales y carnes magras, como pollo y pavo, por lo que podrán acceder a ellos sin inconvenientes y podrán realizar las recetas contenidas en el recetario.

Lavado de manos

MOJE SUS MANOS CON AGUA

APLIQUE SUFICIENTE JABÓN

FROTE LAS PALMAS ENTRE SI

FROTE SUS MANOS INTERCALANDO SUS DEDOS

FROTE SUS DEDOS DE ARRIBA HACIA ABAJO

FROTE SUS PULGARES ROTANDOLOS

FROTE LA YEMA DE LOS DEDOS CON LAS PALMAS

ENJUAGUE SUS MANOS CON AGUA

SEQUE BIEN SUS MANOS CON UNA TOALLA DE PAPEL

USE LA MISMA TOALLA DE PAPEL PARA CERRAR LA LLAVE

Normas de higiene

y técnica del lavado del biberón

1. Eliminar los restos de leche que hayan quedado con agua corriente.

Homogeneizados

Homogeneizados

Pollo / Papa

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pechuga de pollo	10 grs.
Sémola	5 grs.
Papa	40 grs.
Aceite	5 cc.
Agua	200 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar verduras y pollo, retirar las partes deterioradas.
b. Cortar papa y pollo en cubos.
c. En una olla con agua hirviendo cocinar pollo durante 10 minutos.
d. Luego agregar la papa y cocinar a 100ºC por 15 minutos hasta que esté blanda.
e. Escurrir pollo y papa.
f. Colocar el pollo, papa y aceite en la juguera.
g. Agregar gradualmente agua de cocción hasta obtener fórmula suave.
h. Poner en mamadera la fórmula y agregar agua hervida tibia si es necesario (hasta 200cc). Agitar para mezclar bien el contenido.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	113	3,4	12,0	5,8	0,74	0,06	8,11

Homogeneizados

Vacuno / Arroz

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Carne de vacuno	10 grs.
Zapallo	20 grs.
Arroz	20 grs.
Aceite	5 cc.
Agua	200 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y vacuno, retirar las partes deterioradas.

b. Cortar zapallo y vacuno en cubos.

c. En una olla con agua hirviendo cocinar vacuno durante 10 minutos.

d. Agregar zapallo, cocinar a 100ºC por 15 minutos o hasta que esté blando.

e. Luego agregar el arroz y cocinar 100ºC por 10 minutos.

f. Escurrir vacuno y zapallo.

g. Colocar vacuno, zapallo, arroz y aceite en la juguera.

h. Agregar gradualmente agua de cocción hasta obtener fórmula suave.

i. Poner en mamadera la fórmula y agregar agua hervida tibia si es necesario (hasta 200cc). Agitar para mezclar bien el contenido.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	110	4,3	16,6	5,9	1,03	0,24	11,41

Homogeneizados

Pavo / Fideos

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pavo	10 grs.
Fideos Cabello	20 grs.
Zanahoria	20 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	200 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y pavo, retirar las partes deterioradas.

b. Cortar zanahoria y pavo en cubos.

c. En una olla con agua hirviendo cocinar pavo a fuego alto hasta llegar a hervor, después poner a fuego medio por 10 minutos.

d. Agregar zanahoria y cocinar a fuego medio por 15 minutos o hasta que esté blanda.

e. Por último agregar fideos cabellos y cocinar a fuego medio por 5 minutos.

f. Escurrir pavo, fideos y zanahoria.

g. Colocar todos los ingredientes en una licuadora y agregar agua de cocción de forma gradual hasta obtener fórmula suave.

h. Poner en mamadera la fórmula y agregar agua hervida tibia si es necesario (hasta 200cc). Agitar para mezclar bien el contenido.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	136	4,5	17,2	3,9	1,04	0,26	12,90

Homogeneizados

Pavo / Arroz

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pavo	10 grs.
Arroz	20 grs.
Acelga	20 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	200 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y pavo, retirar las partes deterioradas.

b. En una olla con agua hirviendo cocinar pavo a fuego alto hasta llegar a hervor, después poner a fuego medio por 10 minutos.

c. Agregar arroz y cocinar a fuego medio por 10 minutos.

d. Por último agregar acelga y cocinar a fuego medio por 5 minutos.

e. Escurrir pavo, arroz y acelga.

f. Colocar todos los ingredientes en una licuadora y agregar agua de cocción de forma gradual hasta obtener fórmula suave.

g. Poner en mamadera la fórmula y agregar agua hervida tibia si es necesario (hasta 200cc). Agitar para mezclar bien el contenido.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	110	4,3	16,6	3,9	1,03	0,24	11,41

Homogeneizados

Vacuno/Sémola

Número de raciones: 1

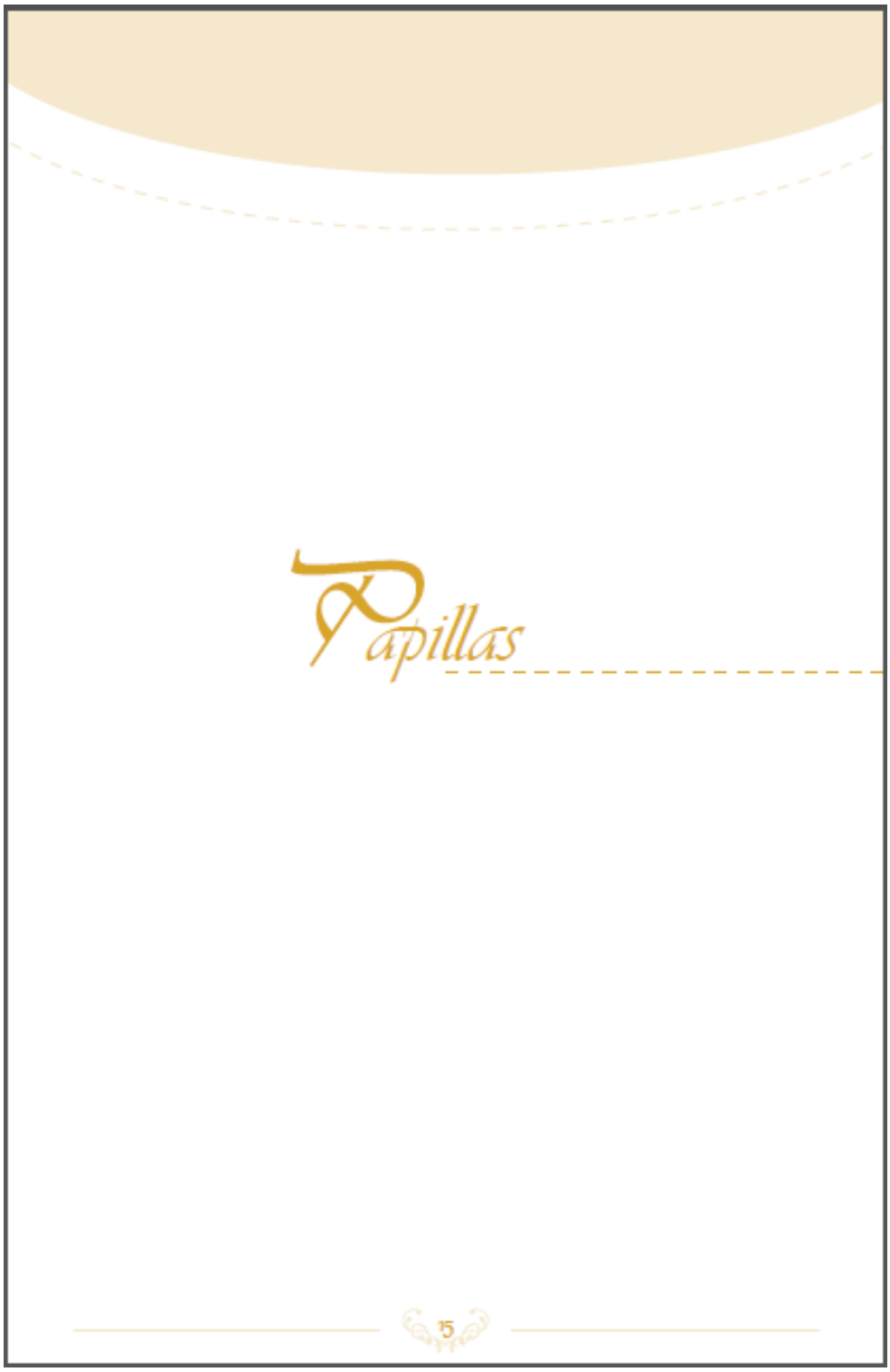
Ingredientes	Cantidad
Vacuno	10 grs.
Sémola	20 grs.
Zapallo	20 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	200 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y carne de vacuno, retirar las partes deterioradas.
b. Cortar carne de vacuno y zapallo en cubos pequeños.
c. En una olla con agua hirviendo cocinar carne de vacuno a fuego alto hasta llegar a hervor, después poner a fuego medio por 10 minutos.
d. Agregar zapallo y cocinar a fuego medio por 15 minutos o hasta que esté blando.
e. Por último agregar sémola y cocinar a fuego medio por 5 minutos.
f. Escurrir carne de vacuno y zapallo.
g. Colocar todos los ingredientes en una licuadora y agregar agua de cocción de forma gradual hasta obtener fórmula suave.
h. Poner en mamadera la fórmula y agregar agua hervida tibia si es necesario (hasta 200cc). Agitar para mezclar bien el contenido.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	110	4,3	16,6	3,9	1,05	0,24	11,41


Papillas
15

Papillas

Pollo / Arroz y papa

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pechuga de pollo	20 grs.
Arroz	10 grs.

Papillas

Pavo / Arroz y papa

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pechuga de pavo	20 grs.
Arroz	10 grs.
Papa	40 grs.
Zapallo	30 grs.
Zanahoria	20 grs.
Acelga	15 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	50 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y pavo, retirar las partes deterioradas.
b. Cortar zanahoria, papas, zapallo y pavo en cubos.
c. En una olla con agua, agregar el pavo y cocinarlo a fuego alto por 10 minutos.
d. Luego agregar la zanahoria, zapallo, papa y arroz, cocinar a fuego alto por 10 minutos.
e. Por último agregar la acelga y cocinar a fuego alto por 5 minutos.
f. Escurrir pavo y verduras cocidas.
g. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.
h. Agregar aceite crudo y mezclar.
i. Servir preparación tibia en pocillo.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	159	6,0	15,9	4,3	1,5	0,3	37,2

Papillas

Pollo/Arroz

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pechuga de pollo	20 grs.
Arroz	10 grs.
Papa	50 grs.
Zapallo italiano	30 grs.
Acelga	30 grs.
Pimentón	5 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	80 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y pollo, retirar las partes deterioradas.
b. Pelar y cortar zapallo italiano, pimentón, papa en cubos pequeños.
c. En una olla con agua, agregar el pollo y cocinarlo a fuego alto por 10 minutos.
d. Luego agregar la papa y arroz, cocinar a fuego alto por 10 minutos.
e. Por último agregar zapallo italiano, acelga y pimentón; cocinar a fuego alto por 5 minutos.
f. Escurrir pollo y verduras cocidas.
g. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.
h. Agregar aceite crudo y mezclar.
i. Servir preparación tibia en pocillo.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	149	6,2	17,9	4,4	1,1	0,1	12,8

Papillas

Vacuno / Fideos

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Carne de vacuno	20 grs.
Fideos cabellos	10 grs.
Zapallo	50 grs.
Zanahoria	30 grs.
Acelga	30 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	50 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y carne de vacuno, retirar las partes deterioradas.
b. Pelar y cortar zapallo y zanahoria en cubos pequeños.
c. En una olla con agua, agregar la carne de vacuno y cocinar a fuego alto por 10 minutos.
d. Luego agregar fideos cabellos y cocinar a fuego alto por 10 minutos.
e. Por último agregar acelga y cocinar a fuego alto por 5 minutos.
f. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.
g. Agregar aceite crudo y mezclar.
h. Servir preparación tibia en pocillo.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	149	7,1	9	4,4	1,1	0,1	12,8

Papillas

Vacuno / Sémola y verduras

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Carne de vacuno	20 grs.
Sémola	10 grs.
Papas	50 grs.
Zanahoria	30 grs.
Porotos verdes	30 grs.
Cebolla	5 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	250 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y carne de vacuno, retirar las partes deterioradas.
b. Pelar y cortar zanahoria, papa y cebolla en cubos pequeños.
c. En una olla con agua, agregar la carne de vacuno y cocinar a fuego alto hasta conseguir hervor del agua, después cocinar a fuego medio por 10 minutos.
d. Luego agregar papa, zanahoria, cebolla y porotos verdes; cocinar a fuego medio por 10 minutos.
e. Por último agregar sémola y cocinar a fuego medio por 5 minutos.
f. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.
g. Agregar aceite crudo y mezclar.
h. Servir preparación tibia en pocillo.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	149	6,7	17,9	4,4	1,4	0,5	28,8

Papillas

Vacuno / Arroz y papa

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Carne de vacuno	20 grs.
Arroz	10 grs.
Papas	40 grs.
Zapallo	25 grs.
Zapallo italiano	25 grs.
Espinaca	15 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	200 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y carne de vacuno, retirar las partes deterioradas.

b. Pelar y cortar zapallo italiano, zapallo y papa en cubos pequeños.

c. En una olla con agua, agregar la carne de vacuno y cocinar a fuego alto hasta conseguir hervor del agua, después cocinar a fuego medio por 10 minutos.

d. Luego agregar papa, zapallo y arroz; cocinar a fuego medio por 10 minutos.

e. Por último agregar zapallo italiano y espinaca; cocinar a fuego medio por 5 minutos.

f. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.

g. Agregar aceite crudo y mezclar.

h. Servir preparación tibia en pocillo.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	142	6,0	15,9	4,3	1,5	0,3	34,8

Papillas

Pollo / Sémola y verduras

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pollo	20 grs.
Sémola	10 grs.
Zapallo	25 grs.
Zanahoria	25 grs.
Porotos verdes	30 grs.
Cebolla	15 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	80 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y pollo, retirar las partes deterioradas.
b. Pelar y cortar zapallo, zanahoria y cebolla en cubos pequeños.
c. En una olla con agua, agregar pollo y cocinar a fuego alto hasta conseguir hervor del agua, después cocinar a fuego medio por 10 minutos.
d. Luego agregar zanahoria, zapallo, porotos verdes y cebolla; cocinar a fuego medio por 10 minutos.
e. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.
f. Agregar aceite crudo y mezclar.
g. Servir preparación tibia en pocillo.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	136	7,5	15,8	4,1	1,2	0,3	33,1

Papillas

Pollo / Fideos

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pollo	20 grs.
Fideos	10 grs.
Papas	50 grs.
Zanahoria	30 grs.
Zapallo italiano	30 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	80 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y pollo, retirar las partes deterioradas.
b. Pelar y cortar zapallo italiano, zanahoria y papa en cubos pequeños.
c. En una olla con agua, agregar pollo y cocinar a fuego alto hasta conseguir hervor del agua, después cocinar a fuego medio por 10 minutos.
d. Luego agregar papa, fideos y zanahoria; cocinar a fuego medio por 10 minutos.
e. Por último agregar zapallo italiano y cocinar a fuego medio por 5 minutos.
f. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.
g. Agregar aceite crudo y mezclar.
h. Servir preparación tibia en pocillo.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	156	6,2	17,9	4,4	1,1	0,1	12,8

Papillas

Pavo/ Sémola y papa

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pavo	20 grs.
Sémola	10 grs.
Papa	40 grs.
Zapallo	20 grs.
Zanahoria	20 grs.
Porotos verdes	20 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	250 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y pavo, retirar las partes deterioradas.
b. Pelar y cortar zapallo, zanahoria y papa en cubos pequeños.
c. En una olla con agua, agregar pavo y cocinar a fuego alto hasta conseguir hervor del agua, después cocinar a fuego medio por 10 minutos.
d. Luego agregar papa, zapallo, porotos verdes y zanahoria; cocinar a fuego medio por 10 minutos.
e. Por último agregar sémola y cocinar a fuego medio por 5 minutos.
f. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.
g. Agregar aceite crudo y mezclar.
h. Servir preparación tibia en pocillo.

Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	154	6,0	15,9	4,3	1,6	0,3	34,4

Papillas

Pavo / Fideos

Número de raciones: 1

Ingredientes	Cantidad
Pavo	20 grs.
Fideos	20 grs.
Acelga	20 grs.
Zapallo italiano	20 grs.
Cebolla	10 grs.
Porotos verdes	20 grs.
Aceite	3 cc.
Agua	80 cc.

Preparación

a. Lavar e higienizar las verduras y pavo, retirar las partes deterioradas.
b. Pelar y cortar zapallo italiano y cebolla en cubos pequeños.
c. En una olla con agua, agregar pavo y cocinar a fuego alto hasta conseguir hervor del agua, después cocinar a fuego medio por 10 minutos.
d. Luego agregar porotos verdes, fideos y cebolla; cocinar a fuego medio por 10 minutos.
e. Por último agregar zapallo italiano y acelga; cocinar a fuego medio por 5 minutos.
f. Colocar todos los alimentos en la juguera y agregar el agua de cocción de forma gradual hasta obtener papilla suave.
g. Agregar aceite crudo y mezclar.
h. Servir preparación tibia en pocillo.

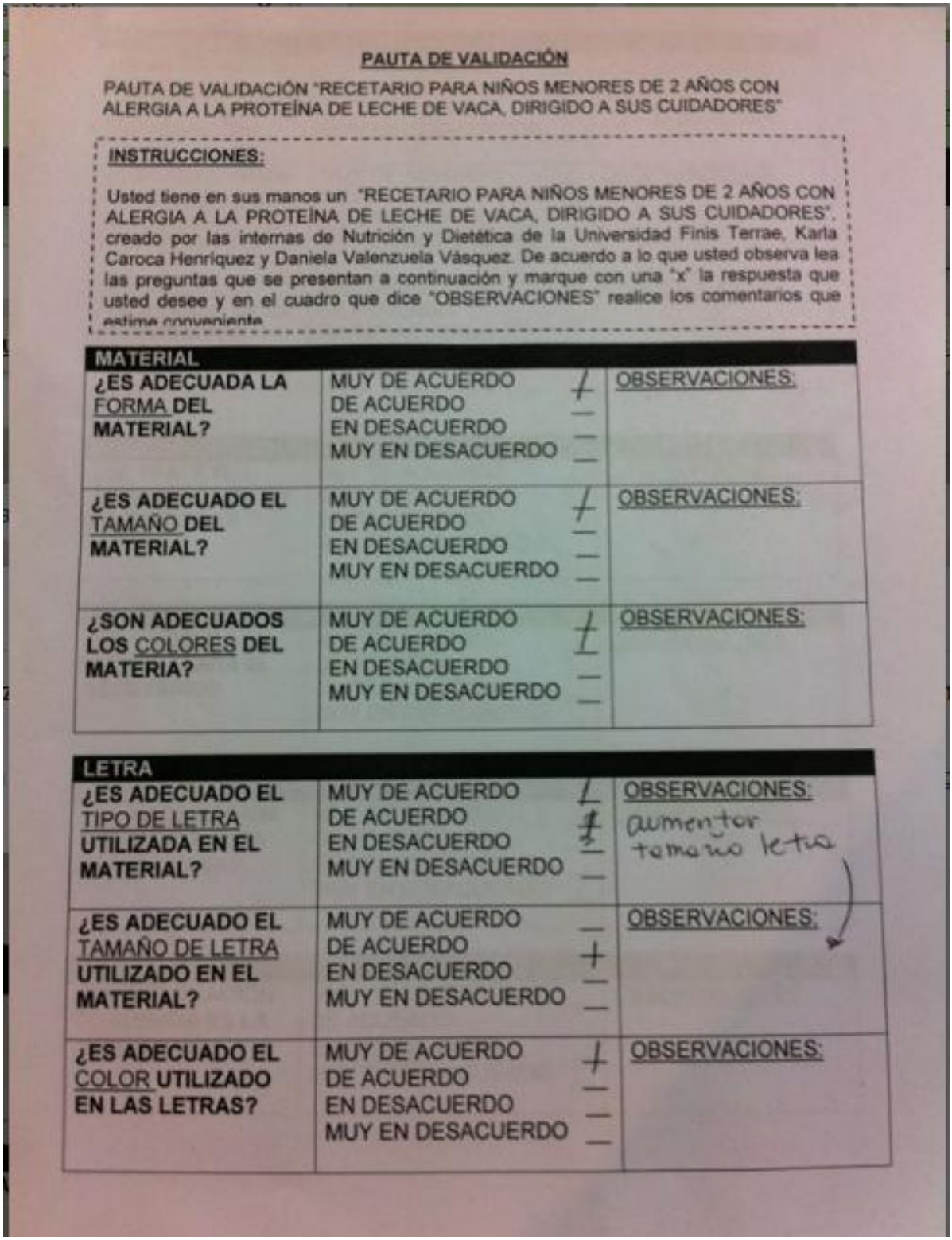
Aportes Nutricionales

	Calorías	Proteínas (gr.)	CHO (gr.)	Lípidos (gr.)	Hierro (mg)	Zinc (mg)	Calcio (mg)
Total	144	7,3	18,8	4,3	2,1	0,5	47,3

ANEXO Nº8

PAUTAS DE VALIDACIÓN

VALIDADOR Nº1



PAUTA DE VALIDACIÓN

PAUTA DE VALIDACIÓN "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES"

INSTRUCCIONES:

Usted tiene en sus manos un "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES", creado por las internas de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, Karla Caroca Henríquez y Daniela Valenzuela Vásquez. De acuerdo a lo que usted observa lea las preguntas que se presentan a continuación y marque con una "x" la respuesta que usted desee y en el cuadro que dice "OBSERVACIONES" realice los comentarios que estime conveniente

MATERIAL		
¿ES ADECUADA LA FORMA DEL MATERIAL?	MUY DE ACUERDO + DE ACUERDO – EN DESACUERDO – MUY EN DESACUERDO –	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DEL MATERIAL?	MUY DE ACUERDO + DE ACUERDO – EN DESACUERDO – MUY EN DESACUERDO –	OBSERVACIONES:
¿SON ADECUADOS LOS COLORES DEL MATERIA?	MUY DE ACUERDO + DE ACUERDO – EN DESACUERDO – MUY EN DESACUERDO –	OBSERVACIONES:

LETRA		
¿ES ADECUADO EL TIPO DE LETRA UTILIZADA EN EL MATERIAL?	MUY DE ACUERDO – DE ACUERDO + EN DESACUERDO – MUY EN DESACUERDO –	OBSERVACIONES: aumentar tamaño letra
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DE LETRA UTILIZADO EN EL MATERIAL?	MUY DE ACUERDO – DE ACUERDO + EN DESACUERDO – MUY EN DESACUERDO –	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL COLOR UTILIZADO EN LAS LETRAS?	MUY DE ACUERDO + DE ACUERDO – EN DESACUERDO – MUY EN DESACUERDO –	OBSERVACIONES:

FOTOGRAFIA		
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DE LA FOTOGRAFIA DE LA PREPARACIÓN?	MUY DE ACUERDO DE ACUERDO / EN DESACUERDO MUY EN DESACUERDO	OBSERVACIONES: Ajustar de acuerdo al tamaño letra.
¿SON ADECUADOS LOS COLORES DE LA FOTOGRAFIA DE LA PREPARACIÓN?	MUY DE ACUERDO / DE ACUERDO EN DESACUERDO MUY EN DESACUERDO	OBSERVACIONES:
¿ES NITIDA LA FOTOGRAFIA DE LA PREPARACIÓN PRESENTADA?	MUY DE ACUERDO / DE ACUERDO EN DESACUERDO MUY EN DESACUERDO	OBSERVACIONES:

CONTENIDO		
¿SE TRATA EL TEMA INDICADO EN LA PORTADA?	MUY DE ACUERDO / DE ACUERDO EN DESACUERDO MUY EN DESACUERDO	OBSERVACIONES:

CLARIDAD		
¿SE ENTIENDE DE FORMA CLARA EL RECETARIO?	MUY DE ACUERDO / DE ACUERDO EN DESACUERDO MUY EN DESACUERDO	OBSERVACIONES:

ACTUALIDAD		
¿LA INFORMACIÓN CONTENIDA ESTA ACTUALIZADA?	MUY DE ACUERDO / DE ACUERDO EN DESACUERDO MUY EN DESACUERDO	OBSERVACIONES:

INFORMACION		
¿LA INFORMACIÓN CONTENIDA ES LA ADECUADA?	MUY DE ACUERDO + DE ACUERDO EN DESACUERDO MUY EN DESACUERDO	OBSERVACIONES:

NÚMERO DE RECETAS		
¿ES ADECUADO EL NÚMERO DE RECETAS PRESENTADAS?	MUY DE ACUERDO — DE ACUERDO / EN DESACUERDO — MUY EN DESACUERDO —	OBSERVACIONES:

INGREDIENTES		
¿SON ADECUADOS A LA PATOLOGÍA LOS INGREDIENTES UTILIZADOS?	MUY DE ACUERDO / DE ACUERDO — EN DESACUERDO — MUY EN DESACUERDO —	OBSERVACIONES:

VOCABULARIO

- **FORMA**: Figura exterior de un cuerpo.
- **TAMAÑO**: Conjunto de dimensiones, por la cual se obtiene mayor o menor volumen.
- **COLOR**: Sensación producida por los rayos luminosos y que dependen de la longitud de la onda.
- **FUENTE**: Tipo de letra.
- **NITIDEZ**: Claridad, exactitud.
- **CONTENIDO**: Tema o asunto del que se habla o escribe.
- **CLARIDAD**: Facilidad para percibir, expresar o comprender.
- **ACTUALIDAD**: Tiempo presente.
- **INFORMACIÓN**: Conjunto de datos sobre una materia determinada.
- **NÚMERO DE RECETAS**: Cantidad de recetas presentadas.
- **INGREDIENTES**: Componentes que forman parte de una receta

¡MUCHAS GRACIAS!

ANUE WEISSER M
UNIVERSIDAD DEL BIO BIO

Validador Nº2

PAUTA DE VALIDACIÓN:

PAUTA DE VALIDACIÓN "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES"

INSTRUCCIONES:

Usted tiene en sus manos un "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES", creado por las internas de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, Karla Caroca Henríquez y Daniela Valenzuela Vásquez. De acuerdo a lo que usted observa lea las preguntas que se presentan a continuación y marque con una "x" la respuesta que usted desee y en el cuadro que dice "OBSERVACIONES" realice los comentarios que estime conveniente.

MATERIAL		
¿ES ADECUADA LA FORMA **DEL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO **DEL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO _x_ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿SON ADECUADOS LOS COLORES **DEL MATERIA?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO _x_ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES: A pesar de no estar dirigido a niños, necesita colores más vivos, sobre todo en la portada.

LETRA		
¿ES ADECUADO EL	MUY DE ACUERDO	OBSERVACIONES:

TIPO DE LETRA **UTILIZADA EN EL MATERIAL?**	__ DE ACUERDO _x_ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DE LETRA **UTILIZADO EN EL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO _x_ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL COLOR **UTILIZADO EN LAS LETRAS?**	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

FOTOGRAFÍA		
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DE LA FOTOGRAFIA **DE LA PREPARACIÓN?**	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿SON ADECUADOS LOS COLORES DE LA FOTOGRAFÍA **DE LA PREPARACIÓN?**	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

¿ES NITIDA LA FOTOGRAFIA **DE LA PREPARACIÓN PRESENTADA?**	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

CONTENIDO		
¿SE TRATA EL TEMA INDICADO EN LA PORTADA?	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

CLARIDAD		
¿SE ENTIENDE DE FORMA CLARA EL RECETARIO?	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

ACTUALIDAD		
¿LA INFORMACIÓN CONTENIDA ESTA ACTUALIZADA?	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

INFORMACIÓN		
¿LA INFORMACIÓN CONTENIDA ES LA	MUY DE ACUERDO _x_	OBSERVACIONES:

ADECUADA?	DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	

NÚMERO DE RECETAS		
¿ES ADECUADO EL NÚMERO DE RECETAS PRESENTADAS?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO _x_ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

INGREDIENTES		
¿SON ADECUADOS A LA PATOLOGÍA LOS INGREDIENTES UTILIZADOS?	MUY DE ACUERDO _x_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

VOCABULARIO

- **FORMA**: Figura exterior de un cuerpo.
- **TAMAÑO**: Conjunto de dimensiones, por la cual se obtiene mayor o menor volumen.
- **COLOR**: Sensación producida por los rayos luminosos y que dependen de la longitud de la onda.
- **FUENTE**: Tipo de letra.
- **NITIDEZ**: Precisión, exactitud.
- **CONTENIDO**: Tema o asunto del que se habla o escribe.

¡MUCHAS GRACIAS!

Validador: Gloria Román, Nutricionista.

Validador Nº3

PAUTA DE VALIDACIÓN:

PAUTA DE VALIDACIÓN "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES"

INSTRUCCIONES:

Usted tiene en sus manos un "RECETARIO PARA NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS CON ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LECHE DE VACA, DIRIGIDO A SUS CUIDADORES", creado por las internas de Nutrición y Dietética de la Universidad Finis Terrae, Karla Caroca Henríquez y Daniela Valenzuela Vásquez. De acuerdo a lo que usted observa lea las preguntas que se presentan a continuación y marque con una "x" la respuesta que usted desee y en el cuadro que dice "OBSERVACIONES" realice los comentarios que estime conveniente.

MATERIAL		
¿ES ADECUADA LA FORMA **DEL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO _X_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

¿ES ADECUADO EL TAMAÑO **DEL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO _X_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿SON ADECUADOS LOS COLORES **DEL MATERIA?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO _X_ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES: Tratar de utilizar diferentes colores para diferenciar homogeneizados de papillas, todo mantiene los mismos tonos y formas de diseños.

LETRA		
¿ES ADECUADO EL TIPO DE LETRA **UTILIZADA EN EL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO _X_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DE LETRA **UTILIZADO EN EL MATERIAL?**	MUY DE ACUERDO _X_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:
¿ES ADECUADO EL COLOR **UTILIZADO EN LAS LETRAS?**	MUY DE ACUERDO _X_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO	OBSERVACIONES:

	__	

FOTOGRAFÍA		
¿ES ADECUADO EL TAMAÑO DE LA FOTOGRAFIA **DE LA PREPARACIÓN?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO _X_ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES: El tamaño es adecuado, pero se repite su ubicación en todas las preparaciones. Se podría ubicar en diferentes partes de la página (extremos), para dar más dinamismo a quien lo ve. Eliminar el logo de la Universidad y la mención de la alumna interna en la foto de lavado de manos.
¿SON ADECUADOS LOS COLORES DE LA FOTOGRAFÍA **DE LA PREPARACIÓN?**	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO _X_	OBSERVACIONES: Fotografías muy repetitivas, en todas las preparaciones, el mismo fondo, pocillo y diseño de fotografía. Esto lo hace poco llamativo para quién lo ve, además de hacer poco identificable la preparación, a través de una imagen. En Homogeneizados, sólo se ve una mamadera con letras, que lo que parece, es que contiene jugo de naranja… No se aprecia bien la preparación.
¿ES NITIDA LA FOTOGRAFIA **DE LA PREPARACIÓN PRESENTADA?**	MUY DE ACUERDO _X_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

CONTENIDO		
¿SE TRATA EL TEMA	MUY DE ACUERDO	OBSERVACIONES:

INDICADO EN LA PORTADA?	__ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO _X_ MUY EN DESACUERDO __	Falta desarrollar más claramente a qué parte de la población va dirigido, recetario para niños, es un concepto muy amplio… Probablemente, un niño de 5 años ya no esté alimentándose con papilla. Se debería especificar en la portada, que el recetario es en base a preparaciones de esta consistencia, para niños menores de 2 años??.

CLARIDAD		
¿SE ENTIENDE DE FORMA CLARA EL RECETARIO?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO _X_ MUY EN DESACUERDO __	<u>OBSERVACIONES:</u> No se hace una explicación clara de qué es y qué cuidados se debe tener con la alergia a la proteína de leche de vaca… Evitar el usar siglas, APLV, quizás no sea comprendido por el lector. El concepto "Homogeneizado" puede resultar poco comprensible, llevando a la confusión y duda. Qué pasa con el agregar sal, se puede, si el niño tuviese 3 años? Considerar también el utilizar el concepto de medida casera en el listado de ingredientes, ya que el mencionar gramos, lo hace poco aplicable (utilizar cucharadas, o estimaciones de tamaño, según objetos). El pié del recetario, que hace referencia al aporte nutricional, quedaría mejor escrito así, y no como "Aportes Nutricionales". Qué pasa con el tiempo de

		duración y modo de conservación se las preparaciones? Se debería explicar algo generalizado al respecto.

ACTUALIDAD		
¿LA INFORMACIÓN CONTENIDA ESTA ACTUALIZADA?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO _X_ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES: Falta información de la patología, si no está, no se sabe si está actualizada o no.

INFORMACIÓN		
¿LA INFORMACIÓN CONTENIDA ES LA ADECUADA?	MUY DE ACUERDO __ DE ACUERDO _X_ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES: Se podría adicionar la inclusión de fórmulas lácteas especiales para estos niños, y su preparación estándar, por 100 cc. Por ejemplo, se podrían utilizar las fórmulas más conocidas: Nutrilón Pepti Junior, Althera, Neocate y Ele Care. Falta realizar un énfasis más claro, en la importancia de la dieta para estos pacientes, que lleve a que la mamá o el cuidador del menor, sienta la necesidad de recurrir al recetario. También se podría realizar un glosario de términos, que ayude a aclarar el significado de palabras utilizadas en el recetario.

NÚMERO DE RECETAS		
¿ES ADECUADO EL	MUY DE ACUERDO	OBSERVACIONES:

NÚMERO DE RECETAS PRESENTADAS?	__ DE ACUERDO _X_ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	Es adecuado, pero se debería agregar fórmulas lácteas, para hacerlo más completo.

INGREDIENTES		
¿SON ADECUADOS A LA PATOLOGÍA LOS INGREDIENTES UTILIZADOS?	MUY DE ACUERDO _X_ DE ACUERDO __ EN DESACUERDO __ MUY EN DESACUERDO __	OBSERVACIONES:

¡MUCHAS GRACIAS!

Validador: Héctor Pozo Menares, Nutricionista.