

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUDAMERICANO



TECNOLOGÍA SUPERIOR EN GASTRONOMÍA

“DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA
MEJORAR LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS CON ALERGIAS
ALIMENTARIAS DEL ÁREA DE PEDIATRÍA DEL CENTRO QUIRÚRGICO
HOSPITAL DEL DÍA, LOJA 2022”

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO
DE TECNOLOGO SUPERIOR EN GASTRONOMÍA

AUTOR:

Maria Paula Armijos Benitez

DIRECTOR DE TITULACIÓN:

LIC. Saúl Bolagay Larrea

Loja, noviembre 2022

CERTIFICACIÓN

Loja, 02 noviembre 2022

Lic. Saul Andrés Bolagay Larrea

DOCENTE TUTOR DEL PROYECTO DE TITULACIÓN

CERTIFICA:

Que la Señorita, Maria Pula Armijos Benitez ha cumplido al 100% los requerimientos del proceso de proyecto de titulación denominado: “DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS DEL ÁREA DE PEDIATRÍA DEL CENTRO QUIRÚRGICO HOSPITAL DEL DÍA, LOJA 2022”es cuanto puedo certificar en honor de la verdad.

Lic. Saul Andrés Bolagay Larrea

DIRECTOR

C.I. 0603454398

AUTORÍA

Yo Maria Paula Armijos Benitez, declaro ser autor del presente proyecto investigativo titulado: **“DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS DEL ÁREA DE PEDIATRÍA DEL CENTRO QUIRÚRGICO HOSPITAL DEL DÍA, LOJA 2022”**.

Y eximo expresamente al Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente, acepto y autorizo al Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja la publicación de mi proyecto investigativo en el repositorio institucional y biblioteca virtual.

Maria Paula Armijos

1105669277

DEDICATORIA

El presente proyecto de investigación está dedicado especialmente a mis padres y hermanas; Joselito Armijos, Maria Del Carmen Benitez, Michelle y Xiomara Armijos, por siempre brindarme su apoyo, ayuda, cariño y estar siempre junto a mí en este camino llamado vida. A mis abuelitos que gracias a sus consejos me han podido guiar, enseñar y hacer reflexionar para que siga el camino correcto. También agradezco a mis profesores que con su sabiduría me han guiado para que pueda lograr cada obstáculo y así poder culminar con éxito mi carrera profesional siendo una de mis metas más grandes.

Maria Paula Armijos Benitez

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por regalarme cada día para continuar con mi vida y sobre todo para ir descubriendo día tras día mis aptitudes y poder llegar a ser mejor durante mi lapso de tiempo en la vida. A mi familia por su apoyo incondicional cada día, sus motivaciones y consejos que me permitieron llegar a una de mis metas mas importante, ya que, sin ellos no lo habría logrado.

Así también agradezco al Instituto Superior Tecnológico Sudamericano por implementar la carrera de Gastronomía y permitir así que los estudiantes se formen académica y profesionalmente dentro de este ámbito. un agradecimiento especial a mis compañeros con quienes compartí momentos inolvidables y siempre estuvieron ahí para tenderme su mano,

También quiero dejar constancia de mi agradecimiento especial al Lic. Saul Andrés Bolagay Larrea por su valiosa y acertada dirección en la realización del presente proyecto de investigación.

ACTA DE DERECHOS

Conste por el presente documento la Cesión de los Derechos de proyecto de investigación de fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERA. - Por sus propios derechos; el Lic. Saul Andrés Bolagay Larrea en calidad de director del proyecto de investigación de fin de carrera; y Maria Paula Armijos Benitez, en calidad de autor del proyecto de investigación de fin de carrera; mayores de edad emiten la presente acta de cesión de derechos.

SEGUNDA. – Maria Paula Armijos Benitez, realizó la Investigación titulada **“DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS DEL ÁREA DE PEDIATRÍA DEL CENTRO QUIRÚRGICO HOSPITAL DEL DÍA, LOJA 2022”**, para optar por el título de Tecnólogo en Gastronomía, en el Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja, bajo la dirección del el Lic. Saul Andrés Bolagay Larrea.

TERCERA. - Es política del Instituto que los proyectos de investigación de fin de carrera se apliquen y materialicen en beneficio de la comunidad.

CUARTA. - Los comparecientes el Lic. Saul Andrés Bolagay Larrea, en calidad de director del proyecto de investigación de fin de carrera y Maria Paula Armijos Benitez como autor, por medio del presente instrumento, tienen bien ceder en forma gratuita sus derechos de proyecto de investigación de fin de carrera.

“DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS DEL ÁREA DE PEDIATRÍA DEL CENTRO QUIRÚRGICO HOSPITAL DEL DÍA, LOJA 2022”, a favor del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de Loja; y, conceden autorización para que el Instituto pueda utilizar esta investigación en su beneficio y/o de la comunidad. sin reserva alguna.

QUINTA. Aceptación. - Las partes declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derechos. Para constancia suscriben la presente cesión de derechos, en la ciudad de Loja, en el mes de noviembre del año 2022.

Lic. Saul Andrés Bolagay Larrea
DIRECTOR
C.I. 0603454398

María Paula Armijos Benitez
AUTOR
C.I. 1105669277

DECLARACIÓN JURAMENTADA DE LA AUTORIA DE LA INVESTIGACION

Loja, 02 noviembre de 2022.

Nombres: Maria Paula

Apellidos: Armijos Benitez

Cedula de Identidad: 1105669277

Carrera: Tecnología Superior en Gastronomía

Semestre de ejecución del proceso de titulación: Abril- septiembre 2022.

Tema de proyecto de investigación de fin de carrera con fines de titulación

“DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS DEL ÁREA DE PEDIATRÍA DEL CENTRO QUIRÚRGICO HOSPITAL DEL DÍA, LOJA 2022”

En calidad de estudiante del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de la ciudad de Loja:

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor del trabajo intelectual y de investigación del proyecto de fin de carrera.
2. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. El trabajo de investigación de fin de carrera presentada no atenta contra derechos de terceros.
4. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido publicado ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados. Las imágenes, tablas, gráficas, fotografías y demás son de mi autoría; y en el caso contrario aparecen con las correspondientes citas o fuentes.

Por lo expuesto; mediante la presente asumo frente al INSTITUTO cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

En consecuencia, me hago responsable frente al INSTITUTO y frente a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar al INSTITUTO o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causa en el trabajo de investigación de fin de carrera presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello.

Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para EL INSTITUTO en favor de terceros por motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente dispuesta por la LOES y sus respectivos reglamentos y del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de la ciudad de Loja.

Maria Paula Armijos Benitez

AUTOR

C.I. 1105669277

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN	2
AUTORÍA.....	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO.....	5
ACTA DE DERECHOS	6
DECLARACIÓN JURAMENTADA DE LA AUTORIA DE LA INVESTIGACION	8
ÍNDICE DE FIGURAS	13
ÍNDICE DE TABLAS	14
ÍNDICE DE GRAFICAS	15
1. RESUMEN	16
2. ABSTRACT.....	17
3. PROBLEMÁTICA	18
4. TEMA	20
5. JUSTIFICACIÓN	22
6. OBJETIVOS	23
6.1. Objetivo General	23
6.2. Objetivos Específicos	23
7. MARCO TEÓRICO	24
7.1. Marco Institucional.....	24
7.1.1. Reseña Histórica.....	24
7.1.2. Misión	24
7.1.3. Visión	24
7.1.4. Principios y Valores	24

7.1.5.	Diagrama Estructural	25
7.1.6.	Fabrica.....	27
7.2.	MARCO CONCEPTUAL.....	28
7.2.1.	COLACIONES	28
7.2.2.	ALERGIAS	29
7.2.3.	ALIMENTOS.....	30
7.2.4.	NIÑOS.....	33
7.2.5.	Alergias en Niños.....	34
7.2.6.	HOSPITAL	38
7.2.7.	PEDIATRÍA.....	38
8.	METODOLÓGIA	40
8.1.	METODOLOGIA.....	40
8.1.1.	Método Hermenéutico.....	40
8.1.2.	Método Fenomenológico	40
8.1.3.	Método Práctico Proyectual	40
8.2.	TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN	41
8.2.1.	Observación.....	41
8.2.2.	La Entrevista	41
8.2.3.	La Encuesta	42
8.3.	Población y muestra	42
9.	ANÁLISIS DE RESULTADOS	44
9.1.	Análisis global de las entrevistas.....	63
10.	PROPUESTA DE ACCIÓN	64
10.1.	Índice de personas con alergia	64
10.2.	Colaciones saludables para niños	65
10.3.	Propuestas Gastronómicas para niños con alergias alimentarias.....	67
10.4.	Guía de nutrición para niños con alergias alimentaria.....	68

11.	CONCLUSIONES	82
12.	RECOMENDACIONES	84
13.	PRESUPUESTO	85
14.	CRONOGRAMA.....	86
15.	BIBLIOGRAFÍA.....	87
16.	Anexos.....	90
	Modelo de Encuesta	95
	Modelo de entrevista	97
	Respuestas de las entrevistas	98
	Fotografías.....	103

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Logotipo del Hospital	24
Figura 2: Tipos de alergias	30
Figura 3: Niños.....	33
Figura 4: Alergias en niños	34
Figura 5: Requerimiento energético y nutricional	35
Figura 6: Alimentación en prescolares y escolares	37

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Valores de energía.....	36
Tabla 2: requerimiento de proteínas.....	37
Tabla 3: Análisis de resultado No:1	44
Tabla 4:Análisis de resultado No:2	46
Tabla 5:Análisis de resultado No:3	48
Tabla 6:Análisis de resultado No:4	50
Tabla 7:Análisis de resultado No:5	52
Tabla 8:Análisis de resultado No:6	54
Tabla 9:Análisis de resultado No:7	56
Tabla 10:Análisis de resultado No:8	58
Tabla 11:Análisis de resultado No:9	60
Tabla 12:Análisis de resultado No:10	62
Tabla 13: Propuestas Gastronómicas	67
Tabla 14: resultados de la evaluación dulce.....	80
Tabla 15: resultados de la evaluación saladas.....	81
Tabla 16: resultados de la evaluación hecha para doctoras del hospital del día	82
Tabla 17: Presupuesto del proyecto de titulación	85

ÍNDICE DE GRAFICAS

Graficas 1: resultados de la encuesta pregunta No 1.....	44
Graficas 2:resultados de la encuesta pregunta No 2.....	46
Graficas 3:resultados de la encuesta pregunta No 3.....	48
Graficas 4:resultados de la encuesta pregunta No 4.....	50
Graficas 5:resultados de la encuesta pregunta No 5.....	52
Graficas 6:resultados de la encuesta pregunta No 6.....	54
Graficas 7:resultados de la encuesta pregunta No 7.....	56
Graficas 8: resultados de la encuesta pregunta No 8.....	58
Graficas 9:resultados de la encuesta pregunta No 9.....	60
Graficas 10:resultados de la encuesta pregunta No 10.....	62
Graficas 11: Resultados de muestras dulces	80
Graficas 12: resultados de muestras saladas	81
Graficas 13: resultados de la degustación de las doctoras del hospital del día	82

1. RESUMEN

La presente investigación tiene como finalidad el realizar una línea de colaciones saludables que permitan tener diferentes alternativas gastronómicas para los niños con alergias alimentarias entre las edades de 4 a 6 años, debido a que durante ese tiempo es donde más necesitan de vitaminas y minerales para un mejor desarrollo.

Las colaciones o snacks son un alimento ligero que puede consumirse entre las comidas principales. Una colación es saludable cuando no aporta una cantidad excesiva de calorías, azúcares, grasas saturadas o sodio. Se recomienda consumir una colación a media mañana y sobre todo cuando hay una diferencia mayor a 4 horas entre tiempos de alimentación. La ingesta diaria de alimentos debe ser distribuida de manera armónica a lo largo del día. Al elegir nuestra colación se debe tener en cuenta las calorías y nutrientes fundamentales para nuestro equilibrio corporal

Con el apoyo del Instituto Sudamericano y su convenio con el Centro Quirúrgico Hospital del Día en la Área de Pediatría, se podrá obtener las mejores preparaciones adecuadas, como guía para las familias que tengan niños con alergias a los alimentos, permitiendo desarrollar desde casa diferentes colaciones saludables y aptas que se puedan complementar en su dieta diaria.

Mediante investigaciones y encuestas tanto a la población, como a profesionales especializados en el tema expuesto. Las preparaciones que se desarrollaran, tendrán productos alternos a los alimentos alérgicos más comunes, estos contarán con productos que sean fáciles de obtener en nuestro entorno y beneficios que permitirán ser absorbidos para un mejor desarrollo tanto físico como mental.

2. ABSTRACT

The purpose of this research is to carry out a line of healthy snacks that allow different gastronomic alternatives for children with food allergies between the ages of 4 to 6 years due to this is when they most need vitamins and minerals for better development. Collations or snacks are light food that can be consumed between main meals. A snack is healthy when it does not provide an excessive number of calories, sugars, saturated fats, or sodium. It is recommended to consume a mid-morning snack, especially when there is a difference of more than 4 hours between feeding times. The daily intake of food must be distributed in a harmonic way throughout the day. When choosing snacks, people must be considered the calories and essential nutrients for the body's balance.

With the support of the South American Institute and its agreement with the Hospital del Día Surgical Center in the Pediatrics Area, it will be possible to obtain the best suitable preparations, as a guide for families who have children with food allergies, allowing different healthy snacks to be developed from home and fit that can be supplemented in your daily diet.

Through research and surveys of both the population and specialized professionals in the exposed subject. The preparations that will be developed would have alternative products to the most common allergic foods, these will have products that are easy to obtain in our environment and benefits that will allow them to be absorbed for better physical and mental development.

3. PROBLEMÁTICA

Las reacciones alérgicas se han evidenciado en mil millones de individuos en el mundo; se ha demostrado una prevalencia en los últimos 60 años y se estima que para el 2050, cerca de 4 mil millones de personas sufrirán de algún tipo de alergia alimentaria. En cuanto a distribución por edades, el principal grupo comprometido son los niños (Zavala, 2018). Las causas que se dan dentro del área pediátrica son la mala alimentación, falta de lactancia materna o herencias alérgicas, provocando un problema en el desarrollo de los niños a futuro, tendrán graves consecuencias como un mal crecimiento y facilidad de padecer enfermedades.

Según Ana García (2016) generalmente, las Alergias Alimentarias (AA) se manifiesta con mayor frecuencia en la infancia, afectando de esta forma aproximadamente al 5% de los niños y del 3% al 4% de los adultos. Teniendo en cuenta estos datos, podemos saber cuáles son los alimentos alérgicos que afectan a este grupo de individuos, que consisten en la leche, huevo, soja, trigo, maní y nueces representando más del 80% al grupo más pequeño. Con el tiempo se ha vuelto un problema a la hora de transportar alimento y tener que necesitar una cocina, sin buscar preparaciones listas con alimentos alternos como las colaciones.

Bárbara Castillo, nutricionista pediátrica explica que el consumo de distintas variedades de colaciones saludables aporta una amplia variedad de macro y micronutrientes necesarios para el crecimiento de los menores y, ayuda a no tener grandes períodos de ayuno entre las comidas durante día. Se debe tener en cuenta que estos alimentos es mejor entregar por jornada escolar y no como recreo, considerando 4 horas entre comidas, evitando fatiga y controlando apetito para los niños, estos datos se deben considerar depende del aporte calorico, edad del niño y la actividad física que realiza. En edad preescolar (2-5 años) necesita un aporte entre 5-10% aporte energetico para el dia. (Andes, 2022)

Según estudios en el caso “la alimentacion escolar en Ecuador” en ciertos etapas los estudiantes no reciben todos los dias colaciones que permitan un mejor desarrollo en la salud, mas atencion en las horas de clase, y sobre todo no buscan alimentos o preparaciones gastronomicas alternativas para niños con alergias alimentarias. Ya que el buscar o brindar estos alimentos alternos es un gasto adicional con el cual no cuenta el ministerio de educacion, para proporcionar en el dia a dia en

las escuelas publicas. Por ello, se busca ayudar brindando alternativas en el area de salud para que los padres puedan tener una ayuda para mejor el desarrollo en los niños.

Por ello con el presente trabajo de investigación se ha considerado efectuar una línea de colaciones o snack, que permitan una facilidad a la hora de complementar los alimentos diarios, para los niños con alergias alimentarias sin una reacción continua después de su consumo. Además, se tomará en cuenta que el transporte de estos productos sea de fácil movimiento y sin necesidad de una cocina. Todos estos puntos que se ha observado con la investigación, permitieron verificar que la población no está informados al cien por ciento sobre alternativas alimentarias que permitan desarrollar alimentos aptos para niños con alergias alimentarias y puedan absorber los nutrientes necesarios, que no pueden adquirir de los que los afectan al consumir.

4. TEMA

“DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS DEL ÁREA DE PEDIATRÍA DEL CENTRO QUIRÚRGICO HOSPITAL DEL DÍA, LOJA 2022”

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

05.PREVENCIÓN, PROTECCIÓN Y FOMENTO DEL CUIDADO DE LA SALUD

SUB LÍNEA

06.ALIMENTACIÓN SALUDABLE

5. JUSTIFICACIÓN

Como futura tecnóloga en el área de gastronomía se presentará nuevas propuestas gastronómicas para niños con alergias alimentarias, que permita un desarrollo más amplio, sin restricciones a la hora de comer y una mejora en su salud.

El desarrollo y ejecución del presente proyecto de investigación es un requisito indispensable previo a la obtención del título profesional de Tecnólogo en Gastronomía del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano – Loja. Por lo tanto, durante su ejecución se busca poner en práctica los conocimientos adquiridos durante todo el proceso educativo, tomando en cuenta las habilidades y destrezas desarrolladas y la capacidad de los productos que promuevan la gastronomía, obteniendo así una implementación de nuevas técnicas, sabores y texturas.

El presente de la investigación resuelve problemas actuales en la línea de investigación “Prevención, Protección y Fomento del Cuidado de Salud”, esta línea permite enfocarse, que, por medio de propuestas gastronómicas, se utilicen ingredientes alternos de los alérgicos para niños que no se les permite un consumo variado de cualquier alimento, logrando así una mejora en la salud de aquellos que padecen esta condición. Así mismo los ejes de estudio se enfocan en áreas temáticas como la nutrición, seguridad alimentaria y nutrición, ya que, que permitirá tener varias opciones de enfoque para realizar la investigación planteada.

Dentro del Impacto Social se obtendrá guías que permita a los padres el poder tener alternativas gastronómicas, libres de sustancias alérgicas que pongan en riesgo la salud de los niños a la hora de su consumo. Permitirá tener suplementos necesarios que mejoren el aporte en su desarrollo por parte de la alimentación, que se está perdiendo por no poder consumir los alimentos alérgicos que tienen esos nutrientes que sirven como apoyo en su vida. Esto lograra un fácil acceso a la comunidad médica, las alternativas gastronómicas, permitiendo que cualquier persona que tenga familiares con este problema, puede obtener esta información sin costo alguno.

Con el proyecto de investigación establecido se busca ayudar, para obtener nuevas ideas que permita motivar a desarrollar más complementos para las personas que sufren alergias alimentarias y puedan llevar una vida normal, sin la preocupación del no poder consumir alguna opción de comida.

6. OBJETIVOS

6.1. Objetivo General

- Desarrollar alternativas gastronómicas saludables por medio de una línea de colaciones para mejorar la alimentación de los niños con alergias alimentarias del área de pediatría del Centro quirúrgico Hospital del Día.

6.2. Objetivos Específicos

- Identificar el índice de personas con alergias alimentarias aplicando encuestas a la población y entrevistas a responsables del área de pediatría del Hospital del Día para reconocer prevalencia, preferencias y tipo de alergias más comunes.
- Determinar requerimientos nutricionales de niños para cada rango de edad mediante la revisión bibliográfica de artículos científicos, revistas indexadas, libros físicos y digitales para sustentar dicha investigación.
- Desarrollar propuestas gastronómicas basados en requerimientos nutricionales establecidos por la FAO y OMS para someterlo a evaluaciones sensoriales y posterior aceptación.
- Generar una guía de nutrición para niños con alergias alimentarias y catálogo de productos para difundir y promover en los pacientes del área de pediatría del Hospital del día.

7. MARCO TEÓRICO

7.1. Marco Institucional



Figura 1: Logotipo del Hospital

Nota: la imagen salió de la página oficial del IESS

7.1.1. *Reseña Histórica*

El 8 de diciembre del 2011 se inauguró el Hospital del Día del Instituto, antes Dispensario Médico del IESS, para lo cual asistió el presidente del Consejo Directivo del IESS y BIESS, Ramiro González Jaramillo junto a la Gobernadora de la provincia, Ingeniera Alicia Jaramillo Febres y más autoridades del territorio. (Jimbicti, 2013)

7.1.2. *Misión*

“Proteger a la población asegurada por el IESS, contra las contingencias que determina la normativa vigente, garantizando el derecho al Buen Vivir”.

7.1.3. *Visión*

“Ser una institución referente en Latinoamérica dinámica, innovadora, efectiva y sostenible, que asegura y entrega prestaciones de Seguridad Social con altos estándares de calidad y calidez, bajo sus principios y valores.

7.1.4. *Principios y Valores*

Normativos

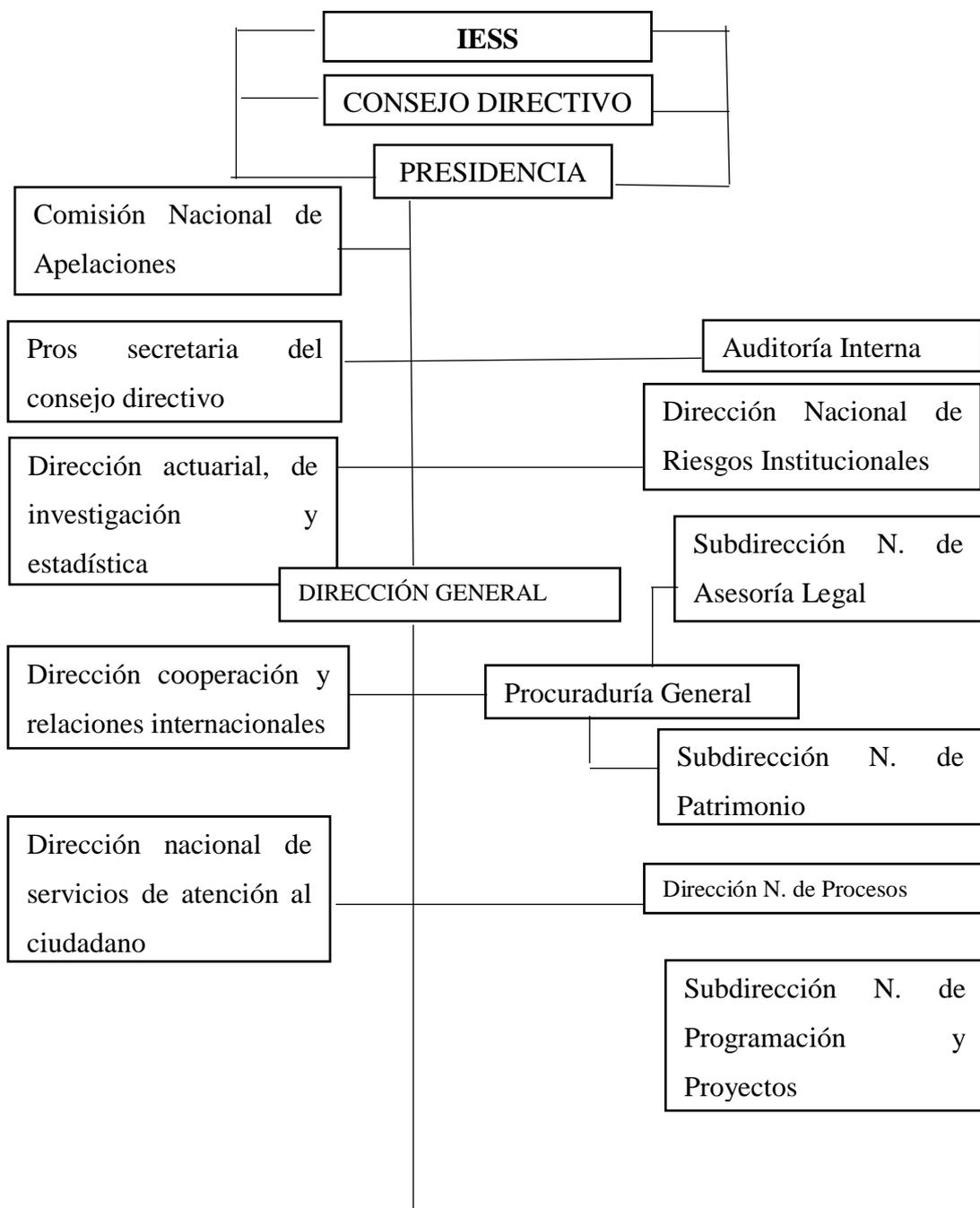
- Inclusión
- Equidad Social
- Obligatoriedad
- Suficiencia
- Integración

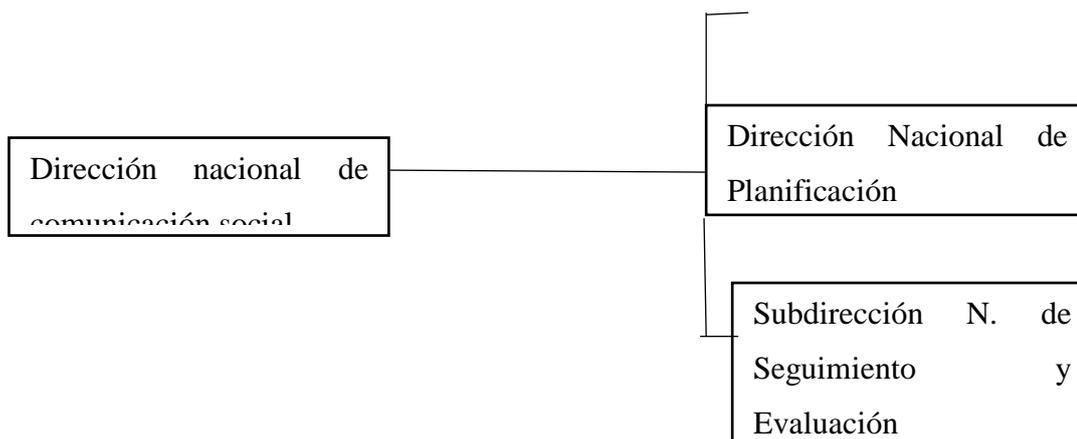
- Solidaridad
- Subsidiaridad
- Universalidad
- Eficiencia
- Transparencia
- Participación

Institucionales

- Eficiencia
- Respeto
- Calidez

7.1.5. Diagrama Estructural





El Hospital del día es parte del Sistema Nacional de Seguridad Social y nuestro accionar está fundamentado en los principios de solidaridad, obligatoriedad, universalidad, equidad, eficiencia, subsidiaridad y suficiencia. Brindamos protección en calidad de afiliados a todas las personas que perciben ingresos por la ejecución de una obra o la prestación de su servicio físico o intelectual, con relación laboral o sin ella; en particular a:

- El trabajador autónomo
- El trabajador en relación de dependencia
- El profesional en libre ejercicio
- El administrador o patrono de un negocio
- El dueño de una empresa unipersonal
- El menor trabajador independiente
- Los demás asegurados obligados al régimen del Seguro General Obligatorio en virtud de leyes y decretos.

Son sujetos obligados a solicitar la protección del régimen especial del Seguro Social Campesino, los trabajadores que se dedican a la pesca artesanal y el habitante rural que labora "habitualmente" en el campo, por cuenta propia o de la comunidad a la que pertenece, que no recibe remuneraciones de un empleador público o privado y tampoco contrata a personas extrañas a la comunidad o a terceros para que realicen actividades económicas bajo su dependencia.

Protegemos a nuestros afiliados en casos de:

- Enfermedad
- Maternidad

- Riesgos del trabajo
- Vejez
- Muertes
- Invalidez, que incluye discapacidad; y cesantía.

Además, con la entrega de servicios como préstamos hipotecarios, quirografarios y prendarios, a través del Banco del IESS (Biess). Asimismo, con la afiliación al IESS, reciben atención de salud los hijos menores de 18 años y sus cónyuges, con un aporte adicional.

El Seguro Social Campesino ofrece prestaciones de salud, que incluye maternidad, a sus afiliados, protege al jefe de familia contra las contingencias de vejez, muerte, e invalidez, que incluye discapacidad. (IEES, s.f.)

7.1.6. Fabrica

Es Para la construcción y equipamiento de este centro de salud, se destinó 3 millones 500 mil dólares, para dotarlo de equipos de última tecnología y moderna infraestructura que luego de tres años de trabajo se pone al servicio de más de 160 mil asegurados de la región sur del país. Ramiro González Jaramillo, en su intervención puso a disposición de Loja, este hospital que ofrece un servicio completo e innovador, lo cual lo convierte en una solución oportuna a las crecientes necesidades que vive la ciudad de Loja, con un conjunto de servicios de salud en prevención, curación, recuperación, rehabilitación y cuidados paliativos acorde al ciclo de vida natural

además de reconocer la gestión que ha realizado la Gobernadora de la Provincia de Loja, la cual ha permitido llegar a grandes cuerdos que permiten continuar en la intervención de los servicios de salud para los lojanos. El Hospital del Día cuenta con quirófanos plenamente equipados.

Local

El Hospital del Día Loja IESS tiene un horario de atención 8:00 a 16:00 por la puerta principal, mientras que por la puerta de emergencia se puede acceder las 24 h del día en caso de una emergencia. Esta Institución se encuentra ubicada en el centro de la ciudad más específicamente en las calles: Manuel Agustín Aguirre-10 de agosto y Lauro Guerrero. (Jimbicti, 2013)

7.2. MARCO CONCEPTUAL

7.2.1. COLACIONES

Una colación es un refrigerio o tentempié que incluye pequeñas porciones de alimentos que son consumidos ya sea a media mañana (entre las 10:00 y las 12:00 hrs. aproximadamente) o a media tarde (entre las 17:00 y las 19:00 hrs. aproximadamente). La importancia de comer algo ligero entre las principales comidas del día radica en que por un lado evitarás los periodos prolongados de ayuno, (8 o más horas sin probar alimentos) lo cual ocasiona que tu metabolismo sea lento y por ende que subas de peso y por otro lado evitarás llegar a la hora de la comida o de la cena con un hambre voraz, lo que traería como consecuencia que comas mucho más de lo que debes comer.

La clave está en comer antes de que te estés muriendo de hambre. Es necesario tener en cuenta que la colación matutina no sustituye el desayuno, se debe desayunar preferentemente antes de las nueve de la mañana y además comer algo ligero a media mañana, tres o máximo cuatro horas después. Los alimentos que pueden ser incluidos en las colaciones son:

- Frutas, especialmente las que son fáciles de transportar y que no tienes que pelar y picar previamente como manzana, pera, duraznos, uvas, guayabas, naranjas, mandarinas, etc.
- Verduras como jícama, pepino o zanahoria que puedes comer con limón y chilito y que son fáciles de comprar si es que no las puedes preparar en casa.
- Yogurt, de preferencia descremado y natural. Puede ser sólido o para beber.
- 2 o 3 piezas de galletas integrales, de avena, amaranto o salvado.
- 1 barra integral, que no tenga miel ni chocolate de preferencia.
- 10 piezas de oleaginosas como nueces, almendras, avellanas o cacahuates que sean
- naturales o tostados, evita los que tienen chile y grasa.
- 1 puño cerrado de pasitas o arándanos que incluso puedes mezclar con las nueces.

En el caso de los niños, adolescentes y las personas que son muy activas, es decir, que realizan ejercicio todos los días puedes incluir los siguientes alimentos en la colación de la mañana:

- 1 sándwich de jamón, pollo o atún con pan integral.

- 1 torta pequeña, de preferencia de jamón o de pollo.
- 1 cuernito mediano.

Una clave para garantizar las colaciones, es elegir alimentos prácticos y fáciles de transportar, que incluso no tengan que prepararse, alimentos que únicamente se tomen y se guarden en la bolsa, mochila o portafolios. Es importante recalcar que hay que hacer todo lo posible por realizar estas pequeñas comidas

7.2.2. ALERGIAS

Es una anomalía de la respuesta del sistema inmunitario frente a elementos de nuestro entorno que no suponen ninguna amenaza para nosotros. Un grano de polen o las proteínas que contiene la leche de vaca no suponen ninguna amenaza para nuestro organismo. Sin embargo, en los individuos que son alérgicos, su sistema inmunitario reacciona intensamente contra ellas segregando sustancias que producen los síntomas. (Dr. Jose Zubeldia, 2021) las alergias son más frecuentes en niños y jóvenes, por el contacto más frecuente en diferentes lugares dependiendo su labor o actividades, permitiendo explorar y reaccionando a cualquier cosa, sustancia o alimento en sus organismo.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha llegado a clasificar las EEAA entre las 6 patológicas más frecuentes del mundo. Se estima que pueden afectar al 20-25% de la población mundial, resultando más afectan dos los países desarrollados e industrializados que el resto. En nuestro medio, se calcula que una de 4 personas puede padecer algún tipo de trastorno alérgico a lo largo de su vida. (Dr. Jose Zubeldia, 2021). Las alergias se pueden generar a lo largo de la vida de una persona, desde una edad temprana hasta una edad ya adulta, por hábitos frecuentes, el cómo reacciona el cuerpo a pesar de que ya lo adquirido anteriormente, por ello no se puede despejar una alergia a cualquier edad.

7.2.2.1. Tipos de Alergia.



Figura 2: Tipos de alergias
Nota: De la página de internet

Alergias por Ingestión de Alimentos

Las reacciones intolerantes consisten en una respuesta anormal a un alimento, en la cual no existe ningún indicio de participación del sistema inmunológico, por lo general la intolerancia se debe o a un problema metabólico como lo es la falta de enzimas, o farmacológica por la presencia de ciertas sustancias químicas naturales del alimento como la histamina. Los principales síntomas ante una alergia alimentaria son diarrea, dolor abdominal, gases intestinales, cefalea, etc. Los principales alimentos que generan las alergias son proteínas de la leche, huevos, mariscos, nueces, chocolate, maíz, cacahuates, frutas, leguminosas, cítricos, trigo y soja. (Ortíz, 2013)

7.2.3. ALIMENTOS

Según (GUERRERO, NUT. ALEXANDRA) nutricionista los alimentos son el vehículo por el cual el organismo adquiere los nutrimentos, que le permiten un correcto funcionamiento y mantenimiento de las funciones vitales. Es el acto de proveerse de alimentos, se necesita seleccionar los alimentos, prepararlos y posteriormente consumirlos. El alimento permite que el ser humano pueda realizar cualquier tipo de actividad, gracias al consumo de estos permite obtener nutrientes esenciales, como carbohidratos, grasas, proteínas, vitaminas o minerales, estos permiten que el cuerpo pueda rendir al 100% es por ello indispensable el consumo diario en la vida de una persona.

7.2.3.1. Tipos de Componentes de los Alimentos.

Proteínas

Las proteínas están formadas por cadenas de aminoácidos unidos por enlaces peptídicos. Algunos de estos aminoácidos son esenciales, es decir, debemos incorporarlos con la dieta. Además de su función desde el punto de vista nutricional,

las proteínas otorgan textura y sabor a los alimentos. Algunas tienen propiedades funcionales como emulsificantes, espumantes o gelificantes. (Lupano, 2013)

Grasas

La molécula típica de grasa es la de glicerina. La molécula básica de grasa está formada por tres ácidos grasos y una molécula de glicerina; las grasas naturales resultan de desarrollos mucho más complejos de esta estructura básica. Sin embargo, tan sólo hay unos 20 diferentes ácidos grasos que pueden ligarse a la glicerina; difieren en la longitud de sus cadenas de carbono y en el número de átomos de hidrógeno de las mismas. Existen dos tipos de grasas de acuerdo a su tipo de enlace: Saturadas e insaturadas.

Grasas Saturadas.

Este grupo de compuestos está constituido principalmente por compuestos de 4 a 24 átomos de carbono; su solubilidad en agua es inversamente proporcional al peso molecular. Otro aspecto muy importante de estos compuestos es su relación con la salud del individuo; se considera que un consumo excesivo puede ser la causa de problemas de aterosclerosis, por lo que se recomienda no consumirlos en exceso.

Grasas Insaturadas.

Debido a la presencia de insaturaciones, estos compuestos tienen una gran reactividad química ya que están propensos a transformaciones oxidativas y de exoneración. Son muy abundantes en los aceites vegetales y marinos, su temperatura de fusión disminuye con el aumento de las dobles ligaduras y esta es siempre menor que la de los saturados para una misma longitud de cadena. Los que contienen solo una insaturación se llaman monogénicos o monoinsaturados, y a los demás de una se les denomina poliénoicos o poliinsaturados. (García, 2008)

Carbohidratos

Los carbohidratos están compuestos por carbono, hidrógeno y oxígeno en una relación respectivamente. Su fórmula química es $(CH_2O)_n$ donde la n indica el número de veces que se repite la relación para formar una molécula de hidratos de carbono más o menos compleja. Aunque todos ellos comparten la misma estructura básica,

existen diferentes tipos que se clasifican en función de la complejidad de su estructura química.

Monosacáridos: son los carbohidratos de estructura más simple. Glucosa, Fructosa y Galactosa.

Disacáridos: Son la unión de dos monosacáridos, uno de los cuales es la glucosa, sacarosa, maltosa, lactosa **Polisacáridos:** La mayoría de los polisacáridos son el resultado de la unión de unidades de monosacáridos. Algunos tienen más de tres mil unidades. Son menos solubles y su digestión es más compleja. Almidón y glucógeno.

Vitaminas

Las vitaminas son microcomponentes orgánicos de la alimentación que el ser humano es incapaz de sintetizar y que son indispensables para el mantenimiento de importantes procesos biológicos. Una excepción es la Vitamina D que se puede formar en la piel con la exposición al sol y las Vitaminas K, B1, B12 y ácido fólico que se forman en pequeñas cantidades en la flora intestinal. Están en todas las funciones y en todos los tejidos. La acción de cada vitamina es específica; todas deben estar presentes en dosis equilibradas. Se dividen en:

- Liposoluble (se disuelven en grasa). Vitamina A, D, E y K
- Hidrosoluble (se disuelven en agua). Vitamina B y C

Minerales

Los minerales son los componentes inorgánicos de la alimentación. Cerca del 4% del peso corporal está constituida por elementos minerales. No aportan energía al organismo, pero regulan: Excitabilidad neuromuscular, Equilibrio hidroelectrolítico y ácido-base, Catálisis, Permeabilidad, Osmolaridad, Función plástica.

Fibra

Es un grupo de materiales vegetales que resisten la acción de las enzimas digestivas que se hallan en el intestino delgado del hombre, es decir, elementos procedentes de los alimentos, principalmente vegetales que no digerimos. La fibra es depurativa, protectora, preventiva y adelgazante. (MAGAZINE, 2022)

7.2.4. NIÑOS



Figura 3: Niños

Nota: Sacado de una página de internet

Es un ente receptor de diferentes influencias de acuerdo con la cultura dentro de la cual ha nacido y, en particular, según sean los caminos y modos en que dichas influencias han sido ejercidas sobre el por sus padres y cuidadores. Físicamente, el crecimiento del niño se enfrenta con determinadas limitaciones fisiológicas que reducen sus posibilidades de acción; de no ocurrir así, el desarrollo general de las capacidades motoras tiende a caminar por un sendero perfectamente predecible. Su inmadurez sexual es diferente a los adultos, y la sociedad puede interpretarlo de diferente manera.

Emocionalmente, todos los pequeños aprenden con rapidez y, en ciertos momentos, muestran temor ante los extraños fuera de este grupo selecto, pero las diferentes sociedades reaccionan de forma distinta ante este comportamiento. Todos los niños parece que experimentan temor ante ciertas situaciones comunes o fantasmas, pero también encuentran placer cuando exploran el mundo que les rodea, lo cual llevan a cabo, con frecuencia, a través del juego. Mas tarde, el niño se interesa cada vez mas en las actividades de los demás, especialmente en las de sus compañeros de la misma edad. El crecimiento hacia la madurez sexual e intelectual. (Tucker, 1982)

7.2.5. *Alergias en Niños*



Figura 4: Alergias en niños

Nota: La imagen fue sacada de internet

Las alergias alimentarias (AA) son un conjunto de enfermedades en las que los síntomas son la respuesta inmunológica del organismo frente a un alérgeno presente en algún alimento y ocurren en torno del 2,0 al 7,5% de los niños. Las manifestaciones clínicas tempranas al tracto gastrointestinal, respiratorio y/o piel, predominando las manifestaciones gastrointestinales en lactantes y niños menores. Se ha visto a nivel internacional que las AA van en aumento, específicamente, la alergia a la proteína de leche de vaca (APLV), que se presenta en un 2 a 5% de los menores de 3 años de edad.

Un factor de riesgo para desarrollar alergias a los alimentos es la historia familiar de atopia, enfermedades alérgicas, otras enfermedades alérgicas y la exposición temprana a alérgenos alimentarios, como la proteína de leche de vaca, que se consume en altas cantidades durante la lactancia.

Los lactantes, presentan barreras anatómicas y funcionales (acidez gástrica, enzimas intestinales) y barreras inmunológicas, que se encuentran maduras en su desarrollo durante los primeros años de la vida, permitiendo el paso de adaptaciones alimentarias al torrente sanguíneo, por lo que existe una menor capacidad de “tolerancia” del sistema inmune intestinal. (M., 2018)

Aunque el uso de los aditivos es mayoritario en la industria alimentaria, la prevalencia de reacciones adversas a aditivos alimentarios descrita es muy baja (menor del 1%), sin embargo, en los niños atópicos la prevalencia encontrada es muchísimo más alta (2-7%). Habitualmente las reacciones adversas son leves y de predominio cutáneo.

Otras veces presentan síntomas gastrointestinales, y con menor frecuencia síntomas de rinitis alérgica y asma bronquial. Raramente se manifiesta como anafilaxia. Así mismo, se han descrito problemas conductuales en niños con o sin

trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y problemas de sueño en relación con algunos colorantes alimentarios. (Alberto Bercedo Sanz, 2017)

Requerimientos Energéticos y Nutricionales



Figura 5: Requerimiento energético y nutricional
Nota: Imagen sacada de internet

El requerimiento de un nutriente se define como la cantidad mínima de dicho nutriente que favorece un estado óptimo de salud. Las necesidades de energía y nutrientes son variables en los niños y dependen del metabolismo basal, velocidad de crecimiento, actividad física, tamaño corporal y sexo. Agua: es un componente esencial de todos los tejidos corporales, como solvente dispone de solutos para el funcionamiento celular y es el medio necesario para todas las reacciones.

También participa como sustrato activo en las reacciones metabólicas y como componente estructural de la célula. El organismo no reserva agua, la cantidad que se pierde en 24 horas debe ser restituida para mantener la salud y eficiencia corporal. El requerimiento de agua basado en el consumo calórico es de 1 a 1.5ml/kcal. Los lactantes tienen una mayor necesidad de agua por la capacidad limitada de los riñones para controlar carga de solutos, su mayor porcentaje de agua corporal y a su área de superficie grande por unidad de peso corporal.

- Requerimiento de agua el primer año de vida: 150 ml/kg/día
- Requerimiento de agua después del primer año: 100 ml/kg/día.

Energía: el organismo necesita energía para todas las reacciones químicas de síntesis y mantenimiento de los tejidos corporales, conducción eléctrica de la actividad nerviosa, trabajo muscular y producción de calor para conservar la temperatura corporal, tareas necesarias para mantener la vida.

La cantidad de energía requerida para elevar 1°C la temperatura de 1 ml de agua a 15°C es conocido como caloría. Los requerimientos calóricos son mayores en los niños pequeños por: 1. Mayor superficie corporal relativa, 2. Actividad corporal más intensa, 3. Mayor metabolismo proteico con mayor acción dinámica específica de

estos nutrientes, 4. Crecimiento acelerado y 5. Mayor cantidad relativa de excretas y mayor pérdida de calor

Los valores recomendados a diferentes edades son los siguientes:

Tabla 1: Valores de energía

EDAD	CALORIAS/KG/DIA
0- 6 meses	120
6- 12 meses	110
1- 3 años	100
4- 6 años	80-90
7- 9 años	70-80
10- 12 años	60-70
13- 19 años	40-60
Adultos	40-45

Nota: Indica las edades y calorías para su cuerpo

Las proporciones adecuadas entre los diferentes principios inmediatos administrados son: 50 a 55% de carbohidratos. De ellos el 90% deben ser hidratos de carbono complejos (cereales, tubérculos, legumbres, frutas) y 10% azúcares simples. Debe moderarse el consumo de sacarosa para prevenir caries dental, hiperlipemia y obesidad.

Cada gramo metabolizado genera 4 calorías. 30 a 35% de grasas, con un reparto de 15% monoinsaturadas (aceite de oliva, frutos secos), 10% de poliinsaturada (especialmente omega-3 del pescado) y 10% saturada. Generan 9 calorías por gramo. 10 a 15% de proteínas de proteínas de alta valor biológico (65% origen animal), proporcionan 4 calorías por gramo. Los requerimientos de proteínas varían con la edad. (Nuñez, 2012)

Tabla 2: requerimiento de proteínas

EDAD	GR/KG/DIA
0- 1 año	1,5 – 2,5
1-3 años	1,2 – 1,5
4- 6 años	1-1,2
7- 12 años	1
13- 19 años	0,9-1,2
Adultos	08-1

Nota: Indicación de edades y calorías por día

Características y Estrategias de la alimentación en el preescolar, escolar



Figura 6: Alimentación en preescolares y escolares

Nota: Imagen sacada de internet

La edad preescolar se caracteriza por disminución en la velocidad de crecimiento y la ganancia de peso, lo que implica menor requerimiento calórico y se manifestará con disminución del apetito e interés por los alimentos. Su desarrollo psicomotor le permite adecuada manipulación de los cubiertos y es una época en la que se deben crear hábitos alimentarios saludables. Son neofóbicos y monótonos, por lo que rechazan nuevos alimentos y siempre quieren ingerir los mismos alimentos.

En el escolar continúa un ritmo de crecimiento lento y constante, se inicia el dimorfismo sexual y ocurre un rebote de adiposidad, requisito para el esencial para el brote puberal. La influencia de los pares, el ambiente escolar y el estilo de vida familiar determinan la conducta alimentaria. Su sentido de la independencia lo lleva a defender sus preferencias, lo que determina calidad y cantidad de la dieta. (Nuñez, 2012)

7.2.6. HOSPITAL

El hospital como instrumento terapéutico es un concepto relativamente moderno que data de fines del siglo XVIII. Alrededor de 1760, se crea una conciencia de que el hospital puede y debe ser un instrumento destinado a curar al enfermo y que se refleja en una nueva práctica: la visita y la observación sistemática y comparada de los hospitales. En Europa empiezan a realizarse una serie de viajes-encuesta, entre ellos el del inglés Howard, quien recorrió los hospitales, prisiones y lazaretos de ese continente en el período de 1775-1780, y el del francés Tenon³⁸, a petición de la Academia de Ciencias, en el momento en que se planteaba el problema de la reconstrucción del "Hotel Dieu" de París.

7.2.7. PEDIATRÍA

Los programas de enseñanza, en general, deben establecer objetivos congruentes con la realidad, es decir con los problemas de salud y con las características de las instituciones formadoras de personal, aspectos todos que deben relacionarse con las características histórico-económico-sociales del país. Al mismo tiempo deben explorar nuevas formas de enfrentar los problemas, papel crítico fundamental a cualquier institución educativa.

Además, en el proceso de enseñanza-aprendizaje, el profesor y el estudiante deben asumir una concepción cultural relativista, es decir, comprender y valorar las ideas, normas, y recursos de la población y buscar la aculturación o integración en Salud más que la transculturación o imposición cultural. La educación, además, debe ser concientizadora, o sea, modificar las conductas a través de la comprensión y el análisis que la propia comunidad haga de los fenómenos biopsicosociales y sus causas. (Foucault, 1978).

Existen distintos tipos de pediatras según la especialidad a la cual se dediquen, como ocurre con la medicina en adultos. La división de las distintas especialidades se realizará teniendo en cuenta: los órganos, aparatos o sistemas, la naturaleza del proceso, la edad, los procedimientos técnicos, la tecnología utilizada, el ámbito del ejercicio profesional, la gravedad de la enfermedad y los aspectos, sociales, psiquiátricos y psicosociales. los tipos de pediatras que existen en el ámbito de la medicina.

Medicina de la adolescencia

La medicina de la adolescencia, como bien su nombre indica, es la especialidad pediátrica focalizada en la prevención, diagnóstico y tratamiento de enfermedades médicas, psicológicas, sociales y emocionales en población adolescente que comprende el rango de 10 a 21 años.

8. METODOLÓGIA

8.1. METODOLOGIA

8.1.1. *Método Hermenéutico*

"Hermenéutica" se ha referido tradicionalmente a la teoría de la correcta interpretación de textos y, aunque tiene una larga historia que se remonta a la interpretación de los textos bíblicos. la hermenéutica se convierte en una teoría filosófica que sostiene que el ejercicio del entendimiento involucra la interpretación y trata de construir una fenomenología de la comprensión. (Millán, 2015). Este método permite analizar, procesar e interpretarlo a nuestra manera logrando una comprensión única para cada uno al momento de leer. Además, busca el sentido propio de lo escrito, logra explorar nuevas posibilidades de otro concepto de lo ya establecido.

8.1.2. *Método Fenomenológico*

De acuerdo con Mayz (1975), tres son los principios o criterios eidéticos (esenciales) que están en la base del método fenomenológico y que, a la vez, posibilitan su implementación. Estos principios garantizan una distinción entre los correlatos psicofísicos propios del mundo subjetivo del individuo y el contenido trascendental que posee dicho mundo; esto es, una diferenciación entre lo fáctico, lo empírico y lo esencial o irreal como objeto propio de la ciencia fenomenológica (Bustos, 2000). Lo que busca el porqué de cualquier situación, el llegar a la verdad con los hechos demostrados mas no toma en cuenta nuevas posibilidades para descartar la inquietud de la situación.

8.1.3. *Método Práctico Proyectual*

El método proyectual consiste simplemente en una serie de operaciones necesarias, dispuestas en un orden lógico dictado por la experiencia. Su finalidad es la de conseguir un máximo resultado con el mínimo esfuerzo. El método proyectual para el diseñador no es algo absoluto y definitivo; es algo modificable si se encuentran los valores objetivos que mejoren el proceso. Y este hecho depende de la creatividad del proyectista que, al aplicar el método, puede descubrir algo para mejorarlo. (BLASCO, 2011). Este proyecto permite el poder revalorar y ampliar nuevas opciones creativas en el manejo de cualquier proyecto que se realizara, obteniendo mejores resultados.

8.2. TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

8.2.1. *Observación.*

La observación por sí misma representa una de las formas más sistematizadas y lógicas para el registro visual y verificable de lo que se pretende conocer, consiste en utilizar los sentidos ya sea para describir, analizar, o explicar desde una perspectiva científica, válida y confiable algún hecho, objeto o fenómeno desde una forma participante, no participante, estructurada o no estructurada; de esta forma se plantea la necesidad de que el observador cuente con habilidades y destrezas que le permitan desarrollar este proceso con calidad. (Guillermo Campos yCovarrubias, 12)

La técnica de la observación permitirá tener diferentes resultados, ya que tiene un gran aporte, en el proyecto, por el hecho que permitirá observar todos los procesos necesarios para un buen desarrollo de las elaboraciones de la línea de colaciones saludables, para que los resultados sean positivos.

8.2.2. *La Entrevista*

La entrevista es una técnica de recogida de información que además de ser una de las estrategias utilizadas en procesos de investigación, tiene ya un valor en sí misma. Tanto si se elabora dentro de una investigación, como si se diseña al margen de un estudio sistematizado, tiene unas mismas características y sigue los pasos propios de esta estrategia de recogida de información. Por tanto, todo lo que a continuación se expone servirá tanto para desarrollar la técnica dentro de una investigación como para utilizarla de manera puntual y aislada. El principal objetivo de una entrevista es obtener información de forma oral y personalizada sobre acontecimientos, experiencias, opiniones de personas. (Folgueiras Bertomeu, 2016).

La entrevista será realizada:

- Salome Martines: Docente del ISTS, Ingeniera en alimentos, Máster en nuevos alimentos
- Dra. Verónica Montoya: Nutricionista y Docente de la UNL
- Dra. Janet Remache: jefa de pediatría y docente de la UNL

8.2.3. *La Encuesta*

La encuesta ha contribuido significativamente al avance del conocimiento muy diversas áreas, es paradójico observar cómo en muchas organizaciones la encuesta es usada para otros fines. Algunos de los usos de esta investigación son ganar poder y visibilidad en la organización, justificar decisiones ya tomadas, inculpar a la investigación de los resultados, utilizarla como una herramienta en la promoción de los productos y servicios y calmar los ánimos de la impaciente alta gerencia. (Naranjo, 2005).

La encuesta está elaborada para la población en la Ciudad de Loja, más específico para los parientes o tutores de los niños con alergias alimentarias, con finalidad de emplearlo en las diferentes preparaciones culinarias, para ello los datos obtenidos serán importantes dentro de la fabricación de estos para las necesidades de los consumidores enfocado en esta área.

8.3. **Población y muestra**

Corresponde a cierta parte de la población total del cantón Loja, como son los habitantes económicamente activos que según el censo INEC en el año 2010 son 448.966 personas, para esto se toma en cuenta el empleo de la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \sigma^2 N}{e^2(N - 1) + Z^2 O^2}$$

En donde:

n = es el tamaño de la muestra poblacional a obtener

N = es el tamaño de la población total.

σ = representa la desviación estándar de la población. En caso de desconocer este dato es común utilizar un valor constate que equivale a 0.5

Z = es el valor obtenido mediante niveles de confianza. Su valor es una constante, por lo general se tienen dos valores dependiendo el grado de confianza que se desee siendo 99% el valor más alto (este valor equivale a 2.58) y 95% (1.96) el valor mínimo aceptado para considerar la investigación como confiable.

e = representa el límite aceptable de error muestra, generalmente va del 1% (0.01) al 9% (0.09), siendo 5% (0.05) el valor estándar usado en las investigaciones.

Una vez establecido los valores adecuados, se procede a realizar la sustitución de los valores y aplicación de la fórmula para obtener el tamaño de la muestra poblacional correspondiente al universo finito determinado.

$$= \frac{(1,96)^2 * (0,5)^2 * 521.154}{(0,05)^2 * (521.154 - 1) + (1,96)^2 * 0,5^2}$$

$$n = \frac{(3,84) * (0,25) * (521.154)}{(0,0025) * (521.153) + (3,84) * (0,25)}$$

$$n = \frac{500,5163016}{1302,88 + 0,96}$$

$$n = \frac{500,516.3016}{1303,84}$$

$$n = 384$$

9. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Pregunta No 1: Conoce alguna persona o familiar con algún tipo de alergia alimentaria?

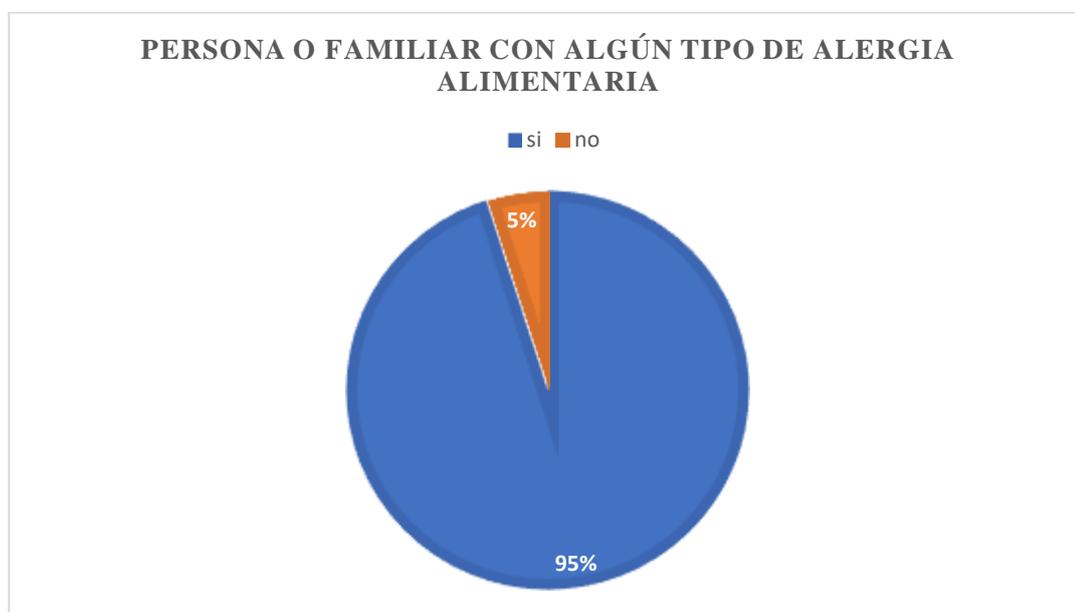
Tabla No. 1. Persona o familiar con algún tipo de alergia alimentaria

Tabla 3: Análisis de resultado No:1

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	365	95,2%
NO	19	4,8%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la primera pregunta

Elaborado por: Maria Paula Armijos



Gráficas 1: resultados de la encuesta pregunta No 1

Fuente: Paciente del Hospital Del Dia de Loja

Análisis Cuantitativo

Los resultados de la primera encuesta indica que el 95,2% que equivale a las cuales conocen o tienen un familiar con alergia alimentaria, mientras que el 4,8% encuestadas no conocen o no tienen algún familiar que tenga alguna alergia dentro de los alimentos que se consumen normalmente.

Análisis Cualitativo

Una gran cantidad de la población de la Ciudad de Loja tiene conocimiento de los problemas de alergias alimentarias, por diferentes motivos, como tener familiares

o personas conocidas que viven con estas día a día, lo que permite que el tema de este proyecto de titulación que se está realizando sea factible para el desarrollo de diferentes elaboraciones gastronómicas como apoyo y guía para el área de pediatría en el Hospital del Dia, permitiendo que pueda brindar información clave, para una alimentación variada y con alimentos alternos que contienen nutrientes favorables en el desarrollo de los niños.

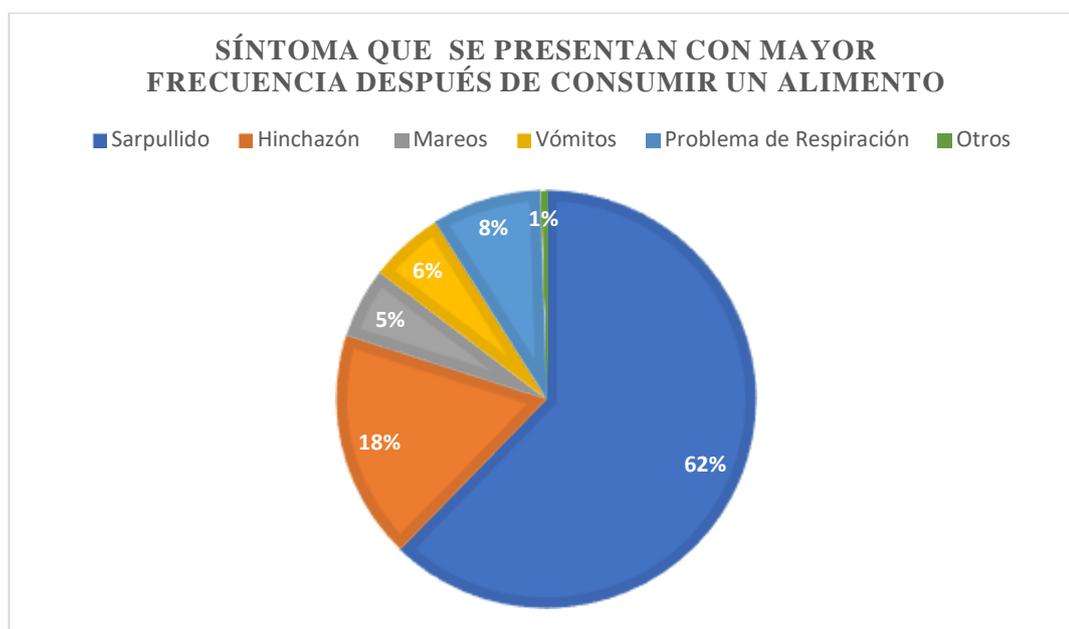
Pregunta No.2: Seleccione que reacción o síntoma se presentan con mayor frecuencia después de consumir un alimento

Tabla No. 2. Síntoma que se presentan con mayor frecuencia después de consumir un alimento

Tabla 4:Análisis de resultado No:2

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Sarpullido	239	62,2%
Hinchazón	68	17,7%
Mareos	21	5,4%
Vómitos	22	5,6%
Problema de Respiración	32	8,3%
Otro	2	1,9%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la segunda pregunta
Elaborado por: Maria Paula Armijos



Graficas 2:Resultados de la encuesta pregunta No 2
Fuente: Paciente del Hospital Del Dia de Loja

Análisis Cuantitativo

Los resultados obtenidos en la segunda encuesta indican que el síntoma que más frecuentes tienen los niños con alergia a los alimentos es el sarpullido con un porcentaje de 62,2%, seguido se observa que el hinchazón en el cuerpo obtuvo un

17,7% , mientras que los problemas de respiración tiene un porcentaje de 8,3% dentro de la tabla, a este síntoma le sigue el vómito con 5,65 y el mareo con 5,4%, además se puede observar que además de estos síntomas, las personas pueden tener más reacciones alérgicas a los alimentos, los cuales le pueden afectar al cómo reacciona el cuerpo.

Análisis Cualitativo

Las personas que tienen las alergias alimentarias constantemente sufren diferentes reacciones en el cuerpo, en caso de no saber que sufren de alergias a algunos alimentos, existen diferentes reacciones que permite identificar que la persona está sufriendo un cambio brusco y las más comunes en nuestro entorno son el sarpullido en la piel, la hinchazón en diferentes áreas del cuerpo y problemas de respiración, lo que puede suceder es que la persona llegue a desestabilizar, además la pérdida del sentido, y es importante el tener algún medicamento para evitar que las reacciones sigan avanzando, o en caso de no tenerlo llevarlo al centro de salud más cercano

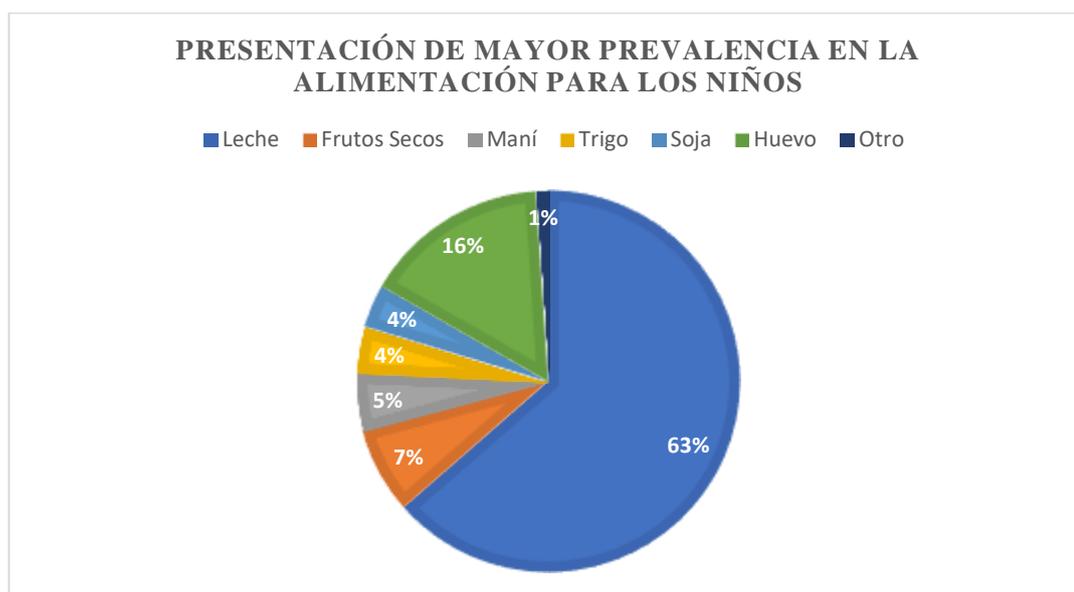
Pregunta No.3: De los siguientes alimentos, seleccione cual se presenta con mayor prevalencia en la alimentación para los niños

Tabla No. 3. Presentación de mayor prevalencia en la alimentación para los niños

Tabla 5:Análisis de resultado No:3

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Leche	244	63,4%
Frutos Secos	28	7,2%
Maní	19	4,8%
Trigo	15	3,7%
Soja	14	3,5%
Huevo	60	15,5%
Otro	4	0,9%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la tercera pregunta
Elaborado por: Maria Paula Armijos



Graficas 3: resultados de la encuesta pregunta No 3
Fuente: Paciente del Hospital Del Dia de Loja

Análisis Cuantitativo

Luego de obtener los resultados de la tercera encuesta, el 63,4% de la población considera que la leche es el principal alimento importante para los niños, seguido del huevo con un porcentaje de 15,5%, los frutos secos tuvieron un 7,2% de apoyo, ya que, el maní tuvo un 4,8%, mientras el trigo obtuvo un 3,7% y la soja un 3,5%, como

último se dejó a opción otros ya que también los consideran importante para alimentar a un niños en su día a día.

Análisis Cualitativo

Cierto porcentaje elevado en la Ciudad de Loja sufre alergias, más específicamente alergias alimentarias, los productos que causan este problema son los más consumidos en el día cotidiano de cualquier persona, esto se debe por herencia, o el hecho de que el producto no lo procesaba correctamente en el cuerpo desde pequeño, ya que, se debe saber que ciertos productos se les debe dar a cierta edad. Como se sabe el estómago es un órgano sensible, con el cual se debe tener más cuidado en los niños a la hora de su alimentación.

Pregunta No. 4: ¿Con que frecuencia visita a un especialista de alergias?

Tabla No. 4. Frecuencia el cual visita a un especialista de alergias

Tabla 6: Análisis de resultado No:4

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Una vez al mes	225	58,7%
Una vez cada cuarto mes	58	15%
Dos veces al año	34	8,8%
Nunca	67	17,4%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la cuarta pregunta
Elaborado por: Maria Paula Armijos



Gráficas 4: resultados de la encuesta pregunta No 4
Fuente: Paciente del Hospital Del Día de Loja

Análisis Cuantitativo

Con las respuestas obtenidas en la cuarta encuesta nos indican que un porcentaje de 58,7%, si visita a un especialista en alergias con los niños, mientras que un 17,4% no lo hace, con un 15% lo hace una vez cada cuarto mes y el 8,8% dos veces al año.

Análisis Cualitativo

La asistencia de un niño a un centro de salud para una revisión general es importante, por el hecho de que permite que el menor pueda tener un mejor desarrollo con ayuda de profesionales en la salud y gracias a que en nuestro país podemos tener

acceso a una salud gratuita, las familias pueden acercarse a centros de salud para que sus hijos puedan ser chequeados mensualmente y verificar si tiene algún problema de salud o en caso de que sufra de una alergia, permitiendo ser controlada a tiempo y pueda llevarse con responsabilidad.

Pregunta No.5: Para su alimentación entre comidas prefiere:

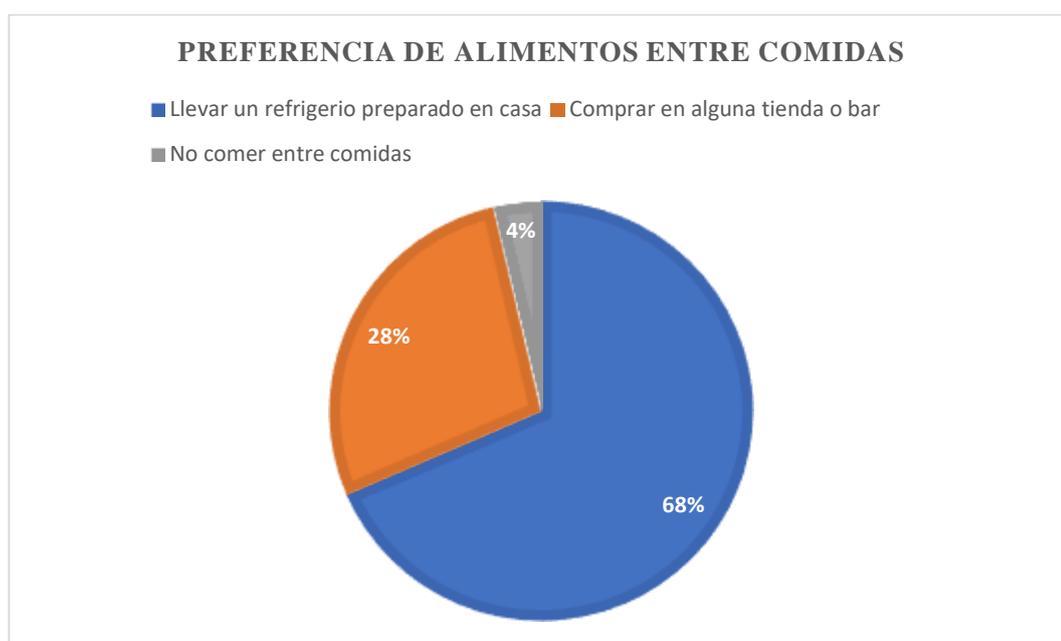
Tabla No. 5. Preferencia de alimentos entre comidas

Tabla 7: Análisis de resultado No:5

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Llevar un refrigerio preparado en casa	263	68,4%
Comprar en alguna tienda o bar	1072	7,9%
No comer entre comidas	14	3,7%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la quinta pregunta

Elaborado por: Maria Paula Armijos



Graficas 5: resultados de la encuesta pregunta No 5

Fuente: Paciente del Hospital Del Dia de Loja

Análisis Cuantitativo

Con los resultados de la quinta encuesta se pudo observar que un 68,4% de personas prefieren enviar un refrigerio elaborado en casa, otro porcentaje con 27,9% compra algún apoyo para complementar la alimentación de los pequeños, mientras que una baja cantidad de 3,7% piensa que no es necesario el consumo de comer entre comidas.

Análisis Cualitativo

Dentro de la paternidad se puede observar que los primeros años de un niño son los más importante, cada familiar que tiene niños en su hogar lo sabe, y muchos de ellos saben la responsabilidad de su salud, lo solventan con alimentos caseros que

permitan que los niños los puedan consumir sin ningún problema, ya que, estos lograra brindar los nutrientes necesarios que se les debe dar para que a futuro no tengan problemas de salud, permitiéndoles llevar una vida normal. Y con el apoyo de una guía que se realizara podrán tener elaboraciones ricas y aptas para el consumo de los menores.

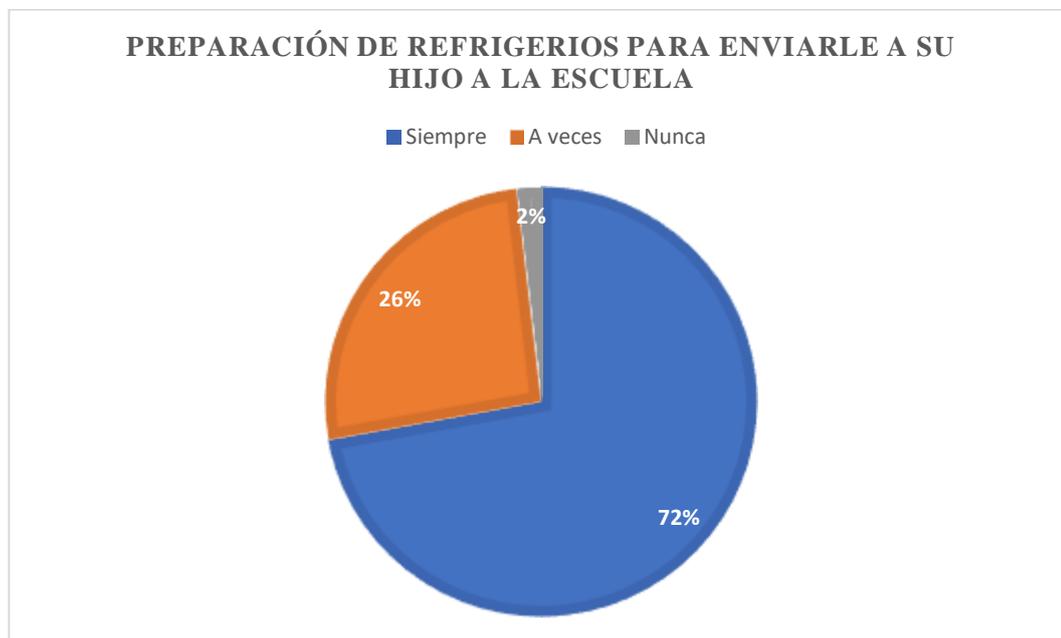
Pregunta No. 6: Mencione la frecuencia con la que usted prepararía refrigerios para enviarle a su hijo a la escuela

Tabla No. 6. Preparación de refrigerios para enviarle a su hijo a la escuela

Tabla 8: Análisis de resultado No:6

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	277	72,1%
A veces	100	26,3%
Nunca	7	1,6%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la sexta pregunta
Elaborado por: Maria Paula Armijos



Gráficas 6: resultados de la encuesta pregunta No 6
Fuente: Paciente del Hospital Del Día de Loja

Análisis Cuantitativo

En la encuesta seis los resultados obtenidos fueron un 72,1% siempre enviaría colaciones hechas en casa a sus hijos, por otro lado, un 26,3% a veces lo realizaría, y un 1,6% no lo realizaría. Y encontraba otra manera que permita el consumo de algún alimento para el niño.

Análisis Cualitativo

Las colaciones que se envían a diría para los niños son verificadas por sus familiares, para el consumo en horas de descanso, estos alimentos siempre tienen

vitaminas, minerales que permitan al niño una mejor atención y pueda destacar en sus actividades cotidianas en sus escuelas. Sin embargo no siempre las familias saben que se pueden elaborar colaciones saludables y apetitosas para los menores, limitando el consumo de muchas preparaciones por sus alergias.

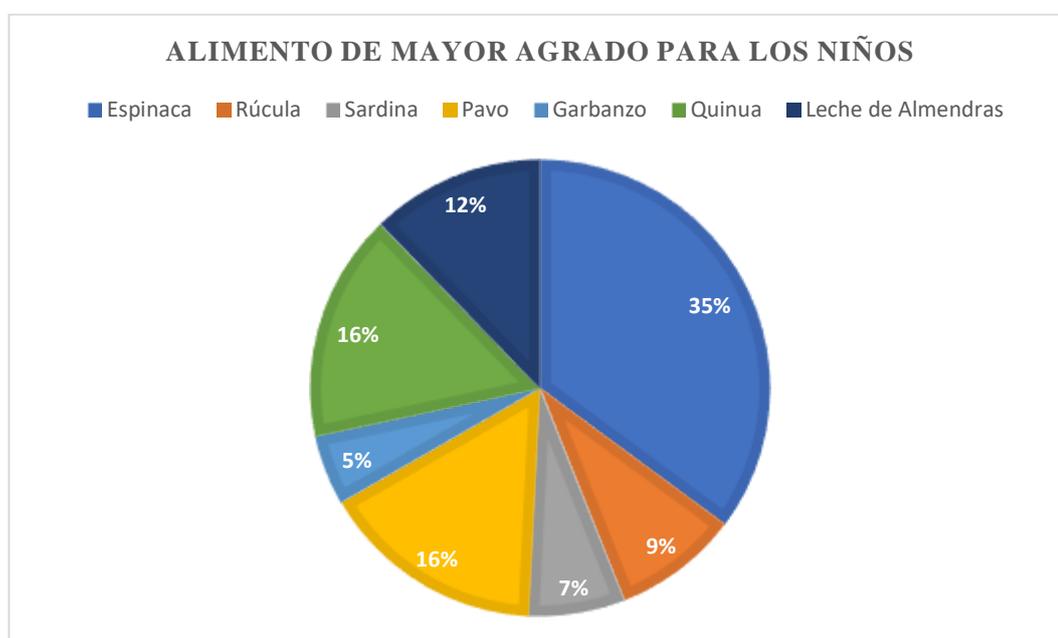
Pregunta No.7: ¿Qué alimento considera usted es de mayor agrado para los niños?

Tabla No. 7. Alimento de mayor agrado para los niños

Tabla 9: Análisis de resultado No:7

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Espinaca	135	35,1%
Rúcula	34	8,6%
Sardina	26	6,7%
Pavo	61	15,8%
Garbanzo	19	4,8%
Quinoa	62	16,1%
Leche de Almendras	47	12,2%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la séptima pregunta
Elaborado por: Maria Paula Armijos



Graficas 7: resultados de la encuesta pregunta No 7
Fuente: Paciente del Hospital Del Dia de Loja

Análisis Cuantitativo

Las respuestas obtenidas en la encuesta numero siete son que el alimento más agradable para el consumo de los niños con un 35,1% la espinaca, sigue la quinoa con 16,1%, el pavo con un 15,8%, le sigue la leche de almendras con un 12,2%, la rúcula con un 8,6%, la sardina con un 6,7% y para finalizar el garbanzo con un 4,8%.

Análisis Cualitativo

El buscar productos con alternativas que sean llamativas para un niño normalmente no es fácil, debido a que muchas veces varia por sus gustos o porque su paladar está acostumbrado a ciertos alimentos. Algunos de ellos son los que sus familias ponen en la mesa a diario, que saben que son buenos para la salud de un niño, además gracias a la gran variedad de productos que nos brinda nuestro entorno podemos consumir alimentos con vitaminas y minerales que ayuden al cuerpo para un mejor desarrollo físico como mental.

Pregunta No 8: Considera necesario el consumo de colaciones saludables en la alimentación de los niños dentro de su dieta diaria

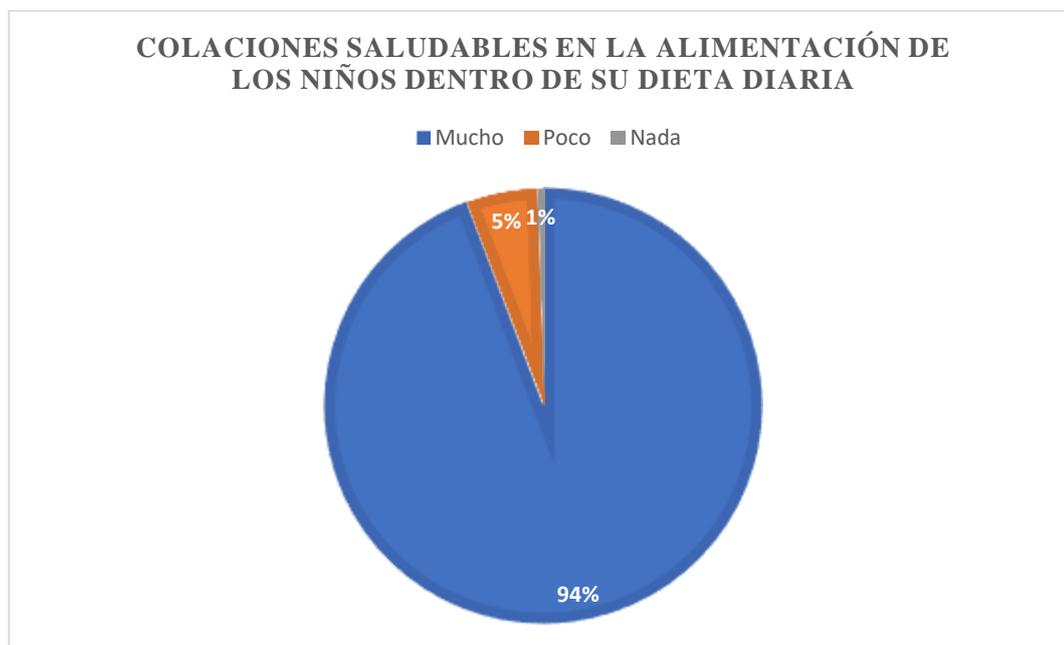
Tabla No. 8. Colaciones saludables en la alimentación de los niños dentro de su dieta diaria

Tabla 10: Análisis de resultado No:8

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Mucho	362	94,4%
Poco	20	5,1%
Nada	2	0,5%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la octava pregunta

Elaborado por: Maria Paula Armijos



Gráficas 8: resultados de la encuesta pregunta No 8

Fuente: Paciente del Hospital Del Dia de Loja

Análisis Cuantitativo

Las respuestas de la encuesta número ocho nos indica que el 94,4% de los entrevistados considera que son adecuadas las colaciones diarias, el 5,1% considera que no siempre y el 0,5% considera que no.

Análisis Cualitativo

Las colaciones son una ayuda para cualquier persona y más si son saludables, debido a que muchas familias tienen menores con alergias a su cuidado, la elaboración

de diferentes colaciones o snacks para menores permitirá obtener los nutrientes, vitaminas, que no pueda obtener en cualquiera comida del día. Por ello es importante el consumo de colaciones saludables, ya que, durante la etapa de 4 a 6 años es donde es recomendable brindarle la mejor alimentación para ellos.

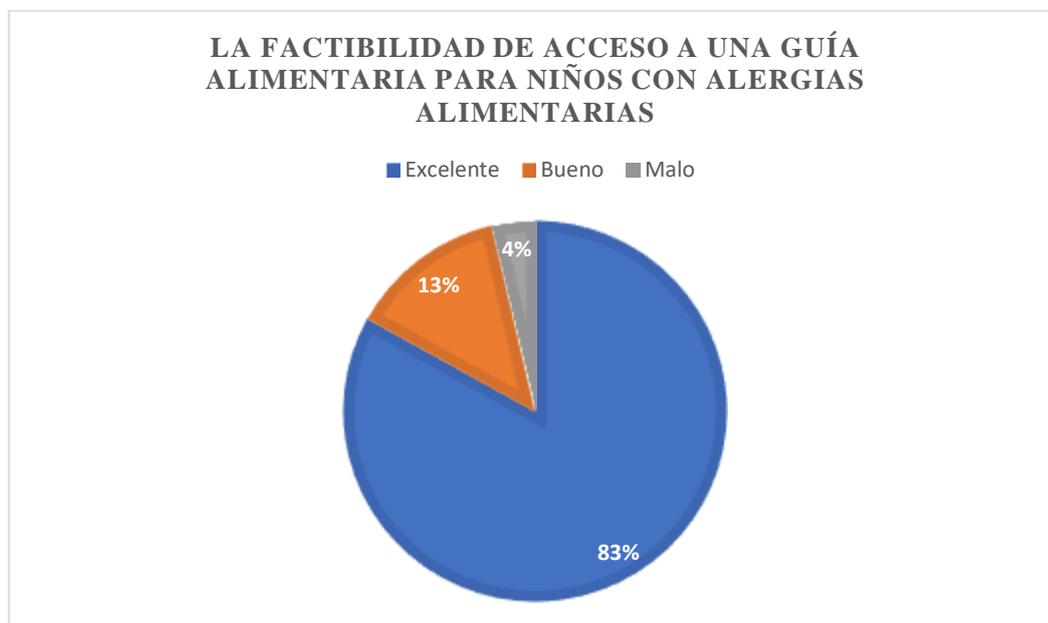
Pregunta No.9: ¿Cómo calificaría la factibilidad de acceso a una guía alimentaria para niños con alergias alimentarias dentro del medio sin costo alguno?

Tabla No. 9. La factibilidad de acceso a una guía alimentaria para niños con alergias alimentarias

Tabla 11: Análisis de resultado No:9

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Excelente	319	83,1%
Bueno	51	13,4%
Malo	14	3,5%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la novena pregunta
Elaborado por: Maria Paula Armijos



Gráficas 9: resultados de la encuesta pregunta No 9
Fuente: Paciente del Hospital Del Día de Loja

Análisis Cuantitativo

Según las respuestas en la encuesta nueve nos indica que el 83,1% entrevistado considera una excelente ayuda el poder facilitar una guía alimentaria, respecto al tema en cuestión, mientras que el 13,4% considera bueno, y el 3,5% lo considera innecesario.

Análisis Cualitativo

El realizar una guía de diferentes colaciones saludables con alimentos alternos a los alérgicos que se tiene normalmente, ayudaría como apoyo para las familias que

llevan a sus hijos para atención en el área de pediatría dentro del hospital del día, permita que las guías sirvan de apoyo para la alimentación de los menores sin costo alguno y permita que estén mejor informados y puedan ayudar a otros que sufran de estas alergias.

Pregunta No.10: ¿Qué medio considera usted mejor para adquirir información de manera más fácil?

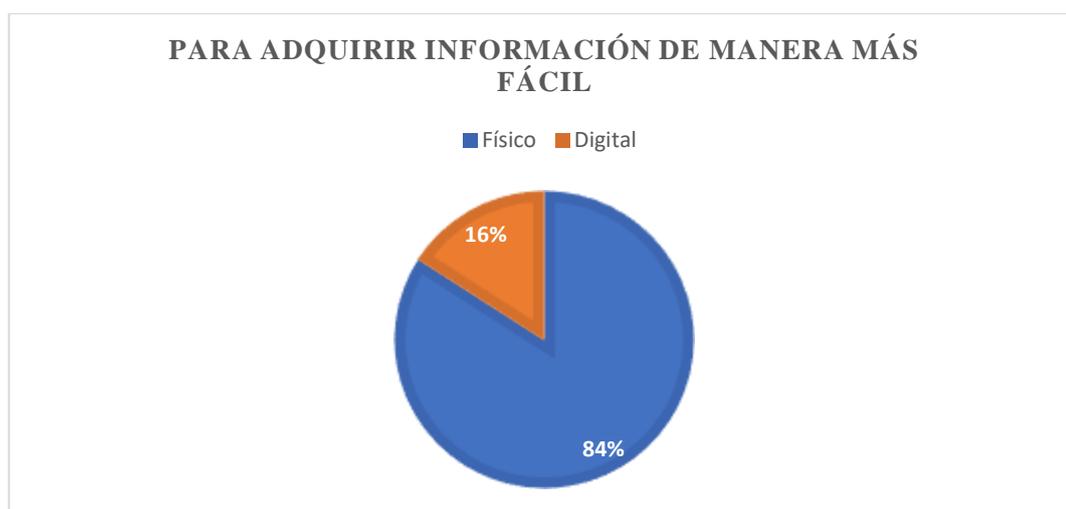
Tabla No. 10. Para adquirir información de manera más fácil

Tabla 12: Análisis de resultado No:10

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Físico	323	84,2%
Digital	11	5,8%
TOTAL	384	100%

Nota: Resultados de la encuesta de la décima pregunta

Elaborado por: Maria Paula Armijos



Gráficas 10: resultados de la encuesta pregunta No 10

Fuente: Paciente del Hospital Del Dia de Loja

Análisis Cuantitativo

En la encuesta número diez se obtuvieron dos respuestas una con un alto porcentaje del 84% que la mayoría prefiere digital, algún tipo de documento y un 16% que lo prefiere físico.

Análisis Cualitativo

Actualmente las personas ocupan mucho las redes sociales, lo cual facilita un fácil acceso a cualquier documento digitales que necesiten, el cual permite tenerlo a la mano con la nueva tecnología que siempre va innovando, el poder tener documentos en cualquier momento en diferentes medios como computadoras, celulares o tables, permite una fácil comunicación con mundo. Por otro lado, podemos analizar que algunas personas no siempre estas complacidos con la tecnología y prefieren un documento que se les hace más fácil su uso y mejor visualización.

9.1. Análisis global de las entrevistas

Se realizaron diferentes entrevistas a personas con conocimiento respecto al tema, que previamente fue indicado para que tengan un conocimiento de que debían tratar, durante la entrevista las diferentes personas entrevistadas fueron muy amables y colaborativas. Esto permitió una entrevista fluida y de buenos aportes.

Los entrevistados fueron: Nut. Mario coronel, Ing. Salome Martínez, Ped. Magda Tandazo

1) ¿Considera usted como profesional que las alergias alimentarias perjudican a los niños en su desarrollo diario?

Al existir una intolerancia o alergia alimentaria en nuestro entorno, se puede observar un problema claro en niños y hasta en adolescentes, lo que provoca un cierto límite de consumo de algunos alimentos, que si se consumieran ocasionaran reacciones en el cuerpo. Y priva de ciertos nutrientes que ofrece esos alimentos que no son consumidos y podrían ayudar positivamente al cuerpo.

2) ¿Desde su punto de experiencia en nuestro entorno considera que existe una gran cantidad de niños con alergias alimentarias?

En la actualidad si existe este tipo de enfermedades de alergias, más se considera a la lactosa por su intolerancia, que provoca muchas veces dolores estomacales que no permite estar disponible al cien por ciento, también algunos cárnicos como el cerdo. Y por popularidad más frecuente al gluten, nombrándolo muchas empresas con alergia, pero eso no es correcto.

3) ¿Desde su punto de vista profesional cree conveniente buscar alimentos alternos para niños con alergias alimentarias?

Si, por el motivo que en el mercado no se encuentra mucha variedad de productos enfocados al sector, además se consideraría como un gran apoyo para los familiares que tienen en sus integrantes que presentan alergias alimentarias, permitiendo así que puedan obtener nutrientes que ayuden a su desarrollo.

4) ¿Con su experiencia laboral y postura considera apropiado realizar alimentos alternativos que permitan el consumo de niños y pueda obtener los minerales y nutrientes, que no pueden consumir por sus alergias?

Sería prudente que se enfoque en productos que puedan aportar nutrientes necesarios para los niños, debido a que en estudios realizados se ha podido verificar que en las etapas escolares y preescolares es donde se necesita más nutrientes para el organismo.

10. PROPUESTA DE ACCIÓN

10.1. Índice de personas con alergia

Se realizará una línea de colaciones saludables, que sean fáciles de realizar en casa, como apoyo para las familias que tengan niños con alergias alimentarias, mediante estas preparaciones que se llevaran a cabo se considerara los nutrientes que necesita el niño en el día dependiendo la hora y también se tendrá en cuenta el buscar alimentos que sean un remplazo de los alérgicos.

Uno de los puntos más importantes es que estas preparaciones serán un apoyo de los doctores al paciente en el hospital del día, mediante guías donde se permitirá que cualquier persona pueda tener acceso a la información de las preparaciones sin costo alguno y una explicación fácil de entender el cómo ayudar a sus niños.

Las personas actualmente tienen un conocimiento básico sobre las alergias, que pueden varían según su enfoque, ya que, con el tiempo se han descubierto debido al avance de la tecnología en la medicina, dentro de estas alergias se pueden encontrar las alergias alimentarias, gracias a la medicina se ha podido observar y analizar que algunos nutrientes que contienen los alimentos alérgicos son necesarios para un mejor desarrollo para la salud de cualquier persona que lo padezca.

Como cualquier alergia cuando se consume, se introduce por el olfato, o se lo coloca en la piel, el cuerpo reacciona de diferentes maneras tratando de protegerse para si evitar hasta la muerte, las reacciones más comunes de las alergias en los alimentos son el sarpullido, la hinchazón, mareos, problemas de respiración, he incluso vómitos.

Estas reacciones se deben más a los alimentos más comunes en nuestro entorno como la leche uno de los alimentos que normalmente necesita el cuerpo humano por sus nutrientes, el huevo, los frutos secos, trigo, con cantidades mejores de alergias está el maní, soja entre otros, que igual son importantes de tomar en cuenta.

Una de las ramas que une a la gastronomía es la medicina, que indica que es importante la revisión general de cada persona para saber cómo se encuentra el cuerpo, para saber si puedes tener alergias, en caso de tener las alergias alimentarias, es más importante asistir al médico especialista en esa área, un gran porcentaje de la población de las familias en nuestro entorno que tienen integrantes con este padecimiento, son más frecuente en asistir al hospital para una revisión anual, mientras otras personas lo

prefieren una vez cada cuatro meses o dos veces al año, pocos son los que no lo realizan.

En nuestro país, a una gran parte de las madres por no decir todas prefieren el preparar alimentos en casa como las colaciones saludables para sus hijos hasta incluso en los últimos años de colegio, ya que, siempre buscan que puedan estar bien alimentados, para una mejor atención en cualquier actividad que tengan que realizar, por otro lado en algunos casos por tiempo, algunos establecimientos piden cierta cantidad de dinero para ellos entregar alimentos entre comidas o también envían dinero a los niños para que ellos compren sus alimentos, lo último no es muy recomendado, ya que, como se sabe se lo gastan en alimentos no muy sanos.

Los alimentos que consume un niño son muy importantes, el saber cuáles son mejores de su consumo diario, también que cantidades se pueden consumir para tener un equilibrio en su organismo y esto permitirá el tener un mejor desarrollo, permitiéndole tener defensas altas para no enfermarse y pueda tener una mejor recuperación en caso de alguna enfermedad. Existen alimentos que no son agradables para el paladar de los niños, por esos motivos el objetivo principal del proyecto es el buscar alimentos altos en nutrientes elaborados de diferentes maneras que a la hora de degustar sea gustosos para los niños, debido a que las preparaciones son diferentes a la que están acostumbrados a consumir continuamente.

El hospital del Día en la Ciudad de Loja, cuenta con los doctores necesarios para ayudar a los familiares que tienen niños con alergias alimentarias, pero no cuenta con un apoyo digital o guías que permitan brindar a sus pacientes para que lo tengan como referencia a la hora de buscar las alternativas correctas de los alimentos alérgicos, de como tratar los alimentos y como elaborarlos, debido que el hospital se enfoca más en la salud que en la gastronomía, es por ello que se realizara este proyecto, permitiendo así unir la salud y la gastronomía para apoyo de la gente a la hora de pensar en la comida y salud beneficiosa para ellos.

10.2. Colaciones saludables para niños

- Alto contenido en nutrientes
- Fácil de realizar en el hogar
- Preparaciones con alimentos ricos en nutrientes alternos a los alérgicos

Las colaciones saludables son muy importantes para el organismo porque ayudan a mantenerlo sano y con energía. Estas porciones aportan nutrientes y vitaminas necesarias para responder adecuadamente a las actividades mentales y

físicas de la jornada. Por ello, una buena idea es tener a la mano diversos snacks en casa y en el trabajo para no pasar más de cuatro horas sin consumir algo.

Un alimento que contiene el valor nutricional de lo que ingerimos nos puede ayudar a saber qué alimentos son saludables y cuáles no. Cada vez le damos importancia a saber qué comemos, con qué ingredientes está hecho el producto y qué nutrientes nos aporta. Las dudas surgen principalmente cuando se trata de productos envasados o procesados. En algunos casos, la etiqueta del valor nutricional está teñida en verde, si es saludable; amarillo, si es de consumo eventual; o roja, si es poco saludable y contiene una gran cantidad de grasas y/o azúcares.

Los productos que se realizan en el hogar ayudan en gran parte a las familias que permiten el saber que están haciendo, como lo están haciendo, y que productos puede y no puede consumir los niños con alergias de algunos alimentos, con una guía de cómo realizar estos diferentes productos permitirá brindar un alimento adecuado para los menores.

Con las diferentes propuestas que serán elaboradas y expuestas para evaluarlas, se podrá realizar una guía que permita ser apoyo para el hospital, esto permitirá que los doctores puedan indicar a los familiares de los menores con alergias alimentarias, permitiendo observar que los alimentos contienen las cantidades necesarias de valores nutricionales que debe contener el producto para su consumo y complemente las calorías necesarias del día.

10.3. Propuestas Gastronómicas para niños con alergias alimentarias

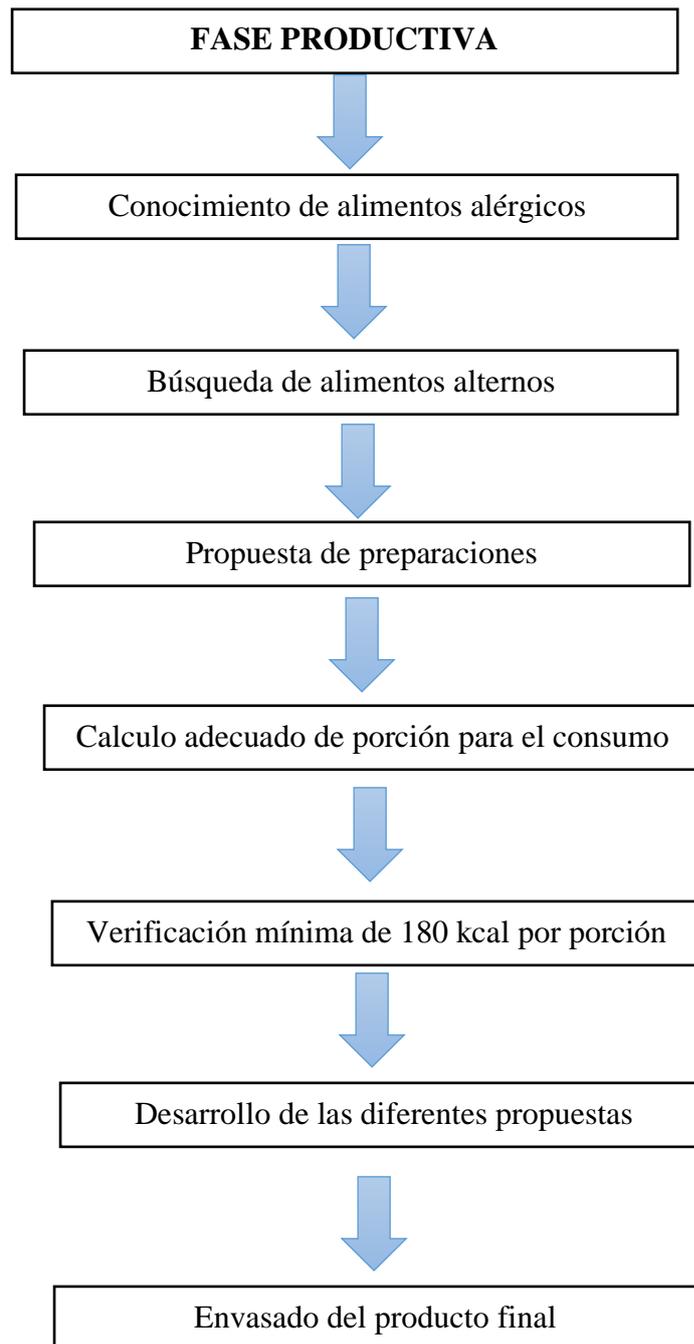
Tabla 13: Propuestas Gastronómicas

Vegetales/ frutas	Granos /leguminosas	Cereales	Semilla
Masas			
-Cupcake de camote y chía.		- Pan integral con semilla	
- Pastel de coliflor y queso		-Pan de semillas sésamo, girasol	
- Tortilla de remolacha y garbanzo			
Postres			
-Muffin de verduras		-Muffin de poroto rojo con chocolate	
-Pudin de chía y fresa		-Torta de limón con chía	
- Paletas de kiwi y chía			
Sándwich			
hamburguesas de lentejas			
Bebidas			
-Smoothie de mora con chía.		-Smoothie de manzana	
Smoothie de sandía		-Bebida de arroz con chía	
- Bebida de soja		- Bebida de cacahuete	
Barras			
-Barra de plátano, avena y cacahuete			
-Barra de avena y arándano			
Snacks			
-Galletas de betabel con chocolate		-Gomitas de espinaca con zumo de manzana	
-Gomita de zumo de naranja y remolacha		-Nachos de garbanzo	
Mermelada de semillas de chía		Galletas de avena con plátano	

10.4. Guía de nutrición para niños con alergias alimentaria



La Guía es una ayuda que permitirá que, mediante el Centro Quirúrgico Hospital del Día, las personas puedan tener gratuitamente la información más importante, con la que se pueden ayudar, para saber correctamente que es bueno y que es malo para los niños con problemas de alergia a los alimentos, además se podrán encontrar con un catálogo donde puedan tener ideas de preparaciones gastronómicas aptas para los menores que tengan estas alergias.



COSTO DE FABRICACIÓN

NOMBRE DE RECETA

Muffin de Porotos Rojo con Chocolate
PAX: 10
MATERIA PRIMA
COSTO

PRECIO MP	UNIDAD	INGREDIENTE	CANTIDAD POR PAX	CANTIDAD TOTAL	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
\$ 4,00	Kg	poroto rojo	0,040	0,400	Kg	\$ 0,16	\$ 1,60
\$ 3,40	Kg	huevo	0,010	0,100	Kg	\$ 0,03	\$ 0,34
\$ 1,00	Kg	azucar morena	0,011	0,110	Kg	\$ 0,01	\$ 0,11
\$ 13,00	Kg	extracto de vainilla	0,001	0,010	Kg	\$ 0,01	\$ 0,13
\$ 5,00	Kg	polvo para hornear	0,007	0,070	Kg	\$ 0,04	\$ 0,35
\$ 2,40	Kg	harina de arroz	0,003	0,030	Kg	\$ 0,01	\$ 0,07
\$ 10,00	Kg	cacao en polvo	0,003	0,030	Kg	\$ 0,03	\$ 0,30
\$ 25,00	Kg	chocolate	0,003	0,030	Kg	\$ 0,08	\$ 0,75
	Kg			0,000	Kg	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -
				0,000	0	\$ -	\$ -



Subtotal de Costo	\$ 0,37	\$ 3,65
5% CONDIMENTOS	0,02	0,18
5% DESPERDICIOS	0,02	0,18
Costo (materia prima) MP	\$ 0,40	\$ 4,02
30% (mano de directa)MOD	0,12	1,21
30% (costos generales de fab)CGF	0,12	1,21
COSTO TOTAL	\$ 0,64	\$ 6,43
30% UTILIDAD	0,19	1,93
PRECIO	\$ 0,84	\$ 8,36
IVA 14%	0,12	1,17
SERVICIO 10%	0,08	0,84
PVP	\$ 1,04	\$ 10,36

Tabla de resultados de la evaluación hedónica realizada a docentes del ISTS

Tabla 14: resultados de la evaluación dulce

MUESTRA DULCE															
Escala	1	2	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
5-Me gusta mucho		10		10				10	10	10		5		15	
4-Me gusta poco	12	4		8	8	12	8		8		8	12	8		4
3-No me gusta ni me disgusta	3				6	1	6	6	6	6		3	3		
2- Me disgusta poco															
1-Me disgusta mucho		4													

Nota: Resultado de las muestras dulces

Elaborado por: Maria Paula Armijos



Graficas 11: Resultados de muestras dulces

Elaborado por: Maria Paula Armijos

Tabla 15: resultados de la evaluación saladas

MUESTRA SALADAS											
Escala	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
5-Me gusta mucho		10	15	10	10	10					15
4-Me gusta poco			16	4	12	8	12	8	8		4
3-No me gusta ni me disgusta			3		3	3		6	6	3	
2-Me disgusta poco					2						
1- Me disgusta mucho											3

Nota: Resultado de las muestras saladas

Elaborado por: Maria Paula Armijos



Graficas 12: resultados de muestras saladas

Elaborado por: Maria Paula Armijos

Tabla de resultados de la evaluación hedónica realizada a doctoras del área de pediatría del Centro Quirúrgico Hospital del Día

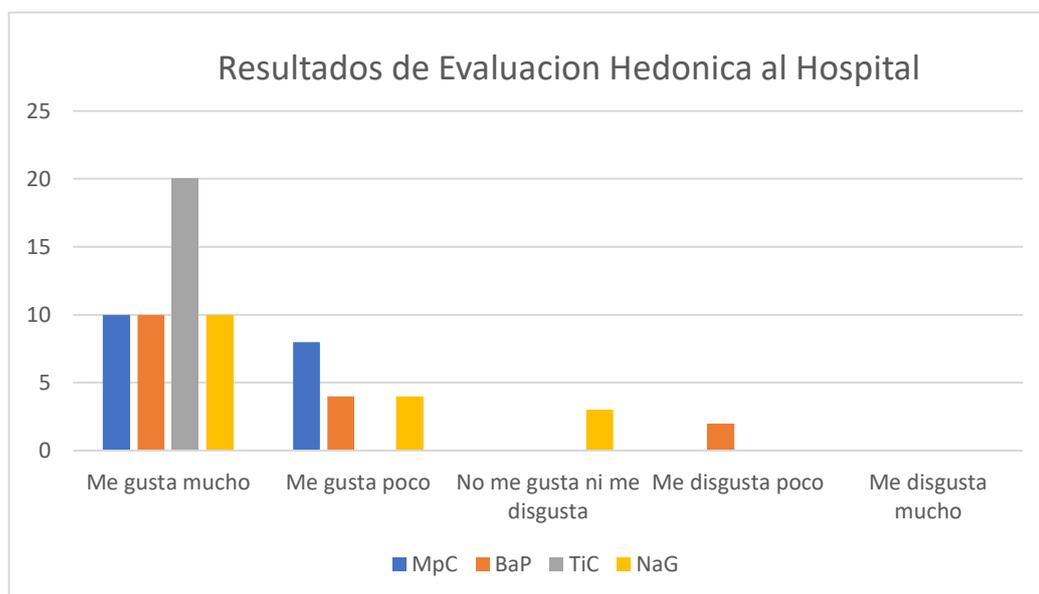
- Dra. Magda Tandazo
- Dra. Gloria Loaiza
- Dra. Elena Carrión
- Dra. Marlene Pérez

Tabla 16: resultados de la evaluación hecha para doctoras del hospital del día

Calificación	MpC	BaP	TiC	NaG
5-Me gusta mucho	10	10	20	10
4-Me gusta poco	8	4		4
3-No me gusta ni me disgusta			3	
2-Me disgusta poco		2		
1-Me disgusta mucho				

Nota: Resultado de las muestras a doctoras del área de pediatría

Elaborado por: Maria Paula Armijos



Graficas 13: resultados de la degustación de las doctoras del hospital del día

Elaborado por: Maria Paula Armijos

11. CONCLUSIONES

- Se reconoció que si existe un alto porcentaje de familias lojanas con niños que sufren de diferentes alergias alimentarias dentro del Centro Quirúrgico Hospital del Día (IESS).

- Mediante revisiones se pudo observar y analizar, que algunos porcentajes nutricionales son necesario para los niños dependiendo de la edad y el alimento benéfico para su bienestar, a la hora de su consumo.
- Planteadas las propuestas gastronómicas, se pudo hacer las evaluaciones sensoriales necesarias a los docentes del ISTS y doctoras del Hospital del Día, permitiendo obtener las mejores propuestas alternas aptas para los niños con alergias alimentarias.
- Se crearon documentos de apoyo, como trípticos y guías adecuadas al tema planteado previene, logrando que la información puesta en estos documentos sea de gran ayuda a las familias que tengan integrantes con estas alergias.

12. RECOMENDACIONES

- Se recomienda que el Centro Quirúrgico “Hospital del Dia”, difunda la información proporcionada mediante campañas y publicaciones en las diferentes redes sociales, con respecto a las alergias alimentarias y preparaciones gastronómicas con alimentos alternos, para familias que tengan niños con este tipo de alergias.
- Se recomienda que la información entregada al Centro Quirúrgico “Hospital del Dia”, en el área de pediatría, sea brindada sin costo alguno a diferentes Guarderías, Escuelas y Colegios públicos, para que cuenten con un apoyo digital y tengan concientización de lo que pueden y no pueden consumir los niños con estas alergias.
- Se recomienda que en cada subcentro de salud debe existir la debida información sobre las alergias alimentarias en los niños, ya que, mientras crecen no todos forjan las defensas necesarias para un buen desarrollo físico como mental.

13. PRESUPUESTO

Costos y presupuestos

DETALLE	VALOR TOTAL
Materia Prima	\$150.00
Materiales de oficina	\$40.00
Impresiones	\$50.00
Borrador de proyecto	\$40.00
Transporte	\$50.00
Internet	\$40.00
Imprevistos	\$50.00
Equipos para producción	\$70.00
TOTAL	490.00

Tabla 17: Presupuesto del proyecto de titulación

Fuente: Determinación de costos

Autor: Maria Paula Armijos

15. BIBLIOGRAFÍA

- Alberto Bercedo Sanz, C. R.-O. (2017). Golosinas, colorantes y alergias en los niños. España.
- Ana García, D. C. (2016). Factores de riesgo asociados a Alergia Alimentaria: una revisión de estudios en niños y adolescentes. la facultad de ciencias quimicas, 2.
- Andes, C. U. (28 de 02 de 2022). Clinica Universitaria de los Andes. Obtenido de <https://www.clinicauandes.cl/noticia/colaciones-saludables-para-ninos>
- Artes Gráficas J. Martínez, S. (. (2017). EPIGENÉTICA Y ENFERMERÍA: “CUIDANDO DESDE UN ENFOQUE INTEGRAL”. Cantabria.
- BLASCO, L. S. (14 de 03 de 2011). COSAS de ARQUITECTOS. Obtenido de <https://www.cosasdearquitectos.com/2011/03/metodologia-proyectual-por-bruno-munari/#:~:text=El%20m%C3%A9todo%20proyectual%20consiste%20simplemente,resultado%20con%20el%20m%C3%A9todo%20de%20nimo%20de%20esfuerzo.>
- Bustos, H. M. (2000). EL MÉTODO FENOMENOLÓGICO: PRINCIPIOS, MOMENTOS Y REDUCCIONES. Revista Electrónica de Investigación Científica, Humanística y Tecnológica,, 51-60.
- CORREA, D. J. (2011). PROYECTO DE ACTUALIZACIÓN DE CONOCIMIENTOS LAPAROSCÓPICOS BÁSICOS AL PERSONAL MÉDICO DEL HOSPITAL GENERAL PROVINCIAL ISIDRO AYORA DE LOJA DURANTE EL PERIODO ABRIL – AGOSTO 2011 . Loja.
- Dr. Jose Zubeldia, D. M. (2021). Las alergias. En D. M. Dr. Jose Zubeldia, El libro de las enfermedades alergicas (págs. 19-20). San Nicolas: Ergon Creacion, S.A.
- Folgueiras Bertomeu, P. (30 de 05 de 2016). Diposit Digital. Obtenido de <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/99003>
- Foucault, M. (1978). Incorporacion del hospital en la tecnologia moderna. En Educación médica y salud (págs. 24-46).

- Foucault, M. (1978). Planificación de la enseñanza de la pediatría en la comunidad. En Educación médica y salud (págs. 47-53).
- Gabriel Chacón Orduz, A. M. (2017). Descripción del mercado de los snacks saludables en Colombia: Libre Empresa.
- García, I. E. (15 de 05 de 2008). LOS COMPONENTES DE LOS ALIMENTOS. México. Obtenido de http://uthh.edu.mx/file_manager/LAS_GRASAS_ING_ISRAEL ESTRADA.pdf
- GUERRERO, N. A. (22 de 02 de 2017). CONCEPTOS BÁSICOS DE NUTRICIÓN. Obtenido de https://www.uv.mx/personal/lbotello/files/2017/02/conceptos_basicos_de_nutricion-1.pdf
- Guillermo Campos y Covarrubias, N. E. (12). LA OBSERVACIÓN, UN MÉTODO PARA EL ESTUDIO DE LA REALIDAD. México.
- IEES. (s.f.). IEES. Obtenido de <https://www.iess.gob.ec/quienes-somos/>
- Jimbicti, C. M. (2013). "AUDITORÍA DE GESTIÓN AL HOSPITAL DEL DÍA LOJA IEES, PERÍODO 2011". LOJA.
- Larissa Hirsch, M. (13 de 01 de 2022). Kids Health. Obtenido de <https://kidshealth.org/es/kids/food-allergies.html>
- Larissa Hirsch, M. (05 de 01 de 2022). TEENS HEALTH. Obtenido de <https://kidshealth.org/es/teens/food-allergies.html>
- Lupano, C. E. (2013). Modificaciones de componentes de los alimentos: cambios químicos y bioquímicos por procesamiento y almacenamiento. Buenos Aires: Editorial de la Universidad de La Plata .
- M., D. S. (2018). alergia alimentaria. revista chilena de nutrición.
- MAGAZINE, O. (17 de 06 de 2022). OPENBOX MAGAZINE. Obtenido de <https://openboxmagazine.com/componentes-de-los-alimentos/>

- Martín, P. S. (2022). medico+. Obtenido de <https://medicoplus.com/pediatrica/tipos-pediatras>
- Millán, G. O. (2015). *Hermenéutica analógica, verdad y método*. Diánoia.
- Naranjo, J. (2005). La metodología de encuesta. En H. L. ROMO, *Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación* (págs. 1-2). Mexico.
- Nuñez, L. (2012). *Alimentación del niño sano*. Venezuela.
- Ortíz, L. M. (2013). Tipo de Alergias. *Revista Facultad de ciencias de la salud UDES*, 46-47-48.
- Rodas, D. A. (2017). PREVALENCIA DE ALERGIAS ALIMENTARIAS Y FACTORES DE RIESGO NUTRICIONALES EN NIÑOS (AS) DE 1 A 5 AÑOS DE LAS GUARDERIAS "MUNDO DE PAPEL" Y "TRAZOS Y COLORES" DE LA CIUDAD DE QUITO. Quito: Repositorio Digital PUCE.
- Sebastián Pizarro C.,). A. (2014). β -glucanos: ¿qué tipos existen y cuáles son sus beneficios en la salud? *revista chilena de nutricion*, 15-18.
- Sisalima, D. F. (2019-2020). StuDocu. Obtenido de <https://www.studocu.com/ec/document/universidad-nacional-de-loja/planificacion-estrategica/trabajo-grupal-mision-y-vision/8813444>
- Tucker, N. (1982). *Que es un niño*. Madrid: Ediciones Morata, S.A.
- Zavala, N. C. (2018). ALERGIAS ALIMENTARIAS EN RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS: UNA PROPUESTA DE REVISIÓN. Milagro, Ecuador: Biblioteca Paul Ponce Rivadeneria.

16. Anexos



**INSTITUTO TECNOLÓGICO
SUDAMERICANO**
Avanzar por el futuro

VICERRECTORADO ACADÉMICO

Loja, 13 de Julio del 2022
Of. N° 369 -VDIN-ISTS-2022

Sr.(ta), **ARMUJOS BENITEZ MARIA PAULA**
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE TECNOLOGÍA SUPERIOR EN GASTRONOMIA

Ciudad

De mi consideración:

Por medio de la presente me dirijo a ustedes para comunicarles que una vez revisado el anteproyecto de investigación de fin de carrera de su autoría titulado **DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS DEL ÁREA DE PEDIATRIA DEL CENTRO QUIRURGICO HOSPITAL DEL DÍA, LOJA 2022**, el mismo cumple con los lineamientos establecidos por la institución; por lo que se autoriza su realización y puesta en marcha, para lo cual se nombra como director de su proyecto de fin de carrera (e/la) Lic. SAUL ANDRES BOLAGAY LARREA.

Particular que le hago conocer para los fines pertinentes.

Atentamente,



Ing. Germán Patricio Villamarín Coronel Mgs.
VICERRECTOR DE DESARROLLO E INNOVACION DE ISTS



Matriz: Miguel Rlofrío 156-25 entre Sucre y Bolívar, Telfs: 07-2587258 / 07-2587210 Pagina Web:
www.tecnologicosudamericano.edu.ec

Loja, 21 de junio de 2022.

27-06-2022
Lic. P. Santivarez
dra. R. Ramirez
(13) (29) (27) (6)

Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social
C.C.A. HOSPITAL DEL DIA/CLINICA LUISA

Doctor
Rowland Astudillo
Roviana Snell Astudillo C.
DIRECTOR ADMINISTRATIVO

DIRECTOR DEL CENTRO CLÍNICO QUIRÚRGICO AMBULATORIO (HOSPITAL DEL DÍA)
Ciudad. -

Por medio del presente, me dirijo a usted con la finalidad de expresarle un cordial y respetuoso saludo, deseándole éxito en el desarrollo de sus delicadas funciones. Aprovecho la oportunidad para solicitarle de la manera más respetuosa se digne conceder su autorización a la **Srta. María Paula Armijos Benitez con Numero de Cedula 1105669277**, estudiante de la Tecnología superior de Gastronomía del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano; Para realizar su proyecto de investigación en el área de pediatría del Hospital Del Día. El tema del proyecto es "Desarrollo de una línea de colaciones saludables para mejorar la alimentación de niños con alergias alimentarias del área de pediatría del centro quirúrgico Hospital Del Día, Loja 2022".

El aporte del proyecto antes mencionado será de presentar propuestas que favorezcan a la alimentación de los pacientes con alergias alimentarias. El periodo de investigación está comprendido entre mayo a octubre de 2022, cabe destacar que se realizara encuestas por medios digitales a sus pacientes y población en general. previo consentimiento informado del paciente. Trabajo que lo realizará bajo la supervisión del **Lic. Saul Bolagay Larrea**, director de proceso de titulación.

Por la atención que se digne dar al presente, le expreso mi agradecimiento personal e institucional.

Atentamente,


GASTRONOMÍA
NACIONAL
COORDINACIÓN

Tigo: Carlos Valdivieso
N: 1001971827
N: 0979666653
COORDINADOR T.S. EN GASTRONOMÍA – ISTS

CCCA, HOSPITAL DEL DIA/CLINICA LUISA
RECIBIDO EN SECRETARIA
POR: *Jaukha Cordero*
FECHA: 21/06/2022
HORA: 11:28



Oficio No. 43721-1101-0073-FDO
Loja, 06 de octubre 2022

Tigo,
Carlos Valdivieso
COORDINADOR T.S. EN GASTRONOMÍA - ISTS
Presente.-

De mi consideración:

Reciba un cordial saludo de todos quienes formamos parte del Centro Clínico Quirúrgico Ambulatorio Hospital del Día Central Loja.

En referencia a Oficio S/N del 21 de junio 2022, mediante el cual suscribe (...) para solicitarle de la manera más respetuosa se digne conceder su autorización a la Srta. María Pauta Armijos Benítez con número de cédula 1105669277, estudiante de la Tecnología superior de Gastronomía del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano; para realizar su proyecto de investigación en el área de pediatría del Hospital del Día. El tema del proyecto es "Desarrollo de una línea de colaciones saludables para mejorar la alimentación de niños con alergias alimentarias del área pediátrica del Centro Quirúrgico Hospital del Día Loja.

Con este antecedente y en referente a nuestra unidad de salud está en desarrollo de fortalecer la Medicina Preventiva, considerándola como estrategia que implica promover estilos de vida saludables, siendo necesario identificar factores de riesgo que suelen estar asociadas a conductas del individuo modificables como es la alimentación y la intervención temprana en este propósito es una de las metas primordiales de la prevención.

Por lo antes mencionado es factible la realización de la investigación orientada a identificar en niños alimentos que produce trastornos alimentarios de tipo alérgico, que sumará con el desarrollo del programa de medicina preventiva.

Para la realización de esta solicitud se sugiere:

1. Revisión de la encuesta a utilizar para la recolección de datos, la misma debe contener preguntas puntuales y cortas y no ser mayor a 15 preguntas para evitar molestias al padre o madre del niño(a), la misma deberá aplicarse luego de la consulta previo consentimiento informado que constará al final de la encuesta con una firma como constancia.
2. La necesidad del apoyo de un especialista pediatra en la revisión de las encuestas, así como la orientación de la misma que puede ser 3 ocasiones al mes en un tiempo donde haya ausentismo de un paciente.
3. Luego de la aplicación socializar los resultados con los médicos generales, familiares y pediatras de nuestra institución.

Atentamente,

Instituto Ecuatoriano de Seguro Social
CCSA, HOSPITAL DEL DÍA CENTRAL LOJA

Dr. Rowland Speil Astudillo Cabrera
Director Administrativo
Centro Clínico Quirúrgico Ambulatorio Hospital del Día Central Loja

**Renovar para actuar,
actuar para servir**

www.iesg.gub.ec





Fecha: 6 de octubre de 2022

**Centro Clínico Quirúrgico Ambulatorio
Hospital del Día Central Loja
CERTIFICA**

QUE LA SEÑORITA MARÍA PAULA ARMIJOS BENITEZ, con cédula número 1105669277, estudiante de la carrera de gastronomía del INSTITUTO SUDAMERICANO, realizó las prácticas y degustación en el servicio de Materno-infantil del CENTRO CLÍNICO QUIRÚRGICO AMBULATORIO HOSPITAL DEL DÍA – CENTRAL LOJA, con el tema "DESARROLLO DE UNA LÍNEA DE COLACIONES SALUDABLES PARA MEJORAR LA ALIMENTACION DE NIÑOS CON ALERGIAS ALIMENTARIAS DEL AREA DE PEDIATRIA DEL CENTRO CLÍNICO QUIRÚRGICO AMBULATORIO HOSPITAL DEL DÍA- CENTRAL LOJA.

Es todo cuanto se puede certificar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente en lo que estime conveniente.

Atentamente:


 C.C.O.A. Hospital del Día Central Loja
 Magda del Pilar Candazo Solano
 MEDICINA ESPECIALISTA EN PEDIATRIA I
 C.I. 1103839413
 EMERGENCIAS: 1800 - 12 - 742028

Nombre, firma y sello de médico
 Centro Clínico Quirúrgico Hospital del Día Central Loja





Loja, 21 de octubre de 2022

El suscrito, Lic. Juan Pablo Quezada **DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS - CIS DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO "SUDAMERICANO"**, a petición de la parte interesada y en forma legal,

CERTIFICA:

Que el apartado **ABSTRACT** del Proyecto de Investigación de Fin de Carrera de la señorita **MARIA PAULA ARMIJOS BENITEZ** estudiante en proceso de titulación periodo Abril- Noviembre 2022 de la carrera de **GASTRONOMÍA**; está correctamente traducido, luego de haber ejecutado las correcciones emitidas por mí persona; por cuanto se autoriza la presentación dentro del empastado final previo a la disertación del proyecto.

Particular que comunico en honor a la verdad para los fines académicos pertinentes.

English is a piece of cake!

Checked by:
Juan Pablo Quezada P
J.P.Q.

Lic. Juan Pablo Quezada Rosales
DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS ISTS - CIS

Modelo de Encuesta

La finalidad de la siguiente encuesta, permitirá recolectar información importante dentro del área de gastronomía referentes a alimentos alérgicos en niños. De la manera más gentil se solicita responder con toda sinceridad.

ENCUESTA

- 1) ¿se ha realizado algún tipo de estudio respecto a las alergias alimentarias aplicados a usted o algún miembro de su familia?

SI NO

- 2) Seleccione las reacciones o síntomas que ha padecido después de consumir un alimento

Sarpullido

Hinchazón

Mareos

Vómitos

Problemas de respiración

otros _____

- 3) De los siguientes alimentos seleccione los dos más importantes para un niño

Leche <input type="checkbox"/>	Maní <input type="checkbox"/>
Frutos secos <input type="checkbox"/>	Huevo <input type="checkbox"/>
Trigo <input type="checkbox"/>	Colorantes <input type="checkbox"/>
Soja <input type="checkbox"/>	Otros: _____

- 4) ¿Cada cuánto visita a un especialista de alergias?

1 vez al mes

1 vez cada 4 meses

2 veces al año

Nunca

- 5) Para su alimentación entre comidas prefiere:

.....Llevar un refrigerio preparado en casa

.....Comprar en alguna tienda o bar

.....No comer entre comidas

6) Si usted tiene o tendría un hijo, le prepararía refrigerios para enviarle a la escuela

Siempre

A veces

Nunca

7) De los siguientes alimentos cuál considera es de más agrado para niños

Espinaca

Rúcula

Sardina

Quinoa

Pavo

Leche de almendras

Garbanzo

Pavo

8) De las siguientes opciones usted cual considera una ayuda para los niños

Guía Alimentaria

Productos Realizados

Productos Preelaborados

9) ¿Cómo calificaría la factibilidad de acceso a una guía alimentaria para niños con alergias alimentarias dentro del medio sin costo alguno?

Excelente

Bueno

Malo

10) ¿De las siguientes opciones cual considera mejor para adquirir fácilmente la información

Físico

Digital

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Modelo de entrevista

- 1) ¿Considera usted como profesional que las alergias alimentarias perjudican a los niños en su desarrollo diario?
- 2) ¿Desde su punto de experiencia en nuestro entorno considera que existe una gran cantidad de niños con alergias alimentarias?
- 3) ¿Desde su punto de vista profesional cree conveniente buscar alimentos alternos para niños con alergias alimentarias?
- 4) ¿Con su experiencia laboral y postura considera apropiado realizar alimentos alternativos que permitan el consumo de niños y pueda obtener los minerales y nutrientes, que no pueden consumir por sus alergias?

Respuestas de las entrevistas

Las entrevistas fueron realizadas a personas con conocimiento al tema y además que trabajen en el medio de la salud y en el área gastronómica. Las personas que fueron tomadas en cuenta para esta encuesta son: Nut. Mario coronel, Ing. Salome Martínez, Ped. Magda Tandazo, esta última no me emite una respuesta para realizar la entrevista.

NUT. MARIO CORONEL

Durante la entrevista realizada se pudo observar que el nutriólogo es una persona amable, educada y con gran conocimiento en el tema indicado respecto al proyecto que se está realizando.

1)¿Considera usted como profesional que las alergias alimentarias perjudican a los niños en su desarrollo diario?

Al existir una intolerancia o una alergia alimentaria lógicamente eso restringe el consumo de ciertos alimentos y la absorción de ciertos nutrientes, porque, existe una inflamación a nivel gastrointestinal.

2) ¿Desde su punto de experiencia en nuestro entorno considera que existe una gran cantidad de niños con alergias alimentarias?

En nuestra ciudad, en nuestro país las intolerancias y las alergias alimentarias, hay más a la lactosa, es decir, al azúcar de la leche, intolerancia y alergias al chocolate, a la carne de cerdo. Últimamente más por moda que por necesidad la intolerancia al gluten y de hecho muchas empresas están nombrando con alergia, pero no es así.

3) ¿Desde su punto de vista profesional cree conveniente buscar alimentos alternos para niños con alergias alimentarias?

Si, puesto que, al haber intolerancia, alergia alimentaria se restringe mucho el consumo de ciertos productos o alimentos, ya que, en el mercado no se encuentra alimentos de esta índole que vayan enfocado hacia este sector.

4) ¿Con su experiencia laboral y postura considera apropiado realizar alimentos alternativos que permitan el consumo de niños y pueda obtener los minerales y nutrientes, que no pueden consumir por sus alergias?

En este caso se tendría que trabajar con alimentos hipoalergénicos pero también con una adición de vitaminas, puesto que en el proceso de producción los alimentos van a perder algo de los nutrientes normales que tiene, como alternativas adicionales que ya existen ya en el mercado, si se podrían generar, otras alternativas

alimenticias, pero los alimentos que se hagan no van a cubrir todos los requerimientos que tiene el niño, siempre tiene que basarse en una alimentación mucho más equilibrada, pero como opciones que se puedan encontrar en el mercado sí.

ING. SALOME MARTÍNEZ

La Lcda., Ing. En alimentos fue de gran ayuda en esta entrevista, ya que, ayudo contestando todas y aportando cierta información de ayuda para elaborar los alimentos.

1 ¿Considera usted como profesional que las alergias alimentarias perjudican a los niños en su desarrollo diario?

No, pero en cambio si los priva de consumir ciertos alimentos, aparte la población que tiene alergias alimentarias congénitas, es decir, que nacen con esas alergias son super alto en Loja y Ecuador, pero las alergias alimentarias tienen un porcentaje más bajo, sin embargo si existen muchos niños y adolescentes que tienen este tipo de alergia, si bien es cierto no va comprometer a su desarrollo físico es decir que no van a crecer como debería, sin embargo les priva de consumir algunos alimento que pueden ser importantes como el trigo, el maní que tienen algunos compuestos importantes para el desarrollo.

2 ¿Desde su punto de experiencia en nuestro entorno considera que existe una gran cantidad de niños con alergias alimentarias?

Las más comunes según tengo entendido son las alergias ambientales, sin embargo, existe un porcentaje de niños con alergia alimentarias, pero no conozco si es alto o bajo.

3 ¿Desde su punto de vista profesional cree conveniente buscar alimentos alternos para niños con alergias alimentarias?

Claro que sí, bueno ya sabemos que los principales alergenos son la soja, la leche, los huevos, mariscos, el maní, colorante, frutos secos en general son los principales alergenos. Y si pudiéramos realizar varios productos que remplacen esos alimentos sería ideal. Por qué, lamentablemente por la falta de tiempo los papas no tienen el tiempo por decirlo así para estar haciendo alimentos específicos para ello, es más conveniente que exista productos que ya estén elaborados

4 ¿Con su experiencia laboral y postura considera apropiado realizar alimentos alternativos que permitan el consumo de niños y pueda obtener los minerales y nutrientes, que no pueden consumir por sus alergias?

Si, considero que es una buena opción y sobre todo una forma de facilitar el consumo de alimentos saludables para los niños y los padres, al final cuando hacemos un producto dirigido a niños, el cliente real es el papa porque es el que va comprar, si embarco considero necesario el producto atractivo, no solo tiene que ser nutricionalmente completo, si no que sea bonito que al niño le llame la atención, que sea rico.

Calificación	CODIGOS									
	SdS	BaC	BdS	BeS	BeC	BeM	BpA	BaA	BsP	BaC
Me gusta mucho										
Me gusta poco										
No me gusta ni me disgusta										
Me disgusta poco										
Me disgusta mucho										

Calificación	CODIGOS								
	GbC	GeM	GnR	CvF	Cc	NaG	MsC	Gap	GbS
Me gusta mucho									
Me gusta poco									
No me gusta ni me disgusta									
Me disgusta poco									
Me disgusta mucho									

Observaciones

Fotografias



