

Formula Licuada Casera

(Reimpresión con permiso de Exceptional Parent Magazine/ Febrero 2006)

**Por Marsha Dunn Klein MEd., OTR/L, Ellen Duperret, RD
y Jude Trautein, RD**

Muchas familias que nutren a sus hijos por medio de tubos o sondas alimenticios están preguntando si pueden poner comida "de verdad" en el tubo. ¿Pueden hacer comida hecha en casa para usar con o en lugar de la fórmula comercial? Estas familias quieren *nutrir* a sus hijos que tienen tubos alimenticios con comidas como lo hacen con sus hijos que comen oralmente. Muchos padres de familia están proveyendo con éxito algún tipo de fórmula licuada casera por tubo diariamente.

¿Que es fórmula licuada casera?

Fórmula licuada casera es comida especialmente preparada para el niño que recibe nutrición por tubo o sonda alimenticio. Puede ser una combinación de fórmula y alimentos hechos puré, o solo una mezcla de alimentos en puré en una receta especialmente diseñada para el crecimiento y necesidades nutricionales del niño individual. El término "casero" nos recuerda el amoroso esfuerzo paternal involucrado en la preparación de la fórmula

¿Porque fórmula licuada casera?

Los padres de familia nos dicen que disfrutan de la relación establecida al alimentar a sus bebés. Esos momentos de intimidad a veces se pierden en los aspectos técnicos de dar a comer a los niños con tubo o sonda. Muchos padres de familia se están esforzando por recobrar esa relación. Alimentan a sus otros hijos con comida preparada con amor y quieren proveer la misma preparación amorosa para sus hijos alimentados por tubo.

Los resultados de investigaciones indican que para una nutrición óptima todos nos beneficiamos de una dieta variada. Una fórmula comercial satisface las necesidades de energía y nutrientes del niño, pero su uso a largo plazo no provee variedad dietética.

Las familias que han introducido algún tipo de fórmula licuada casera frecuentemente describen resultados muy positivos. El aumento de fibra ofrecido en la fórmula licuada casera permite a muchos niños una mejora en la evacuación de intestinos. Los padres de familia describen mejoras en

crecimiento, mejoras en tolerancia de volumen, y mejoras en interés en probar comidas oralmente. Los padres que provén esta comida casera disfrutan de ayudar a tomar las decisiones sobre la variedad dietética y nutricional de sus hijos.

¿Que tan complicado es?

Hacer la fórmula licuada casera puede ser sencillo o complicado dependiendo de la familia. Fórmula casera puede ser tan sencillo como agregar uno o dos onzas de papilla para infantes a la fórmula comercial, o puede ser tan laborioso como licuar todo un guisado con todos los platillos acompañantes. Algunas familias son felices usando papillas infantiles comerciales una o dos veces al día con fórmula, mientras otras eliminan la fórmula comercial completamente. Es la elección de la familia, y depende de cuanto tiempo y esfuerzo quieran los padres darle al proceso aunado a la salud y tolerancia del niño.

Busque apoyo

Todo niño necesita monitoreo regular de crecimiento y nutrición adecuado. Un niño que recibe alimentación por tubo necesita el apoyo de una nutricionista registrada y de un médico de cuidado primario. Muchas nutricionistas y médicos sin embargo tienen poca experiencia con la fórmula licuada casera y no tienen aun un buen nivel de confianza pues la fórmula comercial se ha convertido en el estándar. En todo el país son los padres de familia los que le están preguntando a sus equipos de especialistas, ¿porque no? Juntos padres y equipos médicos están aprendiendo acerca de la fórmula licuada casera y descubriendo resultados muy positivos.

Cosas a considerar

Cuando están considerando la fórmula licuada casera, los padres de familia se guían por conocimientos que obtienen al dar de comer a niños alimentados oralmente. Comiencen por lo que saben acerca de niños alimentados oralmente o por boca.

Los niños toman pecho o fórmula y lentamente hacen una transición a papillas/purés y comidas de mesa.

Llevar acabo la transición a cualquier tipo de comida casera debe ser un proceso lento, observando cuidadosamente la tolerancia y el crecimiento del niño. No les damos a los niños que comen oralmente fórmula o pecho un día y al siguiente les cambiamos la dieta totalmente a sólidos, ni debemos cambiar a los niños alimentados por tubo de golpe a la fórmula licuada casera.

A los niños se les presenta una comida nueva a la vez para descartar alergias y confirmar tolerancia.

El éxito de la fórmula licuada casera depende de la presentación gradual de alimentos, uno a la vez con por lo menos 3-5 días de prueba antes de añadir otro alimento nuevo.

A los niños que comen por la boca generalmente primero se les presenta cereales fortificados, luego papillas de verduras y frutas. Con buena tolerancia y aumento de interés, la dieta se va expandiendo.

Las elecciones de alimentos en la fórmula licuada casera tienden a seguir las mismas reglas. Según los niños van creciendo se les puede ofrecer frijoles, papas, carnes y una variedad de otros alimentos que los niños que comen oralmente pueden comer.

Los niños que comen oralmente tienen algún control sobre el tamaño de sus comidas.

Los padres de familia deben observar cuidadosamente a sus hijos para dar volúmenes que no causen incomodidad.

Cuando se ofrecen comidas por tubo, los padres pueden estar pendientes de señas de que el niño está lleno. Sobrellenar estómagos pequeños o dar comida demasiado rápido puede resultar en asco, náuseas, o vómito.

La presentación de alimentos cambia para bebés alimentados por boca según mejoran sus habilidades. Progresan de tomar pecho o biberón al vaso, a comidas de mano, cucharas, tenedores, y popotes o pajitas.

El método de presentación para la fórmula licuada casera es más complicado. La fórmula licuada casera idealmente es ofrecida por jeringa en un "bolo alimenticio" a la hora de una "comida". Las mezclas de la fórmula licuada casera tienden a ser demasiado espesas para fluir por un goteo de gravedad o un sistema de bomba alimenticia. Además es riesgoso colgar alimentos en puré en una bolsa a temperatura de medio ambiente durante las varias horas que pueden ser necesarias para la alimentación por goteo.

Los alimentos para todos los niños deben ser preparados bajo condiciones sanitarias para evitar contaminación de los alimentos.

La fórmula licuada casera también debe ser preparada cuidadosamente para asegurar la seguridad de la comida. Lavarse las manos y lavar las superficies donde se preparan los alimentos es de la mayor importancia con la fórmula licuada casera.

Empezando

Las familias generalmente empiezan por añadir pequeñas cantidades de papilla comercial a la fórmula de sus hijos en un bolo alimenticio, una vez al día. Esto puede cambiar con tiempo para añadir variedad o aumentar el volumen de la comida. Mas tarde, cuando la familia quiere hacer purés de comidas caseras, se requiere una licuadora de uso industrial, como el Vita-mix, para completamente licuar el alimento. Después de que se hayan introducido una variedad de alimentos, la fórmula puede ser reemplazada por purés. En este momento se necesita la ayuda de una nutricionista registrada para asegurar que se están llenando los requerimientos nutricionales y energéticos del niño.

La fórmula licuada casera puede ser usada con éxito para permitir a los niños alimentados por tubo crecer y prosperar. No es la respuesta para todos los niños y familias, pero para aquellos que les emociona la posibilidad, nuestra esperanza es inspirarlos a entablar la plática con el equipo de salud de su hijo.

Recursos/Fuentes de Información

Nutrition Focus (September/October 2004, Vol. 19, No. 5)

Traducción por/Translated by: Karina K. Budd, M.S., OTR/L