



United States Department of Agriculture

Food and Nutrition Service



Guía del Instructor

Herramientas para el instructor del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos:

Alimentación para Bebés

Tabla de contenido

Descripción del proyecto	5
Meta de la capacitación	6
Audiencia	6
Entorno de la capacitación	6
Duración de la capacitación	6
Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés	7
Guía del instructor	7
Diapositivas de la presentación	8
Prueba preliminar y prueba posterior	8
Evaluación final	9
Videos	10
Juegos digitales interactivos	11
Formato de la lección	11
Sesiones de capacitación sugeridas	13
Sesión de 1 hora	14
Sesión de 2 horas	16
Sesión de 3 horas	17
Sesión de 4 horas	18

Tabla de contenido (continuación)

Contenido de la capacitación	20
Lección 1: Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP	20
Lección 2: Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno	37
Lección 3: Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil	48
Lección 4: Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil	60
Lección 5: Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil	74
Lección 6: Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso	86
Lección 7: Disposición madurativa para comer alimentos sólidos	99
Lección 8: Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos	109
Lección 9: Alimentos acreditables para bebés: parte 1	120
Lección 10: Alimentos acreditables para bebés: parte 2	135
Apéndice A: Juegos digitales interactivos	149
Línea de Comida para Bebés	150
Show de Juego: Alimentación para Bebés	152
Apéndice B: Banco de preguntas para las pruebas	156
Apéndice C: Evaluación final de 10 preguntas	168
Índice	173
Reconocimientos	176

Introducción

Descripción del proyecto

El Servicio de Alimentos y Nutrición (FNS, por sus siglas en inglés) administra los programas de asistencia nutricional del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés). La misión de FNS es trabajar con aliados para brindar educación sobre alimentos y nutrición a las personas necesitadas de manera que inspire la confianza del público y apoye la agricultura de los Estados Unidos. Entre estos programas se encuentra el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, por sus siglas en inglés). El CACFP brinda ayuda a instituciones de cuidado infantil y de adultos y a hogares de cuidado diurno para proveer alimentos nutritivos que contribuyan al bienestar, crecimiento y desarrollo de los niños pequeños, así como a la salud y el bienestar de los adultos mayores y de personas con discapacidad crónica.

El kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* se desarrolló a partir de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para ayudar a los instructores en la capacitación sobre el patrón de comidas para bebés del CACFP.

El kit contiene lo siguiente:

- › Esta guía del instructor
- › Presentaciones con diapositivas y notas al instructor
- › Prueba preliminar y prueba posterior para cada lección en la capacitación
- › Videos
- › Juegos digitales interactivos
- › Evaluación final de 10 preguntas
- › Banco de preguntas para las pruebas

Todos los recursos para la capacitación cuentan con versiones en inglés y en español. Puede encontrar el kit completo de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* en la unidad de memoria “USB” o <https://teamnnutrition.usda.gov>.

Nota: Todos los participantes de la capacitación necesitarán la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Todos los materiales de Team Nutrition, incluyendo esta guía, están disponibles para descargar gratuitamente y en versión impresa para todos los operadores del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos. Las agencias estatales, organizaciones patrocinadoras y otros operadores del CACFP pueden solicitar gratuitamente copias impresas mientras estén disponibles. Para ayuda con pedidos grandes de la guía impresas, favor escriba a TeamNutrition@usda.gov.

Meta de la capacitación

La meta del currículo de capacitación de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* es doble:

1. Aumentar el conocimiento de los participantes sobre los requisitos de los patrones de comidas para bebés del CACFP y cómo el patrón de comidas para bebés apoya el crecimiento y el desarrollo de los bebés durante su primer año de vida; y
2. Comunicar las buenas prácticas para alimentar a los bebés.

Audiencia

La audiencia de este kit de capacitación son los instructores que trabajan en agencias estatales, organizaciones patrocinadoras y en centros de cuidado infantil independientes que proveen capacitación para operadores del CACFP. Los operadores del CACFP que tienen bebés matriculados en su centro u hogar familiar de cuidado infantil o que planifican matricular bebés.

Entorno de la capacitación

Se anticipa que la capacitación se llevará a cabo en un salón de clases con acceso a un sistema de proyección para mostrar las diapositivas de la presentación y los videos y juegos digitales interactivos. El número de participantes puede variar de un grupo pequeño de 8 a un grupo grande de 50 personas. Lo ideal sería que el lugar de capacitación tenga mesas redondas para facilitar el debate de los participantes durante las actividades grupales.

Duración de la capacitación

El currículo incluye 10 lecciones. En promedio, cada lección tiene de 20 a 25 minutos de enseñanza. Este tiempo no incluye la prueba preliminar y prueba posterior opcionales. Si se toman las pruebas, esto le añadirá de 4 a 6 minutos por lección. Los temas por lección incluyen:

- › Lección 1: *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP*
- › Lección 2: *Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno*
- › Lección 3: *Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil*
- › Lección 4: *Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil*
- › Lección 5: *Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil*

- › Lección 6: *Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso*
- › Lección 7: *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*
- › Lección 8: *Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos*
- › Lección 9: *Alimentos acreditables para bebés: parte 1*
- › Lección 10: *Alimentos acreditables para bebés: parte 2*

Nota: El tiempo de capacitación estimado es de 5 horas para las 10 lecciones. Si usted no tiene suficiente tiempo para cubrir todas las lecciones en una sesión de capacitación, consulte la página 13 para obtener información sobre las sugerencias de las lecciones que usted desea cubrir para sesiones de capacitación de 1, 2, 3, y 4 horas.

Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés

El kit para el instructor incluye esta guía del instructor, 10 presentaciones en “PowerPoint”, 5 videos, 2 juegos digitales interactivos, una prueba final de 10 preguntas y un banco de preguntas para las pruebas. Todos los recursos de capacitación están disponibles en inglés y en español.

Todos los materiales del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* están disponibles en la unidad de memoria “USB” que viene con la guía del instructor o se pueden acceder en el sitio web de USDA Team Nutrition, en <https://teammnutrition.usda.gov>.

Guía del instructor

La guía del instructor está diseñada para acomodarse a diversos estilos de enseñanza y de capacitación y le permite al instructor adaptar las actividades que mejor se ajustan al entorno de capacitación, las necesidades de los participantes y su estilo de capacitación.

Cada lección de esta guía del instructor incluye diapositivas diseñadas para ayudarle a llevar a los participantes a un debate e indicarle los puntos claves que debe cubrir en cada tema. Hay 5 videos que se pueden usar para reforzar la enseñanza y 2 juegos digitales interactivos que se pueden utilizar como actividades de revisión al final de la capacitación. Cada digital interactivo se presenta en un formato de juego en el cual los participantes obtienen puntos por las respuestas correctas.

Se recomienda que usted revise los requisitos de la lección y el contenido de cada lección antes de una sesión de capacitación, ajustando su preparación según su nivel de conocimiento y experiencia de capacitación. Preste mucha atención a los pasos que debe seguir para prepararse y para hacer cada sesión única. Tome notas o escriba comentarios en los márgenes de la guía del instructor o en la sección de Notas al final de cada lección o en una copia impresa de las diapositivas en “PowerPoint” para ayudarlo a presentar el material fácilmente.



Diapositivas de la presentación

Cada lección está acompañada por diapositivas y notas en “PowerPoint”. La información en el panel de notas de cada diapositiva es la misma información que aparece en cada lección más adelante en esta guía del instructor.

Nota: Las diapositivas tienen información específica del patrón de comidas para bebés del CACFP para todos los estados y territorios participantes. Por favor, evite modificar las diapositivas. Si desea incluir información específica del estado en su capacitación, por favor, añada diapositivas en blanco a la presentación. La diapositiva añadida no debe tener ni el nombre ni el logo del USDA. Si modifica una diapositiva existente, por favor, elimine el nombre y el logo del USDA de esa diapositiva.



Prueba preliminar y prueba posterior

Cada lección incluye una prueba preliminar y una prueba posterior. Las preguntas son las mismas en la prueba preliminar y la prueba posterior. Las preguntas y respuestas aparecen al final de cada lección en esta Guía del instructor y en el Apéndice B. La presentación en “PowerPoint” de cada lección incluye una diapositiva para cada pregunta de la prueba preliminar y la prueba posterior.

Usted tiene opciones para usar la prueba asociada a cada lección.

- › Use la prueba preliminar y prueba posterior como una evaluación formal del aprendizaje de los participantes.
 - ›› Al comienzo de la lección, entregue a los participantes una copia impresa de la pre prueba y pídeles que respondan cada pregunta. Recoja las pruebas terminadas.
 - ›› Al final de la lección, entregue a los participantes una copia impresa de la post prueba y pídeles que respondan cada pregunta. Recoja las pruebas terminadas.

- › Presente las preguntas de la pre prueba como una autoevaluación informal.
 - » Usando las diapositivas, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la contestación.
 - » Diga a los participantes que las respuestas a las preguntas se darán al final de la lección con las diapositivas de la post prueba.



Evaluación final

Si lleva a cabo las 10 lecciones, puede usar la evaluación final de 10 preguntas que se puede imprimir y se encuentra en la memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés*. También, la puede acceder en la página de Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>. Las preguntas y respuestas se encuentran en el Apéndice C.

Si lleva a cabo solo algunas de las lecciones, puede crear su propia evaluación final eligiendo preguntas de las que se encuentran en el Apéndice B (banco de preguntas de evaluación) o de la versión del documento en “Word” del banco de preguntas de evaluación que se encuentra en la memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés*. También, lo puede acceder en la página de Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Videos

Hay varias opciones para reproducir los videos. (1) Los videos están integrados a las presentaciones de “PowerPoint”. Puede usar el “mouse” para seleccionar el video con la diapositiva para comenzar el video. (2) Puede reproducir el video desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor. O, (3) Si tiene conexión a internet, puede reproducir el video directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teammnutrition.usda.gov>.

- › *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*
 - » El tiempo de ejecución es de 3 minutos y 17 segundos.
 - » Use este video con la lección 1.
 - » El video describe cómo las comidas y las meriendas/“snacks” del CACFP apoyan el crecimiento y desarrollo infantil.
- › *Identificar señales de hambre y saciedad*
 - » El tiempo de ejecución es de 2 minutos y 56 segundos.
 - » Use este video con la lección 2.
 - » El video ayuda a los proveedores de cuidado infantil a aprender a identificar y responder a las señales de hambre y de saciedad.
- › *Apoyando a las madres lactantes en un sitio de cuidado infantil*
 - » El tiempo de ejecución es de 3 minutos y 2 segundos.
 - » Use este video con la lección 3.
 - » El video tiene sugerencias para crear un entorno que apoya la lactancia materna, buenas prácticas a seguir para etiquetar y transportar la leche materna al cuidado infantil y presenta *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí! una guía para la madres* como un recurso para las madres que amamantan.
- › *Manejo y almacenamiento de la leche materna y fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil*
 - » El tiempo de ejecución es de 3 minutos y 2 segundos.
 - » Use este video con la lección 4.
 - » El video describe las buenas prácticas para manejar y almacenar la leche materna y la fórmula infantil en un cuidado infantil.
- › *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*
 - » El tiempo de ejecución es de 2 minutos y 19 segundos
 - » Use este video con la lección 7.
 - » El video ayuda a los proveedores de cuidado infantil a identificar cuándo un bebé está listo según su desarrollo para los alimentos sólidos.



Juegos digitales interactivos

Cada juego se describe a continuación. Para más información sobre los juegos y cómo jugar, consulte el Apéndice A. Hay varias opciones para iniciar los juegos digitales interactivos: (1) Si no tiene acceso al internet, puede iniciar el juego desde la memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés*. O, (2) Si tiene acceso al internet en su lugar de capacitación, puede iniciar el juego desde la diapositiva o desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Nota: Los juegos digitales interactivos se pueden jugar como una actividad grupal durante la sesión de capacitación y como una actividad de seguimiento para que los participantes verifiquen sus conocimientos después de la capacitación.

Línea de Comida para Bebés

En este juego, los participantes crean comidas y meriendas/ “snacks” para bebés que son reembolsables en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos. El juego se puede jugar de manera individual o grupal (en equipos).

El juego se puede usar como una actividad de repaso después de la Lección 1: *Descripción general del patrón de comidas para bebés del CACFP*.

Línea de Comida
para Bebés

Show de Juego: Alimentación para Bebés

Este es un juego para el final de la capacitación en el cual los participantes responden las preguntas para revisar la información presentada en todas las lecciones. Hay 15 preguntas organizadas en 5 categorías en un tablero de juego. Dos de las preguntas están indicadas como “Bebé Bono” y valen el doble de los puntos. El juego se puede jugar de manera individual o grupal (en equipos). Este juego funciona mejor con dos equipos.

SHOW DE JUEGO:
Alimentación para Bebés

Formato de la lección

Cada lección incluye las mismas secciones y está diseñada para ayudarlo a ver rápidamente la información que necesita.

- › Objetivos de aprendizaje
- › Descripción de la lección
- › Materiales y equipo
- › Contenido de la lección
- › Preguntas de prueba

Nota al instructor

Las secciones etiquetadas **Nota al instructor** brindan sugerencias sobre cómo presentar el contenido y las opciones para las actividades que ofrecen una aplicación práctica de los puntos clave del aprendizaje. Una **Nota al instructor** puede tener información adicional y/o recursos relacionados con el contenido.

Íconos

Los siguientes íconos se usan en toda la guía



Indica que una diapositiva de la presentación está asociada con el contenido.



Indica que un video está asociado con el contenido.



Indica que una actividad está asociada con el contenido.



Indica que una pre prueba o post prueba está asociada con el contenido.

Materiales y equipo

Se necesita una computadora y un proyector para proyectar la presentación en “PowerPoint” y para presentar los videos y los juegos digitales interactivos durante la sesión de capacitación. También necesitará lo siguiente para una sesión de capacitación:

- › Archivo de presentación en “PowerPoint” para cada lección
- › Archivos de los videos (si aplica a la lección)
- › Archivos de los juegos digitales interactivos (si aplica a las lecciones presentadas)
- › Copias de la prueba preliminar de la lección
- › Copias de la prueba posterior de la lección
- › Lápices
- › Papel de presentación grande (opcional)
- › Marcadores (opcional)

Materiales y equipo (continuación)

- › Guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* (una por participante)
- › Si lleva a cabo la lección 3, el kit *¡Bebés Lactados Bienvenidos Aquí!* (uno por participante)

Nota: Esta capacitación incluye temas de interés cubiertos en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. La capacitación no incluye toda la información que se encuentra en la guía. Durante la capacitación, usted les pedirá a los participantes que identifiquen varios apéndices, hojas y tablas dentro de la guía. Esto ayudará a los participantes a familiarizarse con este recurso.

Nota: Todos los materiales de Team Nutrition, incluyendo esta guía, están disponibles para descargar gratuitamente y en versión impresa para todos los operadores del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos. Las agencias estatales, organizaciones patrocinadoras y otros operadores del CACFP pueden solicitar gratuitamente copias impresas mientras estén disponibles. Para ayuda con pedidos grandes de la guía impresa, favor escriba a TeamNutrition@usda.gov.

Materiales suplementarios

Es posible que el instructor necesite proveer materiales adicionales para las actividades de los participantes con el fin de reforzar la capacitación y el aprendizaje. Los materiales suplementarios son opcionales, pero se sugieren los siguientes:

- › Varios tipos de biberones, etiquetados con y sin el nombre completo del bebé y la fecha (lecciones 4 y 5)
- › Varios tipos de envases de fórmula infantil o etiquetas nutricionales (lección 5)
- › Varias cajas de cereales listos para comer o etiquetas de información nutricional (lección 10)
- › Varios envases de yogur vacíos o etiquetas de información nutricional (lección 10)

Nota: Al comienzo de cada lección, en la página 20 se puede encontrar una lista de materiales de capacitación, incluidos los materiales suplementarios.

Sesiones de capacitación sugeridas

Las lecciones se pueden presentar de manera individual o se pueden combinar para crear una sesión de capacitación de 1, 2, 3, o 4 horas. Si se presentan las 10 lecciones, el tiempo de capacitación estimado es de 5 horas. Aunque no hay un orden estipulado para presentar las lecciones, se recomienda que las lecciones se agrupen de forma lógica según la progresión cronológica de un niño o la similitud de los temas.

Si usted no tiene 5 horas para una capacitación, a continuación, se sugieren combinaciones de lecciones para una sesión de capacitación de 1, 2, 3, y 4 horas.

Nota: Puede personalizar una sesión de capacitación seleccionando las lecciones que llenen las necesidades del participante. Antes de la fecha de capacitación, pregunte a los participantes sobre su conocimiento actual del patrón de comidas para bebés del CACFP. Usted puede desarrollar su capacitación basado en sus respuestas.

Sesión de 1 hora

CAPACITACIÓN SUGERIDA	LECCIÓN SUGERIDAS
<p>Opción de capacitación 1 Tema: disposición madurativa y señales del bebé cuando tiene hambre o está lleno</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 2: <i>Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno</i></p> <p>Lección 7: <i>Disposición madurativa para comer alimentos sólidos</i></p>
<p>Opción de capacitación 2 Tema: comunicación con los padres sobre si el bebé está listo para los alimentos sólidos y cómo introducir el vaso</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 6: <i>Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso</i></p> <p>Lección 7: <i>Disposición madurativa para comer alimentos sólidos</i></p>
<p>Opción de capacitación 3 Tema: modificación de las texturas de los alimentos según el desarrollo de los bebés para los alimentos sólidos</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 7: <i>Disposición madurativa para comer alimentos sólidos</i></p> <p>Lección 8: <i>Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos</i></p>
<p>Opción de capacitación 4 Tema: apoyar a las familias de bebés amamantados en un sitio de cuidado infantil</p>	<p>Lección 2: <i>Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno</i></p> <p>Lección 3: <i>Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p>

<p>Opción de capacitación 5</p> <p>Tema: alimentación de los bebés con leche materna y fórmula</p>	<p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 5: <i>Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 6: <i>Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso</i></p>
<p>Opción de capacitación 6</p> <p>Tema: almacenamiento y manejo de leche materna y fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 5: <i>Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</i></p>
<p>Opción de capacitación 7</p> <p>Tema: alimentos acreditables y no acreditables en el CACFP</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 9: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 1</i></p> <p>Lección 10: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 2</i></p>
<p>Opción de capacitación 8</p> <p>Tema: alimentos acreditables y no acreditables en el CACFP y modificación de las texturas de los alimentos.</p>	<p>Lección 8: <i>Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos</i></p> <p>Lección 9: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 1</i></p> <p>Lección 10: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 2</i></p>



Sesión de 2 horas

CAPACITACIÓN SUGERIDA	LECCIÓN SUGERIDAS
<p>Opción de capacitación 1 Tema: alimentación y almacenamiento de leche materna/fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 2: <i>Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno</i></p> <p>Lección 3: <i>Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 5: <i>Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</i></p>
<p>Opción de capacitación 2 Tema: invitar a las familias de bebé amantados a un sitio de cuidado infantil</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 2: <i>Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno</i></p> <p>Lección 3: <i>Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p>
<p>Opción de capacitación 3 Tema: introducción y alimentación con alimentos sólidos</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 2: <i>Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno</i></p> <p>Lección 7: <i>Disposición madurativa para comer alimentos sólidos</i></p> <p>Lección 8: <i>Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos</i></p> <p>Lección 9: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 1</i></p> <p>Lección 10: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 2</i></p>

<p>Opción de capacitación 4 Tema: preparación de alimentos sólidos</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 7: <i>Disposición madurativa para comer alimentos sólidos</i></p> <p>Lección 8: <i>Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos</i></p> <p>Lección 9: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 1</i></p> <p>Lección 10: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 2</i></p>
<p>Opción de capacitación 5 Tema: manejo preparación de leche materna y fórmula infantil y cómo introducir el vaso</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 5: <i>Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 6: <i>Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso</i></p>

 **Sesión de 3 horas**

CAPACITACIÓN SUGERIDA	LECCIÓN SUGERIDAS
<p>Opción de capacitación 1 Tema: alimentación para bebés con leche materna y fórmula infantil</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 2: <i>Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno</i></p> <p>Lección 3: <i>Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 5: <i>Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 6: <i>Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso</i></p>



Sesión de 4 horas

CAPACITACIÓN SUGERIDA	LECCIÓN SUGERIDAS
<p>Opción de capacitación 1</p> <p>Tema: comidas y meriendas/“snacks” reembolsables para bebés en el CACFP</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 2: <i>Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno</i></p> <p>Lección 3: <i>Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 5: <i>Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 7: <i>Disposición madurativa para comer alimentos sólidos</i></p> <p>Lección 9: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 1</i></p> <p>Lección 10: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 2</i></p>
<p>Opción de capacitación 2</p> <p>Tema: manejo y preparación de leche materna, fórmula infantil y alimentos sólidos</p>	<p>Lección 1: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP</i></p> <p>Juego digital interactivo: <i>Línea de Comida para Bebés</i></p> <p>Lección 4: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 5: <i>Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</i></p> <p>Lección 6: <i>Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso</i></p> <p>Lección 8: <i>Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos</i></p> <p>Lección 9: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 1</i></p> <p>Lección 10: <i>Alimentos acreditables para bebés: parte 2</i></p>

Nota: El juego digital interactivo, *Show de Juego: Alimentación para Bebés* se puede jugar durante cualquier combinación de lecciones, pero puede que las preguntas que se plantean no se hayan cubierto durante la capacitación. No obstante, jugar puede ser una oportunidad para que los participantes se familiaricen con la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* motivándolos a encontrar las respuestas a las preguntas en la guía. Jugar el *Show de Juego: Alimentación para Bebés* añadirá 30 minutos a una sesión de capacitación. Vea el Apéndice A para más información sobre cómo jugar el juego.

Lección 1:

Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP

Lección 1:

Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP

La información de esta lección viene del Capítulo 1: *Ofrecer a los bebés un comienzo saludable con el CACFP* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección le brinda a los participantes información sobre el patrón de comidas para bebés en el CACFP.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Describir cómo los hábitos alimentarios de un bebé coinciden con el patrón de comidas para bebés del CACFP.

Descripción de la lección

La lección de *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP* toma aproximadamente 22 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y la prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 28 minutos. El juego, la *Línea de Comida para Bebés* añadirá aproximadamente 20 minutos al tiempo total de la capacitación.



TEMA	 TIEMPO REQUERIDO
Introducción <ul style="list-style-type: none"> › Bienvenida y presentación del instructor › Agenda 	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	3 minutos
Guía de Alimentación para bebés en el CACFP <ul style="list-style-type: none"> › Video: <i>Descripción general del patrón de comidas para bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos</i> › Guía de Alimentación para Bebés en el CACFP <ul style="list-style-type: none"> » La iniciativa Team Nutrition » Vocabulario útil 	5 minutos
Patrón de comidas para bebés en el CACFP <ul style="list-style-type: none"> › Grupos de edad de los bebés › Componentes alimenticios <ul style="list-style-type: none"> » Componente alimenticio » Tamaños de porciones » Desayuno » Almuerzo/Cena » Merienda/“Snack” » Horario de comidas y meriendas/“snacks” › Componente alimenticio provisto por los padres 	11 minutos
Comunicación con los padres <ul style="list-style-type: none"> » Mensajes digeribles sobre la nutrición 	2 minutos
Resumen	2 minutos
Línea de Comida para Bebés (opcional)	20 minutos
Prueba posterior (si aplica)	3 minutos
TIEMPO TOTAL	48 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”:
Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP
- › Video: *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*
- › Archivo del juego digital interactivo:
Línea de Comida para Bebés (opcional)
- › Lápices
- › Papel de presentación y trípode o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP*
- › Post prueba de *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP*

Nota al instructor:

Acceda a los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en <https://teammnutrition.usda.gov>.

Contenido de la lección

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán sobre el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos o el CACFP, por sus siglas en inglés, el patrón de comidas para bebés y algunos recursos que pueden usar para iniciar conversaciones con los padres sobre los hábitos alimentarios y el desarrollo de su bebé.



DIAPPOSITIVA 1



DIAPPOSITIVA 2

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPOSITIVA 3



DIAPOSITIVA 4



DIAPOSITIVA 5



FORMULARIO



Guía de Alimentación para Bebés en el CACFP

Descripción general del patrón de comidas para bebés en el Programa de Alimentos para Niños y Adultos

Ahora, veremos un video corto que describe cómo las comidas y meriendas/“snacks” del CACFP apoyan el crecimiento y desarrollo del bebé.

Nota al instructor: El video: *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* está integrado en la diapositiva de “PowerPoint”. El tiempo de ejecución es de 3 minutos y 17 segundos.

Hay varias opciones para reproducir los videos:

1. Puede usar el “mouse” para seleccionar del video en la diapositiva o presione “Enter” en su teclado para comenzar el video.
2. Puede reproducir el video desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor. O,
3. Si tiene conexión a internet, puede reproducir el video directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Nota al instructor: Después de reproducir el video resuma la información presentada o haga las siguientes preguntas a los participantes. Puede realizar esta actividad como un debate grupal o dividir a los participantes en grupos más pequeños o en parejas.

- › ¿Qué es el patrón de comidas para bebés del CACFP?
 - » El Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, conocido como el CACFP (por sus siglas en inglés) es una excelente manera de ayudar a garantizar que los bebés que usted cuida reciban la nutrición que necesitan para su crecimiento y desarrollo.
 - » El programa provee una buena nutrición—crucial para el crecimiento y el desarrollo que se produce durante el primer año de vida de un bebé—y brinda oportunidades para introducir hábitos alimentarios saludables.
 - » Todos los participantes del CACFP deben cumplir con el patrón de comidas para bebés del CACFP y comunicarse con los padres sobre los tipos de alimentos que el bebé come en la casa.
- › ¿Cuáles son las tres maneras principales (presentadas en el video) en las que el patrón de comidas para bebés del CACFP le permite ofrecer comidas de manera que apoye el desarrollo del bebé?



VIDEO 3:17



ACTIVIDAD

- » Alimentar a los bebés con alimentos sólidos cuando están listos según su desarrollo.
- » Alimentar a los bebés cuando muestran señales de hambre y dejar de alimentarlos cuando muestran señales de saciedad.
- » Aún puede recibir un reembolso por las comidas, cuando la madre provea la leche materna extraída o venga a amamantar al bebé en el sitio de cuidado infantil, siempre que usted proporcione todos los otros componentes alimenticios cuando el bebé esté listo según su desarrollo.

Guía de Alimentación para Bebés en el CACFP

La guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* es un recurso para comprender el patrón de comidas para bebés en el CACFP. Cada bebé a su cuidado tiene sus propias habilidades alimentarias. Esto se debe a que los bebés crecen y se desarrollan a diferentes ritmos. La guía tiene información sobre cómo ofrecer comidas que son reembolsables en el CACFP.

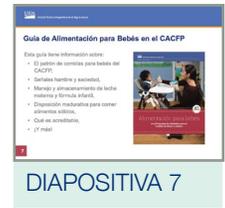
También encontrará en la guía, recursos que puede usar para iniciar una conversación con los padres. Esto le ayudará a aprender sobre los hábitos alimentarios de los bebés para que usted sepa cuándo darle determinados alimentos a un bebé y qué alimentos evitar. Los bebés reciben el mejor cuidado cuando usted habla con los padres regularmente y trabajan juntos como un equipo.

La iniciativa Team Nutrition

La iniciativa Team Nutrition apoya al Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos al:

- › Brindar capacitación y asistencia técnica a los profesionales del servicio de alimentos,
- › Facilitar recursos técnicos que apoyan entornos saludables en escuelas y sitios de cuidado infantil, y
- › Desarrollar recursos de educación nutricional que ayudan a los niños a aprender sobre la agricultura y a tomar decisiones informadas sobre los alimentos.

Para apoyar el crecimiento y desarrollo de los bebés a su cuidado, siga el patrón de comidas para bebés del CACFP para preparar y servir comidas nutritivas.



DIAPPOSITIVA 7



DIAPPOSITIVA 8

Vocabulario útil

Nota al instructor: Diga a los participantes que hay algunas palabras que tienen que saber. Pídales que elijan la definición que crean que mejor parece con cada palabra. Para revelar la respuesta para cada palabra (comenzando en la parte superior de la lista), haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.

Nota al instructor: Después de parear todas las palabras, invite a los participantes a pasar a la sección de Vocabulario útil en la página 1 de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Dé la definición y explicación de cada palabra.

Respuestas:

- › **Alimentación a demanda:** Alimentar a un bebé cuando da señales de tener hambre.
- › **Alimentación responsiva:** Entender cuándo un bebé tiene hambre o está lleno y responder a estas señales. Al igual que con la alimentación a demanda, usted alimenta al bebé cuando el bebé tiene hambre y deja que el bebé pare de comer cuando está lleno. Esto le da al bebé el control sobre cuánto come durante una comida y ayuda al bebé a aprender cuándo tiene hambre y a detenerse cuando está lleno.
- › **Alimentos sólidos:** Otro alimentos que no sean leche materna ni fórmula infantil y que brindan nutrientes al bebé.
- › **Comidas reembolsables:** Comida o merienda/“snack” del CACFP que cumple con los requisitos del patrón de comidas. Una comida o merienda es reembolsable siempre que se ofrezcan al bebé todos los componentes alimenticios requeridos durante el transcurso del día.
- › **Componentes alimenticios:** Nombre de un grupo de alimentos en una comida reembolsable del CACFP. Cada comida y merienda bajo el patrón de comidas para bebés está compuesta por **componentes alimenticios**, tales como la leche materna o la fórmula, y los vegetales y las frutas.
 - ›› **Los vegetales y las frutas** se consideran como **un componente alimenticio** en el patrón de comidas para bebés.
- › **Disposición madurativa:** Cuando un bebé puede controlar los músculos necesarios para comer alimentos sólidos. Un bebé está “listo según su desarrollo” para comer alimentos sólidos cuando puede abrir la boca cuando la comida se acerca o trata de alcanzar la comida, se sienta en una silla para bebés con un buen control de la cabeza y usa la lengua para mover alimentos de la cuchara a la boca.



DIPOSITIVA 9



ACTIVIDAD

Patrón de comidas para bebés del CACFP

Grupos de edad de los bebés

El patrón de comidas para bebés del CACFP refleja cómo crecen y se desarrollan los bebés y cuándo están listos en general, para comer alimentos sólidos. Hay dos grupos de edad de los bebés bajo el patrón de comidas para bebés. Estos son desde el nacimiento hasta los 5 meses y desde los 6 meses hasta los 11 meses.



DIAPOSITIVA 10

Componentes alimenticios

Nota al instructor: Diga a los participantes que consulten la Tabla 3: *Patrón de comidas para bebés del CACFP con componentes alimenticios* en la página 15 en la guía *Alimentación para Bebés el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.



DIAPOSITIVA 11

Explique el concepto de componente alimenticio en el patrón de comidas para bebés y resuma los componentes alimenticios y el tamaño de porciones para cada grupo de edad que aparece en la diapositiva.

Nota al instructor: Si incluye la Lección 7: *Disposición madurativa bebé para comer alimentos sólidos* en la sesión de capacitación, diga a los participantes que hablará sobre la disposición madurativa del bebé en la lección de *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*.

Componente alimenticio

- › Bajo el patrón de comidas para bebés, cada comida o merienda/“snack” está compuesta por **componentes alimenticios**, tales como la leche materna o fórmula infantil y vegetales y frutas.
 - » **Los vegetales y las frutas se consideran como un componente alimenticio** en el patrón de comida para bebés.

Tamaño de porción

- › El patrón de comidas para bebés tiene los tamaños de porción en las cantidades mínimas para la leche materna, fórmula infantil y alimentos sólidos como un **rango de números**, en lugar de un número específico.



DIAPOSITIVA 12

POR EJEMPLO: En el caso de los vegetales y de las frutas, el tamaño de porción para bebés de 6 a 11 meses es de 0 a 2 cucharadas. Esto se debe a que los bebés tal vez no estén listos según su desarrollo para alimentos sólidos o para todos los componentes a los 6 meses exactamente y es posible que los bebés que estén comenzando a comer alimentos sólidos no coman mucho.

- › Un bebé que aún no ha comenzado a comer alimentos sólidos podría recibir un tamaño de porción de 0 cucharadas. Un bebé que está empezando a comer un alimento se le puede servir 1 cucharada. Un bebé que ha recibido comida varias veces podría recibir las 2 cucharadas llenas. En todos estos casos, las comidas podrán ser reembolsables.
- › Es posible que los bebés que recién comienzan a comer alimentos sólidos no consuman todos los componentes alimenticios requeridos en las comidas y meriendas. El bebé **no tiene que comer toda la cantidad servida** para que la comida sea reembolsada.

Desayuno

En algunos casos, puede ofrecer varios alimentos para satisfacer el componente alimenticio; estos se indican mediante el uso de la palabra “o” después de cada componente en la tabla.

Por ejemplo, bajo el título del componente de Granos/Carne/Sustituto de Carne, puede ofrecer:

- › 0–4 cucharadas de cereal para bebés, carne, pescado, aves, huevos enteros, frijoles o guisantes secos y cocidos; o
- › 0–2 onzas de queso; o
- › 0–4 onzas de requesón; o
- › 0–4 onzas de yogur

Almuerzo/Cena

¿Cuáles son los componentes alimenticios para un almuerzo o cena para un bebé de 6 a 11 meses de edad?

Igual que en el desayuno, estos son: la leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro; cereal infantil y/o carne o sustituto de carne; y vegetales y frutas o ambos. Los tamaños de porciones también son los mismos.

Merienda/“Snack”

¿Cuáles son los componentes alimenticios para la merienda?

Estos son la leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro; granos y vegetales y frutas, o ambos. Esto es diferente al desayuno, almuerzo y cena. La carne/sustituto de carne no es una opción para la merienda.

Solo en la merienda/“snack”, se pueden ofrecer determinados granos, como el pan o productos similares al pan, incluyendo panqueques y tiras de tortilla; galletas “crackers”; y cereales de desayuno listos para comer que cumplen con el límite de azúcar del CACFP.

Componente	6 a 8 meses	9 a 11 meses
Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro	4 a 6 oz. de leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro	4 a 6 oz. de leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro
Granos/Carne/Sustituto de Carne	1 a 2 cucharadas de cereal para bebés, carne, pescado, aves, huevos enteros, frijoles o guisantes secos y cocidos	1 a 2 cucharadas de cereal para bebés, carne, pescado, aves, huevos enteros, frijoles o guisantes secos y cocidos
Vegetales y frutas	1 a 2 cucharadas de vegetales y frutas	1 a 2 cucharadas de vegetales y frutas

DIAPPOSITIVA 13

Componente	6 a 8 meses	9 a 11 meses
Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro	4 a 6 oz. de leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro	4 a 6 oz. de leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro
Granos/Carne/Sustituto de Carne	1 a 2 cucharadas de cereal para bebés, carne, pescado, aves, huevos enteros, frijoles o guisantes secos y cocidos	1 a 2 cucharadas de cereal para bebés, carne, pescado, aves, huevos enteros, frijoles o guisantes secos y cocidos
Vegetales y frutas	1 a 2 cucharadas de vegetales y frutas	1 a 2 cucharadas de vegetales y frutas

DIAPPOSITIVA 14

Componente	6 a 8 meses	9 a 11 meses
Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro	4 a 6 oz. de leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro	4 a 6 oz. de leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro
Granos	1 a 2 cucharadas de cereal para bebés, pan, panqueques, tiras de tortilla, galletas “crackers”, cereales de desayuno listos para comer	1 a 2 cucharadas de cereal para bebés, pan, panqueques, tiras de tortilla, galletas “crackers”, cereales de desayuno listos para comer
Vegetales y frutas	1 a 2 cucharadas de vegetales y frutas	1 a 2 cucharadas de vegetales y frutas

DIAPPOSITIVA 15

Horario de las comidas y meriendas/“snacks”

Recuerde el “Vocabulario útil” en la diapositiva anterior, la alimentación responsiva es “entender cuándo un bebé tiene hambre o está lleno y responder a esas señales”.

Una comida o merienda es reembolsable siempre que se ofrezcan al bebé todos los componentes alimenticios y las cantidades requeridas durante el transcurso del día mientras el bebé está bajo su cuidado.

Por lo tanto, si el bebé no tiene hambre a la hora del desayuno a las 9 a.m. pero tiene hambre a las 10:15 a.m. y se le da un desayuno reembolsable, usted aún puede reclamar esa comida como un desayuno.

Componentes alimenticios que los padres proveen

Los padres pueden traer **un componente alimenticio** para su bebé que puede contar hacia una comida o merienda reembolsable en el CACFP. Para que la comida o la merienda sea reembolsable, el proveedor de cuidado infantil debe ofrecer al bebé todos los otros componentes alimenticios.

Para los bebés que comen alimentos sólidos, hay dos opciones para reclamar el reembolso:

1. Si el padre provee la leche materna o una fórmula infantil acreditable para el bebé, el sitio de cuidado infantil debe proveer todos los componentes alimenticios sólidos para que la comida sea reembolsable. Recuerde, si el padre trae la fórmula para su niño, debe ser una fórmula fortificada con hierro acreditable en el CACFP para que la comida o merienda/“snack” sea reembolsable.
2. Si el padre provee un componente alimenticio sólido para el bebé, el sitio de cuidado infantil debe proveer una fórmula infantil fortificada con hierro acreditable y todos los demás componentes alimenticios sólidos para que la comida o merienda sea reembolsable.

Comunicación con los padres

Desarrollar relaciones positivas con los padres es crucial para brindar el mejor cuidado posible al bebé. La comunicación frecuente es una forma de fomentar esta relación. La guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* tiene varias herramientas que puede usar para iniciar una conversación.



DIAPPOSITIVA 16



DIAPPOSITIVA 17



DIAPPOSITIVA 18

Hay varias hojas informativas en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Como una buena práctica, usted puede usar estas hojas para comunicarse con los padres sobre una variedad de temas, tales como hábitos alimentarios de un bebé y señales de desarrollo para los alimentos sólidos.

Nota al instructor: Pida a los participantes que consulten la página con las Hojas Informativas y Tablas que se encuentra al principio de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Todas las hojas para padres tienen un título que comienza con “Para padres” de manera que sea fácil de identificar las hojas que los proveedores de cuidado infantil pueden compartir con los padres.

Nota al instructor: Diga a los participantes que las hojas informativas también están disponibles para descargar de manera gratuita en el sitio web del USDA Team Nutrition en <https://teammnutrition.usda.gov>.

Mensajes digeribles sobre la nutrición

Como un proveedor de cuidado infantil ocupado, usted quiere asegurarse de que envía el mismo mensaje a los padres. Se pueden usar mensajes cortos de nutrición para motivar a los padres con información fácil de entender. Algunas formas de conectarse con los padres son las páginas de redes sociales, “tweets”, correos electrónicos, tableros de anuncios, folletos u otros sistemas de comunicación de su sitio de cuidado infantil.

Nota al instructor: Pida a los participantes que pasen a la página 136 del Capítulo 12: *Colaboración con las familias* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para ver algunos ejemplos de mensajes digeribles sobre la nutrición que pueden usar.

Resumen

Nota al instructor: Repase los puntos claves presentados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › El patrón de comidas para bebés del CACFP provee una buena nutrición—fundamental para el crecimiento y desarrollo que se produce durante el primer año de vida de un bebé—y brinda oportunidades para introducir hábitos alimentarios saludables.



DIAPPOSITIVA 19



DIAPPOSITIVA 20

- › Todos los operadores participantes del CACFP deben cumplir con el patrón de comidas para bebés del CACFP y comunicarse con los padres con respecto a los tipos de alimentos que el bebé ha comido en la casa.
- › Cada comida y merienda bajo el patrón de comidas para bebés está compuesta por **componentes alimenticios**, tales como la leche materna o la fórmula y vegetales y frutas.
- › El patrón de comidas para bebés tiene los **tamaños de porciones** en las cantidades mínimas para la leche materna, fórmula infantil y alimentos sólidos como un **rango de números**, en vez de un número específico.
- › Puede ofrecer a un bebé comida fuera de los horarios de comida regulares y aún así recibir un reembolso por la comida—siempre que ofrezca al bebé todos los componentes alimenticios durante el día.
 - ›› El bebé no tiene que comer toda la cantidad servida para que la comida sea reembolsada.
- › Ofrezca alimentos sólidos cuando el padre le diga que su bebé está listo según su desarrollo y que come alimentos sólidos en la casa.
- › Busque maneras creativas de comunicarse con los padres sobre su bebé.
 - ›› Puede utilizar las herramientas en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*: Hojas y mensajes digeribles sobre la nutrición.
 - ›› Las hojas, **Para padres** están disponibles para descargar de manera gratuita en el sitio web del USDA Team Nutrition en <https://teamn nutrition.usda.gov>.

Línea de Comida para Bebés

Nota al instructor: Ahora puede jugar el juego digital interactivo, *Línea de Comidas para Bebés*.

- › Puede usar el “mouse” para seleccionar el juego en la diapositiva o puede presionar “Enter” en su teclado para comenzar el juego.
- › Puede jugar el juego desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor. Abra el archivo del juego, *Línea de Comidas para Bebés*. Haga un clic doble en el archivo “Juegue Línea de Comidas para Bebés”.



DIAPOSITIVA 21



ACTIVIDAD

- › Si tiene conexión a internet, puede jugar el juego directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teammnutrition.usda.gov>.
- › Si no va a jugar, use el “mouse” para seleccionar cualquier parte de la pantalla fuera de la imagen del juego. Esto avanzará la diapositiva a la primera pregunta de la prueba posterior.

Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - ›› Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - ›› Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 22



DIAPPOSITIVA 23



DIAPPOSITIVA 24



FORMULARIO

Lección 1

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de la prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

1 Cierto o falso: La alimentación responsiva significa que usted alimenta a un bebé cuando muestra señales de tener hambre y deja de alimentarlo cuando muestra señales de estar lleno.

- a. **Cierto**
- b. Falso

2 Un padre trae puré de zanahoria orgánica para el almuerzo de su bebé de 6 meses de edad. El bebé come alimentos de todos los componentes alimenticios.

Como proveedor de cuidado infantil, ¿qué alimentos debe ofrecer al bebé para reclamar el reembolso del almuerzo?

- a. Fórmula fortificada con hierro
- b. Galletas “crackers”
- c. Cereal infantil seco fortificado con hierro y/o carne/sustitutos de carne
- d. **a y c**

3

Sí o no: Una madre amamanta a su bebé de 3 meses antes de traerlo al sitio de cuidado infantil. El bebé está dormido cuando llega y sigue durmiendo hasta las 10 a.m. Usted no tuvo oportunidad de ofrecerle el desayuno porque el bebé estaba dormido. A las 10:15 a.m. muestra señales de hambre. ¿Puede reclamar la comida del desayuno si le ofrece al bebé 4-6 onzas líquidas de leche materna a las 10:15 a.m.?

- a. **Sí**
- b. No

Si el bebé muestra señales de que tiene hambre cuando se despierta a las 10 a.m., ofrézcale el desayuno que le habría ofrecido esa mañana. Los bebés no comen en un horario fijo, por lo cual alimentarlos cuando tienen hambre está bien. Siempre que ofrezca leche materna o fórmula infantil cuando el bebé muestre señales de que tiene hambre, puede reclamar el reembolso por la comida del desayuno.

Lección 2:

**Identificar y responder a las señales del bebé
cuando tiene hambre y cuando está lleno**

Lección 2:

Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno

La información de esta lección viene del Capítulo 1: *Ofrecer a los bebés un comienzo saludable con el CACFP en la guía de Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección les brinda a los participantes información para reconocer cuándo un bebe tiene hambre o está lleno.

Objetivos de aprendizaje

- › Al final de esta lección, los participantes podrán:
 - » Reconocer cuando un bebé tiene hambre o cuando está lleno.

Descripción de la lección

La lección de *Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno* toma aproximadamente 20 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 25 minutos.



TEMA	TIEMPO REQUERIDO
Introducción	
<ul style="list-style-type: none"> › Bienvenida y presentación del instructor › Agenda 	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	3 minutos
Alimentación responsiva	1 minuto
¿Cómo sé cuándo un bebé tiene hambre o está lleno?	
<ul style="list-style-type: none"> › Video: <i>Identificar señales de hambre y saciedad</i> › ¿Cómo sé cuándo un bebé tiene hambre? › ¿Cómo sé cuándo un bebé está lleno? 	11 minutos
Comunicación con los padres	
<ul style="list-style-type: none"> › Escenario › Hoja informativa, <i>Para padres: ¿Tiene un bebé lactante? ¡Cuéntenos!</i> 	3 minutos
Resumen	2 minutos
Prueba posterior (si aplica)	3 minutos
TIEMPO TOTAL	25 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno*
- › Video: *Identificar señales de hambre y saciedad*
- › Lápices
- › Papel de presentación y trípode o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno*
- › Post prueba de *Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno*

Nota al instructor:

Acceda a los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Contenido de la lección

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán sobre las señales de hambre y saciedad de un bebé y las maneras de comunicarse con los padres sobre los hábitos alimentarios de su bebé.

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPOSITIVA 1



DIAPOSITIVA 2



DIAPOSITIVA 3



DIAPOSITIVA 4



DIAPOSITIVA 5



FORMULARIO

Alimentación responsiva

Nota al instructor: Este tema se discutió brevemente en la Lección 1: *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP*. Describa la alimentación responsiva.

La alimentación responsiva o alimentación “a demanda” significa alimentar a un bebé cuando muestra señales de tener hambre y dejar de alimentar al bebé cuando muestra señales de estar satisfecho. Los bebés se sienten comprendidos cuando usted responde rápidamente a sus señales de hambre y saciedad.

Si un bebé muestra señales de tener hambre, prepare la leche materna, la fórmula infantil o los alimentos sólidos para alimentarlo. Alimente al bebé y deje que el bebé pare de comer cuando esté lleno. Esto le da al bebé el control sobre cuánto come durante una comida. También ayuda al bebé a aprender a comer cuando tiene hambre y a dejar de comer cuando está lleno. Más adelante en la vida, esta será una habilidad importante para el niño. En general, los bebés comen suficientes alimentos para crecer y desarrollarse cuando siguen esta práctica de alimentación.

¿Cómo sé cuándo un bebé tiene hambre o está lleno?

Nota al instructor: El video: *Identificar señales de hambre y saciedad* está integrado en la diapositiva de “PowerPoint”. El tiempo de ejecución es de 2 minutos y 56 segundos.

Hay varias opciones para reproducir los videos:

1. Puede usar el “mouse” para seleccionar del video en la diapositiva o presione “Enter” en su teclado para comenzar el video.
2. Puede reproducir el video desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor. O,
3. Si tiene conexión a internet, puede reproducir el video directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Nota al instructor: Después de reproducir el video, avance a la siguiente diapositiva.



DIAPPOSITIVA 6



DIAPPOSITIVA 7



VIDEO 2:56

Nota al instructor: Para “probar” la habilidad del participante para reconocer las señales de hambre y saciedad, haga un clic en cada una de las imágenes del bebé en la diapositiva. Para cada imagen, pregunte a los participantes si el bebé tiene hambre o si está lleno. Deje que respondan antes de dar la respuesta.



DIAPOSITIVA 8

Respuestas:

- › Bebé 1: hambre
- › Bebé 2: lleno
- › Bebé 3: lleno
- › Bebé 4: hambre
- › Bebé 5: hambre

¿Cómo sé si un bebé tiene hambre?

Nota al instructor: Diga a los participantes que consulten la Tabla 1: *¿Cómo sé si un bebé tiene hambre?* en la página 8 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* y use las imágenes para repasar las señales de hambre.



DIAPOSITIVA 9

Nota al instructor: Repase las señales que indican hambre.

Un bebé puede mostrar una señal o una combinación de señales.

- › Señales de que un bebé tiene hambre:
 - » Se emociona al ver la comida
 - » Realiza el reflejo de búsqueda. Cuando un objeto toca la boca, los labios, las mejillas o la barbilla de un bebé, este gira la cabeza hacia el objeto y abre su boca.
 - » Hace ruido y movimiento de succión o se chupa los labios, las manos, los dedos de las manos o los pies, los juguetes o la ropa
 - » Mueve la cabeza hacia la cuchara o intenta llevarse la comida hacia la boca
 - » Trata de alcanzar la comida o la señala
 - » Abre y cierra la boca
 - » Llora. Esta es una señal tardía de hambre.

Nota al instructor: Repase el concepto de que el llanto es una señal tardía de hambre.

- › Muchas personas piensan que un bebé llora cuando tiene hambre.
 - › El llanto es una señal tardía de hambre.
 - › El llanto puede significar otras cosas además de hambre:
 - › El deseo de que lo carguen
 - › Necesita un pañal nuevo
 - › Tiene dolor por gases
 - › Tiene otras fuentes de dolor o malestar
- › En lugar de esperar a que un bebé llore, busque otras señales tempranas de que el bebé tiene hambre.

¿Cómo sé si un bebé está lleno?

Nota al instructor: Diga a los participantes que consulten la Tabla 2: *¿Cómo sé si un bebé está lleno?* en la página 9 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* y use las imágenes para repasar las señales de saciedad.



Nota al instructor: Repase las señales que indican saciedad.

- › Señales de que un bebé está lleno:
 - › Chupa menos o más lento durante la alimentación
 - › Mueve la cabeza en dirección opuesta a usted
 - › Se duerme
 - › Empuja la comida
 - › Junta los labios
 - › Mira a su alrededor y no presta atención

Por lo general, verá más de una de estas señales juntas. Cuando vea más de una señal, puede ser el momento de detener la alimentación. Esto le da control al bebé sobre cuánto come durante una comida.

Comunicación con los padres

Nota al instructor: Presente el escenario y pregunte a los participantes qué harían en esta situación. Puede realizar esta actividad en grupos pequeños o en parejas. Diga a los participantes que tienen 1 o 2 minutos para analizar el escenario después de que usted lo lea en voz alta. Después de 1 o 2 minutos, pida a los participantes que compartan sus ideas.



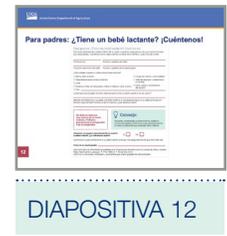
ESCENARIO: La bebé Talía tiene 2 meses y es nueva en su hogar familiar de cuidado infantil. Ella bebe leche materna. Usted desea conocer a la bebé Talía y cuáles son sus hábitos alimentarios a lo largo del día. También quiere saber cómo darse cuenta cuando la bebé Talía tiene hambre y cuánta leche suele tomar en un día. ¿Qué puede hacer?

Hoja informativa, Para padres: ¿Tiene un bebé lactante? ¡Cuéntenos!

Nota al instructor: Diga a los participantes que consulten la hoja *Para padres: ¿Tiene un bebé lactante? ¡Cuéntenos!* en la página 26 de la guía *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.

- › Los padres de la bebé Talía pueden compartir información en la hoja, por ejemplo, cómo saben cuándo Talía tiene hambre y cuánta leche suele tomar durante cada alimentación.
- › También esta hoja le permite a la mamá de la bebé Talía saber que hay un espacio donde puede amamantar a su bebé en el sitio de cuidado infantil.
- › Incluye un recordatorio para etiquetar los biberones de leche materna con el **nombre completo** de la bebé Talía y la fecha en la cual la mamá se **extrajo la leche materna** para almacenarla de manera segura.

Nota al instructor: Las regulaciones de licenciamiento de cuidado infantil de su estado o los códigos locales de salud pueden tener diferentes requisitos para etiquetar los biberones. Mencione esto aquí. El manejo y almacenamiento adecuados de la leche materna, incluido el etiquetar los biberones se cubrirán en la Lección 4: *Manejo y almacenamiento de leche materna en el sitio de cuidado infantil*.



DIAPPOSITIVA 12

Resumen

Nota al instructor: Repase los puntos claves presentados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › Alimentación responsiva significa que usted alimenta a un bebé a demanda.
 - ›› Alimente al bebé cuando tiene hambre y deje que el bebé pare de comer cuando está lleno.
 - ›› Esto le da control al bebé sobre cuánto come durante una comida y ayuda al bebé a aprender cuando tiene hambre y a dejar de comer cuando está lleno.
- › Los bebés muestran una variedad de señales de que tienen hambre y están llenos. Un bebé puede mostrar una señal o una combinación de señales.
- › El llanto es una señal tardía de hambre.
- › Use la hoja para padres para iniciar una conversación:
 - ›› *Para padres: ¿Tiene un bebé lactante? ¡Cuéntenos!*

Nota al instructor: Diga a los participantes que las hojas informativas también están disponibles para descargar de manera gratuita en el sitio web del USDA Team Nutrition en <https://teammnutrition.usda.gov>.

Prueba posterior

- › **Nota al instructor:** Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.
- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - ›› Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas, distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - ›› Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 13



DIAPPOSITIVA 14



DIAPPOSITIVA 15



DIAPPOSITIVA 16



FORMULARIO

Lección 2

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

1 Cierto o falso: El llanto es una de las primeras señales de que un bebé tiene hambre.

a. Cierto

b. Falso

2 Todas estas imágenes muestran a un bebé que da una señal de tener hambre, excepto (marque una con un círculo):



Hace movimiento de succión



Abre la boca cuando se acerca al biberón



Chupa lentamente o deja de chupar



Realiza el reflejo de búsqueda

3 Todas estas imágenes muestran a un bebé que da una señal de estar lleno, excepto (marque una con un círculo):



Empuja la comida



Mueve la cabeza en dirección opuesta a usted



Realiza el reflejo de búsqueda



Junta los labios

Lección 3:

**Crear un entorno que apoya la lactancia
en un sitio de cuidado infantil**

Lección 3:

Crear un entorno que apoya la lactancia en un sitio de cuidado infantil

La información de esta lección viene del Capítulo 2: *Alimentar a bebés lactantes* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección describe los beneficios de amamantar y sugiere formas en las cuales los operadores del CACFP pueden apoyar a las madres que amamantan.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Describir los beneficios de la lactancia materna para los bebés, las madres y sus familias.
- › Enumerar por lo menos tres maneras de apoyar a las madres que amamantan.

Descripción de la lección

La lección de *Crear un entorno que apoya la lactancia en un sitio de cuidado infantil* toma aproximadamente 20 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 25 minutos.



TEMA	 TIEMPO REQUERIDO
Introducción <ul style="list-style-type: none"> › Bienvenida y presentación del instructor › Agenda 	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	2 minutos
¿Por qué apoyar la lactancia materna? <ul style="list-style-type: none"> › El CACFP apoya a las familias que amamantan 	2 minutos
Crear un entorno que apoya la lactancia <ul style="list-style-type: none"> › Video: <i>Apoyando a madres lactantes en un sitio de cuidado infantil</i> › Un entorno que apoya la lactancia 	14 minutos
Comunicación con los padres	1 minuto
Resumen	2 minutos
Prueba posterior (si aplica)	2 minutos
TIEMPO TOTAL	25 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Crear un entorno que apoya la lactancia en un sitio de cuidado infantil*
- › Video: *Apoyando a madres lactantes en un sitio de cuidado infantil*
- › Lápices
- › Papel de presentación y trípode o pizarra blanca y marcadores (opcional)
- › Guía de *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!*
- › Cartel y gráfico de *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!*

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Crear un entorno que apoya la lactancia en un sitio de cuidado infantil*
- › Post prueba de *Crear un entorno que apoya la lactancia en un sitio de cuidado infantil*

Nota al instructor:

Acceda a los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en

<https://teammnutrition.usda.gov>

Nota al instructor: La guía para madres, el cartel y el gráfico de *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* están disponibles para descargar gratuitamente y en versión impresa para todos los operadores participantes del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos. Las agencias estatales, organizaciones patrocinadoras y otros operadores del CACFP pueden solicitar gratuitamente copias impresas mientras estén disponibles. Para ayuda con pedidos grandes, favor escriba a TeamNutrition@usda.gov. Considere ordenar copias de estos materiales para distribuir a los participantes o tener una copia disponible para que los participantes puedan verla en la capacitación.

Contenidos de la lección

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán cuáles son los beneficios de la lactancia materna para los bebés, las madres y sus familias, así como las formas de apoyar a las madres que amamantan en su sitio de cuidado infantil.



DIAPOSITIVA 1

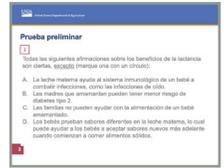


DIAPOSITIVA 2

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay dos diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que la respuesta a cada pregunta se dará durante la lección y que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 3



DIAPPOSITIVA 4



FORMULARIO

¿Por qué apoyar la lactancia?

La leche materna es la mejor fuente de nutrición para los bebés. Es el único alimento que necesitan los bebés sanos durante los primeros 6 meses de vida. La leche materna es fácil de digerir y ayuda a mantener a los bebés saludables al reforzar su sistema inmunológico.

- › La leche materna ayuda al sistema inmunológico de un bebé a combatir infecciones.
- › Las madres que amamantan pueden tener menor riesgo de diabetes tipo 2.

La leche de una madre está hecha para su bebé y tiene la cantidad necesaria de nutrientes. A medida que el bebé crece y cambia, la leche materna también cambia. Esto ayuda al bebé a obtener los nutrientes que necesita para mantenerse saludable y para crecer.

- › Los bebés prueban sabores diferentes en la leche materna, lo cual puede ayudar a los bebés a aceptar sabores nuevos más adelante cuando comienzan a comer alimentos sólidos.

La leche materna sigue siendo importante para los bebés incluso después de que comienzan a comer alimentos sólidos. Si una madre decide darle leche materna a su bebé, avísele que puede amantar en su sitio de cuidado infantil.



DIAPPOSITIVA 5

Estos son solo algunos de los beneficios de la lactancia materna. ¡Hay más! Consulte la Tabla 4: *Los beneficios de la lactancia para los bebés, las madres y las familias* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* en la página 21 para ver una lista completa de estos beneficios.

El CACFP apoya a las familias que amamantan

La leche materna se puede reclamar como parte de una comida o merienda reembolsable cuando:

- › Se ofrece la leche materna extraída. Si un padre provee leche materna extraída para el bebé, la comida aún es reembolsable siempre que usted proporcione todos los demás componentes alimenticios requeridos.
- › La madre amamanta a su hijo en el sitio de cuidado infantil. Usted puede reclamar esa sesión de lactancia materna como parte de una comida o merienda reembolsable siempre que provea todos los otros componentes alimenticios requeridos.

La leche materna puede acreditarse hacia el componente de la leche líquida a cualquier edad. Para bebés y niños de 1 año o más, la leche materna se puede usar para cumplir con el componente de la leche líquida para una comida o merienda del CACFP. No se requiere una solicitud escrita de los padres.

Buenas prácticas del CACFP

Ofrezca a las madres un lugar limpio y tranquilo para amamantar a su bebé. Esto no es un requisito en el CACFP, pero se considera una buena práctica. Un ambiente cómodo para las madres que amamantan puede ayudarlas a amamantar por más tiempo.

Nota al instructor: Las siguientes diapositivas brindarán ideas sobre cómo crear un entorno que apoya la lactancia.



DIAPOSITIVA 6

Crear un entorno que apoya la lactancia

Nota al instructor: El video, *Apoyando a madres lactantes en un sitio de cuidado infantil*, está integrado en la diapositiva de “PowerPoint”. El tiempo de ejecución es de 3 minutos y 2 segundos.

Hay varias opciones para reproducir los videos:

1. Puede usar el “mouse” para seleccionar del video en la diapositiva o presione “Enter” en su teclado para comenzar el video.
2. Puede reproducir el video desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor. O,
3. Si tiene conexión a internet, puede reproducir el video directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Nota al instructor: Después de reproducir el video, avance a la siguiente diapositiva para una actividad de debate.

Un entorno que apoya la lactancia

Nota al instructor: Puede realizar esta actividad en grupos pequeños o en parejas. Pida a los participantes que compartan qué les ofrecen actualmente a las madres que amamantan en su sitio de cuidado infantil y qué podrían hacer diferente para apoyar a las madres que amamantan. Dígalas que tienen 2 o 3 minutos para hablar sobre el tema. Después de 2 o 3 minutos pídale que compartan sus ideas. Puede pedirle a un voluntario que escriba las sugerencias de los participantes en un papel de presentación o en una pizarra.

Las sugerencias incluyen:

- › Ofrecer un espacio acogedor para que la madre amamante a su bebé, que sea:
 - › Privado, tranquilo
 - › Cómodo
 - › Limpio
- › Elementos a incluir en el espacio:
 - › Silla cómoda (mecedora)
 - › Banquito para los pies de la mamá para ayudarla a apoyar la espalda mientras está amamantando
 - › Almohada para sostener al bebé



DIAPPOSITIVA 7



VIDEO 3:02



DIAPPOSITIVA 8



ACTIVIDAD

- » Mesa para colocar el sacaleches, si la mamá elige extraerse la leche materna
 - » Enchufe eléctrico para el sacaleche
 - » Lavabo para que mamá se lave las manos y el sacaleche
 - » Toallitas desinfectantes
 - » Agua potable para la mamá
- › Diga a las madres que pueden amamantar a su bebé en su sitio de cuidado infantil.
 - › Muestre el cartel y el gráfico de *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!*
 - › Ofrezca a la mamá una copia de *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí! una guía para madres.*

Nota al instructor: Diga a los participantes que un espacio para amamantar no tiene que ser una habitación separada. Si no hay una habitación separada, se puede ofrecer a una madre que amamanta un espacio pequeño, como una mecedora en un rincón de un salón de clases, con una cortina o división que ofrezca privacidad, la oficina del director, entre otros. Es importante que las madres que amamantan se sientan bienvenidas.

Nota al instructor: Diga los participantes que consulten el Capítulo 2: *Alimentar a bebés lactantes* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* en la página 20 para obtener información sobre cómo apoyar a las familias de los bebés lactantes. Diga a los participantes que la guía para madres, el cartel y el gráfico de *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* están disponibles para descargar gratuitamente y en versión impresa en <https://www.fns.usda.gov/tn/breastfed-babies-welcome-here>.

Comunicación con los padres

Para iniciar una conversación y apoyar la lactancia materna usted puede:

- › Mostrar el cartel y el gráfico *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* para que las familias sepan que su sitio de cuidado infantil apoya la lactancia materna.
- › Ofrecer a los padres una copia de *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* una guía para madres.
- › Motivar a las madres para que continúen amamantando incluso cuando regresan al trabajo o a la escuela. Avíseles que su sitio de cuidado infantil apoyará sus esfuerzos para amamantar.
- › Compartir información sobre recursos para madres que amamantan del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés).



Resumen

Nota al instructor: Repase los puntos claves presentados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › La lactancia materna tiene muchos beneficios para los bebés, las madres y las familias.
 - ›› La leche materna ayuda al sistema inmunológico de un bebé a combatir infecciones.
 - ›› Las madres que amamantan pueden tener menor riesgo de diabetes tipo 2.
 - ›› Los bebés prueban diferentes sabores en la leche materna, lo cual puede ayudar a los bebés a aceptar sabores nuevos más adelante cuando comienzan a comer alimentos sólidos.

Recuerde que pueden encontrar una lista completa de los beneficios en la Tabla 4: *Los beneficios de la lactancia para los bebés, las madres y las familias* en la página 21 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.

- › Podemos apoyar a las madres que amamantan:
 - ›› Creando un ambiente cómodo para que las madres amamanten a sus bebés.
 - ›› Ofreciendo una área privada para amamantar.
 - ›› Motivando a las madres para que continúen amamantando después de regresar al trabajo o a la escuela.

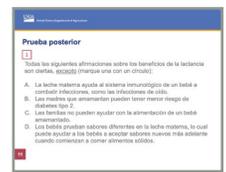


- » Mostrando el cartel y el gráfico *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* para que las familias sepan que su sitio de cuidado infantil apoya la lactancia materna.
- » Compartiendo información sobre la lactancia materna:
 - El kit *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!*
<https://www.fns.usda.gov/tn/breastfed-babies-welcome-here>
 - Recursos del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés)
<https://www.fns.usda.gov/wic/women-infants-and-children-wic>

Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay dos diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - » Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - » Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 11



DIAPPOSITIVA 12



FORMULARIO

Lección 3

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de la prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

1

Todas las siguientes afirmaciones sobre los beneficios de la lactancia son ciertas, excepto (marque una con un círculo):

- a. La leche materna ayuda al sistema inmunológico de un bebé a combatir infecciones, como las infecciones de oído.
- b. Las madres que amamantan pueden tener menor riesgo de diabetes tipo 2.
- c. Las familias no pueden ayudar con la alimentación de un bebé amamantado.**
- d. Los bebés prueban sabores diferentes en la leche materna, lo cual puede ayudar a los bebés a aceptar sabores nuevos más adelante cuando comienzan a comer alimentos sólidos.

2

Un proveedor de cuidado infantil puede ayudar a las madres que amamantan haciendo lo que se menciona a continuación, excepto (marque una con un círculo):

- a. Dejar que una madre amamante en el baño.**
- b. Compartir información sobre el Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC).
- c. Mostrar el cartel y el gráfico *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* en el sitio de cuidado infantil.
- d. Motivar a las madres para que continúen amamantando incluso cuando regresen al trabajo o a la escuela.

Lección 4:

Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil

Lección 4:

Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil

La información de esta lección viene del Capítulo 2: *Alimentar a bebés lactantes* y del Capítulo 4: *Manejo y almacenamiento de la leche materna y la fórmula* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección les brinda a los participantes información sobre el manejo y almacenamiento adecuado de la leche materna en el sitio de cuidado infantil.

Nota al instructor: Es posible que las regulaciones de licenciamiento para cuidado infantil de su estado o los códigos locales de salud sobre el almacenamiento y manejo de la leche materna sean más estrictos que lo que cubre esta lección. Considere hablar con los especialistas en licencias de cuidado infantil de su estado para ayudar a aclarar las regulaciones específicas de su estado sobre este tema antes de la capacitación.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Describir cómo almacenar la leche materna de manera segura.
- › Identificar cómo preparar la leche materna para la alimentación.

Descripción de la lección

La lección de *Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil* toma aproximadamente 22 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 28 minutos.



TEMA	 TIEMPO REQUERIDO
Introducción <ul style="list-style-type: none"> › Bienvenida y presentación del instructor › Agenda 	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	3 minutos
Manejo y almacenamiento de la leche materna <ul style="list-style-type: none"> › Leche materna— aspecto y olor › Video: <i>Manejo y almacenamiento de la leche materna y fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil</i> › Buenas prácticas para el manejo de la leche materna fresca › Tiempo y temperatura del almacenamiento de la leche materna › Buenas prácticas para almacenar la leche materna fresca <ul style="list-style-type: none"> » ¡Practiquemos! › Preparación de la leche materna para la alimentación 	14 minutos
Comunicación con los padres	4 minutos
<ul style="list-style-type: none"> › Tamaño mínimo de porción de la leche materna 	2 minutos
Resumen	3 minutos
Prueba posterior (si aplica)	3 minutos
TIEMPO TOTAL	28 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil*
- › Video: *Manejo y almacenamiento de la leche materna y fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil*
- › Lápices

- › Papel de presentación y trípode o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil*
- › Post prueba de *Manejo y almacenamiento de la leche materna en el sitio de cuidado infantil*

Materiales suplementarios (opcional):

- › Varios tipos de biberones, etiquetados con y sin el nombre completo del bebé y la fecha

Nota al instructor:

Acceda a los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en <https://teammnutrition.usda.gov>.

Contenido de la lección

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

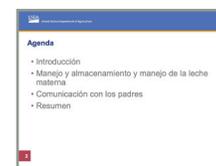
- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán algunas de las buenas prácticas para manejar y almacenar la leche materna en un sitio de cuidado infantil y las formas de comunicarse con los padres sobre cómo transportar la leche materna.



DIAPOSITIVA 1



DIAPOSITIVA 2

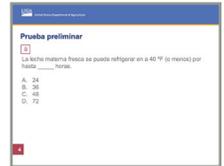
Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 3



DIAPPOSITIVA 4



DIAPPOSITIVA 5



FORMULARIO

Manejo y almacenamiento de la leche materna

Leche materna—aspecto y olor

La leche materna es la mejor fuente de nutrición para los bebés. Es el único alimento que necesitan los bebés sanos durante los primeros 6 meses de vida. La leche materna es fácil de digerir y ayuda a mantener saludables a los bebés reforzando su sistema inmunológico.

La leche materna puede verse diferente de un día a otro, ¡y es normal! El color de la leche materna puede cambiar según lo que come la madre y lo que necesita el bebé. Es normal que la leche materna tenga un color ligeramente azul, amarillo o incluso verde. La leche materna puede parecer más diluida que la fórmula infantil, en particular si la grasa o la parte cremosa se ha separado de la leche materna y se encuentra en la parte superior del biberón.

Almacenar y manejar debidamente la leche materna ayudará a garantizar que los bebés amamantados tengan alimentos disponibles cuando tengan hambre y ayudará a conservar los nutrientes importantes en la leche materna.

Manejo y almacenamiento de la leche materna y fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil

Nota al instructor: El video: *Manejo y almacenamiento de la leche materna y fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil* está integrado en la diapositiva de “PowerPoint”. El tiempo de ejecución es de 3 minutos y 2 segundos.

Hay varias opciones para reproducir los videos:

1. Puede usar el “mouse” para seleccionar del video en la diapositiva o presione “Enter” en su teclado para comenzar el video.
2. Puede reproducir el video desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor. O,
3. Si tiene conexión a internet, puede reproducir el video directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

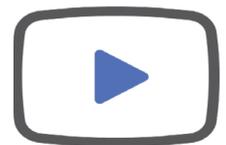
Nota al instructor: Después de reproducir el video, avance a la siguiente diapositiva.



DIAPPOSITIVA 6



DIAPPOSITIVA 7



VIDEO 3:02

Buenas prácticas para el manejo de la leche materna fresca

Nota al instructor: Este es un buen momento para distribuir los materiales suplementarios: varios tipos de biberones, etiquetados con y sin el nombre completo del bebé y la fecha.

Analice las buenas prácticas para manejar la leche materna fresca.

- › No acepte un biberón sin etiqueta de parte de un padre.
- › No use un biberón sin etiqueta.
- › Mantenga la leche materna refrigerada hasta el momento de alimentar al bebé.
- › Los biberones se pueden servir fríos del refrigerador y no se tienen que calentar. Si elige calentar un biberón, sosténgalo bajo agua corriente tibia o coloque el biberón en un tazón con agua tibia.
- › Si la leche materna se extrae en el sitio de cuidado infantil, esta leche materna se puede servir con leche refrigerada durante una alimentación. Si desea servir las juntas en un biberón, se debe enfriar en el refrigerador la leche materna recién extraída antes de mezclarla con la leche materna refrigerada.
- › Verifique **el nombre y la fecha** en el biberón antes de alimentar al bebé.
 - ›› Asegúrese de que el nombre coincida con el nombre del bebé.
 - ›› No use leche materna **fresca** que haya estado en el refrigerador durante más de **72 horas** (3 días).
 - ›› La leche materna **descongelada** almacenada en el refrigerador se debe usar **dentro de 24 horas**.
- › No use leche materna que sobró en el biberón **2 horas** después de que el bebé haya terminado de comer.

Nota al instructor: Diga a los participantes que si sus autoridades estatales o locales, incluido el licenciamiento para cuidado infantil, tienen regulaciones más estrictas de salud y seguridad sobre el manejo y almacenamiento de la leche materna, deben cumplir con esas regulaciones.

Nota al instructor: Los proveedores de cuidado infantil que participan en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos solo pueden almacenar leche materna en el refrigerador durante 3 días (72 horas). Esto es más estricto que las normas para almacenar la leche materna en el hogar. La leche materna se puede almacenar en el refrigerador de la casa hasta un máximo de 4 días.



DIAPPOSITIVA 8

Tiempo y temperatura del almacenamiento de la leche materna

Pase a la Tabla 5: *El tiempo máximo de almacenamiento y la temperatura de la leche materna en el sitio de cuidado infantil* en la página 44 en su guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para aprender más sobre la temperatura adecuada y los tiempos de almacenamiento.

Nota al instructor: Si las autoridades estatales o locales, incluido el licenciamiento para cuidado infantil, tienen regulaciones más estrictas de salud y seguridad sobre el manejo y almacenamiento de la leche materna, los participantes deben cumplir con esas regulaciones.

Buenas prácticas para almacenar la leche materna fresca

Nota al instructor: Explique los requisitos de almacenamiento para almacenar la leche materna en sitio de cuidado infantil.

- › Guarde la leche materna en la parte posterior del refrigerador, donde la temperatura está siempre fría. La parte del frente del refrigerador puede estar más caliente porque la puerta se abre con frecuencia.
- › Refrigere la leche materna a **40 °F** (o menos) hasta 3 días (**72 horas**) desde la fecha que fue extraída.
 - » Si pasó el límite de 3 días, pregunte a los padres qué hacer con la leche materna.

Nota al instructor: Si las autoridades estatales o locales, incluido el licenciamiento para cuidado infantil, tienen regulaciones más estrictas de salud y seguridad sobre el manejo y almacenamiento de la leche materna, los participantes deben cumplir con esas regulaciones.

¡Practiquemos!

Nota al instructor: Diga a los participantes que la leche materna en la fotografía es almacenada en un refrigerador a 40 °F. Los biberones y algunas de las bolsas de leche materna han estado en el refrigerador durante 4 días. Pregunte a los participantes si piensan que es correcto o incorrecto sobre cómo se almacena la leche materna.

Respuestas:

Almacenamiento correcto:

- › La temperatura del refrigerador es de 40 °F. La leche materna se debe refrigerar a 40 °F (o menos).

Temperatura	Almacenamiento	Comentarios
40 °F o más fría (4 °C)	3 días (72 horas)	Almacenamiento fresco
32 °F a 39 °F (0 °C a 4 °C)	4 días (96 horas)	Almacenamiento frío
24 °F a 31 °F (-4 °C a 0 °C)	6 días (144 horas)	Almacenamiento congelado

DIAPPOSITIVA 9



DIAPPOSITIVA 10



DIAPPOSITIVA 11



ACTIVIDAD

Almacenamiento incorrecto:

- › El biberón y las bolsas de leche materna no están debidamente etiquetados. Los recipientes deben estar etiquetados con el nombre completo del bebé y la fecha en la cual se extrajo la leche materna.
- › En el CACFP, la leche materna no se debe almacenar en el refrigerador por más de 72 horas (3 días).
 - ›› Refrigere la leche materna hasta un máximo de 72 horas (3 días) a partir de la fecha en que se extrajo la leche materna.
 - ›› Si ya pasó el período de los 3 días, hable con los padres sobre qué hacer con la leche materna.
- › La leche materna no se debe almacenar en el compartimento de la puerta ni en la parte del frente del refrigerador. La leche materna se debe almacenar en la parte posterior del refrigerador, donde la temperatura está siempre fría.

Nota al instructor: Si las autoridades estatales o locales, incluido el licenciamiento para cuidado infantil, tienen regulaciones más estrictas de salud y seguridad sobre el manejo y almacenamiento de la leche materna, los participantes deben cumplir con esas regulaciones.

Preparación de la leche materna para la alimentación

Nota al instructor: Explique las buenas prácticas para descongelar la leche materna.

- › Para evitar o reducir desperdicios, descongele solo la cantidad de leche materna que se necesita para una alimentación.
 - ›› Descongele la leche materna adicional si el bebé tiene hambre y muestra signos de querer más.
- › Descongele el recipiente de leche materna en el refrigerador durante la noche, bajo agua corriente tibia o en un recipiente con agua tibia.
 - ›› Escriba en el biberón o en el recipiente la fecha en la cual descongeló la leche.
- › No descongele leche materna colocándola a temperatura ambiente, mezclándola con leche materna tibia, colocando el biberón en agua hirviendo ni calentando el biberón en un microondas.
 - ›› La leche materna se puede calentar mucho cuando se calienta en un microondas, lo que podría quemar al bebé aun cuando el biberón se sienta frío. También, el calentamiento daña algunos de los nutrientes importantes en la leche materna.



DIAPPOSITIVA 12

Nota al instructor: Si las autoridades estatales o locales, incluido el licenciamiento para cuidado infantil, tienen regulaciones más estrictas de salud y seguridad sobre el manejo y almacenamiento de la leche materna, los participantes deben cumplir con esas regulaciones.

Comunicación con los padres

Nota al instructor: Discuta la información que los proveedores de cuidado infantil pueden compartir con los padres sobre cómo preparar y transportar de manera segura la leche materna etiquetada al sitio de cuidado infantil para evitar que se dañe y se desperdicie.

- › Etiquete cada biberón con el nombre completo del bebé y la fecha en la cual se extrajo la leche materna.
- › Refrigere o congele la leche materna.
- › Si es posible, llene los biberones por lo menos con la cantidad mínima de leche materna requerida en el patrón de comidas para bebés del CACFP.
 - » Para el desayuno, almuerzo y cena:
 - Los bebés de 0 a 5 meses necesitan de 4 a 6 onzas líquidas.
 - Los bebés de 6 a 11 meses necesitan de 6 a 8 onzas líquidas.
 - » Para la merienda/“snack”:
 - Los bebés de 0 a 5 meses necesitan de 4 a 6 onzas líquidas.
 - Los bebés de 6 a 11 meses necesitan de 2 a 4 onzas líquidas.
- › Traiga los biberones de leche materna en cantidades más pequeñas (1 a 2 onzas líquidas) para reducir desperdicios en caso de que el bebé quiera más después de una alimentación.



DIAPOSITIVA 13

Tamaño mínimo de porción de leche materna

Nota al instructor: Diga a los participantes que al compartir con los padres la cantidad de leche materna que su bebé consume cada día puede ayudar a las familias a saber qué cantidad de leche deben traer cada día al sitio de cuidado infantil.

- › Si el bebé usualmente bebe menos del mínimo de leche requerida en el CACFP, los padres pueden preparar un biberón solo con la cantidad de leche que el bebé usualmente toma en una comida para evitar o reducir desperdicios.
- › Transportar leche materna en una hielera con una bolsa de hielo para mantenerla fría ayudará también a evitar desperdicios.



DIAPPOSITIVA 14

Comunicación con los padres

Nota al instructor: Discuta la información que los proveedores de cuidado infantil pueden compartir con los padres. Pida a los padres que consulten la hoja *Para padres: ¿Tiene un bebé lactante? ¡Cuéntenos!* en la página 26 en su guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Los proveedores pueden usar la hoja para iniciar una conversación con los padres sobre la cantidad de leche materna que usualmente toma su bebé y qué es lo que los padres quieren que haga el proveedor de cuidado infantil cuando el bebé aún tiene hambre, pero ya no hay más leche materna. Diga a los participantes que pueden descargar la hoja de manera gratuita desde el sitio web del USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.



DIAPPOSITIVA 15

Nota al instructor: Diga a los participantes que la información sobre el almacenamiento y transporte de leche materna a un sitio de cuidado infantil se puede compartir también con las madres que amamantan a sus bebés a través del recurso de USDA Team Nutrition *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* una guía para madres que se puede encontrar en <https://www.fns.usda.gov/tn/breastfed-babies-welcome-here>.

Resumen

Nota al instructor: Repase los puntos clave presentados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › La leche materna es la mejor fuente de nutrición para los bebés.
- › Conozca cómo manejar y almacenar correctamente la leche materna fresca y congelada.
- › Consulte la Tabla 5: *El tiempo máximo de almacenamiento y la temperatura de la leche materna en el cuidado infantil* en la página 44 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para saber cuál es el tiempo máximo de almacenamiento y la temperatura para la leche materna en su sitio de cuidado infantil.
- › Brinde información a los padres sobre cómo llevar de manera segura la leche materna etiquetada al sitio de cuidado infantil para ayudar a evitar el deterioro y desperdicios. Comparta los recursos:
 - ›› *Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* una guía para la madres
 - ›› *Hoja Para padres: ¿Tiene un bebé lactante? ¡Cuéntenos!*

Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar esta prueba posterior como una actividad en grupos o distribuir un examen en papel.

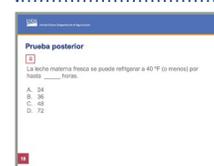
- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - ›› Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - ›› Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 16



DIAPPOSITIVA 17



DIAPPOSITIVA 18



DIAPPOSITIVA 19



FORMULARIO

Lección 4

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de la prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

1 Cierto o falso: Los biberones de leche materna se pueden dar fríos del refrigerador y no se tienen que calentar.

- a. **Cierto**
- b. Falso

2 La leche materna fresca se puede refrigerar a 40 °F (o menos) por hasta ____ horas.

- a. 24
- b. 36
- c. 48
- d. **72***

* 72 horas (3 días). Según el memorando de política CACFP 02-2018 (solo en inglés): **Alimentación de los Bebés y Requisitos del Patrón de Comidas en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos; Preguntas y Respuestas**, este es el tiempo de almacenamiento de la leche materna en un sitio de cuidado infantil.

Nota al instructor:

Si las regulaciones estatales de licenciamiento para cuidado infantil o los códigos de salud locales para etiquetar y almacenar biberones de fórmula infantil son más estrictas, los proveedores de cuidado infantil deben cumplir con esas regulaciones.

3 Puede descongelar de manera segura un recipiente con leche materna usando todos estos métodos, excepto (marque una con un círculo):

- a. Bajo agua corriente tibia
- b. En un recipiente con agua tibia
- c. **En un microondas**
- d. En un refrigerador durante la noche

Lección 5:

Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil

Lección 5:

Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil

La información de esta lección viene del Capítulo 3: *Alimentar a bebés con fórmula infantil* y del Capítulo 4: *Manejo y almacenamiento de la leche materna y la fórmula* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección les brinda a los participantes información sobre las buenas prácticas para seleccionar, almacenar y manejar la fórmula infantil.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Describir cómo seleccionar una fórmula infantil fortificada con hierro para ofrecer en el sitio de cuidado infantil.
- › Describir cómo almacenar de manera segura la fórmula infantil.
- › Identificar cómo preparar fórmula infantil para la alimentación.

Descripción de la lección

La lección de *Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil* toma aproximadamente 20 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 25 minutos.



TEMA	TIEMPO REQUERIDO
Introducción	
<ul style="list-style-type: none"> › Bienvenida y presentación del instructor › Agenda 	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	3 minutos
Selección de la fórmula infantil	
<ul style="list-style-type: none"> › Compra de fórmula fortificada con hierro › Bebés con dietas especiales <ul style="list-style-type: none"> » Declaración médica 	3 minutos
Manejo y almacenamiento de la fórmula infantil	
<ul style="list-style-type: none"> › Preparación de la fórmula › Almacenamiento de la fórmula › Tiempo y temperatura de almacenamiento 	10 minutos
Comunicación con los padres	2 minutos
Resumen	2 minutos
Prueba posterior (si aplica)	3 minutos
TIEMPO TOTAL	25 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil*
- › Lápices
- › Papel milimetrado, caballete o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil*
- › Post prueba de *Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil*

Nota al instructor:

Acceda a los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Materiales suplementarios (opcional)

- › Varios tipos de biberones, etiquetados con y sin el nombre completo del bebé y la fecha
- › Varios tipos de envases de fórmula infantil fortificada con hierro o etiquetas de información nutricional

Contenido de la lección

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán las buenas prácticas para seleccionar, almacenar y manejar la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil y las maneras que pueden recopilar y compartir la información con los padres sobre la fórmula infantil fortificada con hierro.

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 1



DIAPPOSITIVA 2



DIAPPOSITIVA 3



DIAPPOSITIVA 4



DIAPPOSITIVA 5



FORMULARIO

Selección de la fórmula infantil

Para asegurarse de que los bebés obtengan los nutrientes que necesitan para un crecimiento saludable, la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos tiene estándares estrictos de nutrición y seguridad para la fórmula infantil. En el patrón de comidas para bebés del CACFP, usted debe ofrecer por lo menos una fórmula infantil fortificada con hierro que esté regulada por la FDA a los bebés que no son amamantados o que son amamantados parcialmente. Todas las fórmulas infantiles que se venden en los Estados Unidos están reguladas por la FDA. Si compra fórmula infantil en un lugar del internet o personalmente fuera de los Estados Unidos, es probable que no esté regulada por la FDA y no debe usarse.

Aunque usted debe ofrecer por lo menos una **fórmula infantil fortificada con hierro**, el tipo de fórmula infantil con la cual se alimenta a un bebé es una decisión que deben tomar los padres del bebé y el proveedor de cuidado de salud del bebé.

Compra de fórmula fortificada con hierro

Nota al instructor: Este es un buen momento para distribuir los materiales suplementarios: varios tipos de envases de fórmula infantil fortificada con hierro o etiquetas de información nutricional. Hablen sobre qué deben buscar los proveedores de cuidado infantil en las etiquetas del envase cuando compran fórmula infantil.

- › Busque “Fórmula Infantil con Hierro”, o una declaración similar en el frente del envase de la fórmula.
- › Use la etiqueta de información nutricional como guía para asegurarse de que la fórmula tiene suficiente hierro.
 - » Para ser considerada fortificada con hierro, una fórmula infantil debe tener 1 miligramo (mg) de hierro o más por cada 100 calorías de fórmula cuando se prepara usando las instrucciones de la etiqueta.



DIAPPOSITIVA 6



DIAPPOSITIVA 7

Bebés con dietas especiales

Existen diferentes razones por las cuales los padres elijen una fórmula específica. Los padres pueden decidir proveer una fórmula debido a una alergia o intolerancia, por razones religiosas o si desean una dieta vegana para su bebé.

Nota al instructor: Pida a los participantes que consulten la sección que se refiere a las fórmulas a base de soya, baja en lactosa y sin lactosa en el Capítulo 3: Alimentar a bebés con fórmula infantil en la página 36 de la guía de Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos para más información sobre las fórmulas a base de soya, baja en lactosa y sin lactosa.

Si un bebé recibe una fórmula que no está fortificada con hierro o una fórmula baja en hierro o sin hierro, la sustitución debe estar respaldada por una declaración médica firmada para que sea reembolsable en el CACFP.

Declaración médica

La declaración médica debe incluir el nombre de la fórmula infantil que se debe evitar, debe explicar cómo la fórmula infantil afecta al bebé y debe estar firmada por el proveedor de cuidado de salud del bebé. También, los sustitutos de la fórmula infantil recomendados se pueden incluir en la declaración médica. Guarde la declaración médica en un lugar seguro en su sitio de cuidado infantil.



DIAPPOSITIVA 8



DIAPPOSITIVA 9

Manejo y almacenamiento de la fórmula infantil

Preparación de la fórmula

Nota al instructor: Este es un buen momento para distribuir los materiales suplementarios: varios tipos de biberones etiquetados con y sin el nombre completo del bebé y la fecha.

- › Prepare, use y almacene la fórmula infantil siguiendo las instrucciones del envase o según lo indique el proveedor de cuidado de salud del bebé.
- › Las instrucciones para preparar la fórmula infantil son diferentes para cada producto.
 - » Para la fórmula en polvo, mida la cantidad de fórmula usando la cuchara que viene en el envase.
- › El agua que se usa para preparar la fórmula infantil se debe analizar de manera rutinaria para detectar plomo y otros contaminantes peligrosos.
- › Llene los biberones por lo menos con la cantidad mínima de fórmula infantil requerida en el patrón de comidas para bebés del CACFP.
 - » Para el desayuno, el almuerzo y la cena:
 - Los bebés de 0 a 5 meses necesitan de 4 a 6 onzas líquidas.
 - Los bebés de 6 a 11 meses necesitan de 6 a 8 onzas líquidas.
 - » Para la merienda/“snack”:
 - Los bebés de 0 a 5 meses necesitan de 4 a 6 onzas líquidas.
 - Los bebés de 6 a 11 meses necesitan de 2 a 4 onzas líquidas.

Almacenamiento de la fórmula

Almacenar la fórmula infantil debidamente, minimiza el riesgo de que se dañe o se desperdicie y ayuda a conservar los nutrientes en la fórmula.

- › Almacene los envases sellados (sin usar) de fórmula infantil en un lugar fresco y seco—no en un refrigerador ni congelador. La exposición a la humedad y a los cambios de temperatura pueden afectar la calidad de la fórmula.
- › Refrigere los biberones preparados con fórmula a 40 °F (o menos) hasta que estén listos para usar.
- › No saque la fórmula preparada del refrigerador más de 2 horas antes de la alimentación.



DIAPPOSITIVA 10



DIAPPOSITIVA 11

- › Guarde las botellas de fórmula en la parte de atrás del refrigerador, donde la temperatura está siempre fría. La parte del frente del refrigerador puede estar más caliente porque la puerta se abre con frecuencia.
- › Use la fórmula que ha estado en el refrigerador dentro de las 24 horas luego de su preparación.

Nota al instructor: Diga a los participantes que si sus autoridades estatales o locales, incluido el licenciamiento para cuidado infantil, tienen regulaciones de salud y seguridad más estrictas para etiquetar y almacenar biberones de fórmula infantil, deben cumplir con esas regulaciones.



DIAPPOSITIVA 12

Tiempo y temperatura de almacenamiento

Consulte la Tabla 6: *Almacenamiento y manejo de la fórmula* en la página 47 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para más información sobre la temperatura y los tiempos de almacenamiento adecuados.

Nota al instructor: Repase la información que se encuentra en la Tabla 6 en la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 13

Comunicación con los padres

Recuerde, su sitio de cuidado infantil debe ofrecer al menos una fórmula infantil fortificada con hierro, pero si los padres deciden no usarla, usted le puede brindar información a los padres sobre cómo preparar y transportar los biberones al sitio de cuidado infantil. Practiquemos con este escenario.



DIAPPOSITIVA 14

ESCENARIO: El bebé Miguel bebe fórmula infantil en casa y su madre la trajo a su primer día de cuidado infantil. Usted está feliz de darle al bebé Miguel la fórmula infantil que trajo su madre, pero también quiere avisarle que usted tiene fórmula en el centro de cuidado. ¿Cómo puede tener esta conversación con la mamá del bebé Miguel?

Nota al instructor: Presente el escenario y pregunte a los participantes qué harían en esta situación. Puede realizar esta actividad en grupos pequeños o en parejas. Diga a los participantes que tienen 1 o 2 minutos para analizar el escenario después de leerla en voz alta. Después de 1 o 2 minutos, pida a los participantes que compartan sus ideas.



ACTIVIDAD

Consulte la hoja *Para padres: ¿Alimenta a su bebé con fórmula? ¡Cuéntenos!* en la página 34 de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. La madre del bebé Miguel puede completar la hoja para informar al proveedor de cuidado infantil si a ella le gustaría proveer su propia fórmula infantil, leche materna o una combinación. Tal vez a ella le gustaría que el proveedor de cuidado infantil le dé al bebé Miguel la fórmula infantil fortificada con hierro que provee el sitio de cuidado infantil. También, la hoja ayuda al proveedor de cuidado infantil a explicar que si la mamá lleva la fórmula infantil para el bebé Miguel, debe tener hierro.

Nota al Instructor: Diga a los participantes que las hojas informativas también están disponibles para descargar de manera gratuita en el sitio web del USDA Team Nutrition en <https://teamnnutrition.usda.gov>.

Resumen

Nota al instructor: Repase los puntos claves presentados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › Usted debe ofrecer por lo menos un tipo de fórmula infantil fortificada con hierro regulada por la FDA en su sitio de cuidado infantil.
- › Si un bebé necesita una fórmula infantil que no está fortificada con hierro o que no está regulada por la FDA, el padre debe proveer una declaración médica firmada por el proveedor de salud del bebé para que la fórmula sea acreditable en el CACFP.
- › Consulte la Tabla 6: *Almacenamiento y manejo de la fórmula* en la página 47 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para saber cuál es el tiempo máximo de almacenamiento y la temperatura para la fórmula infantil en su sitio de cuidado infantil.
- › Use la hoja, *Para padres: ¿Alimenta a su bebé con fórmula? ¡Cuéntenos!* en la página 34 de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para compartir información sobre la fórmula infantil fortificada con hierro y recopilar la información de los padres.



Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - ›› Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - ›› Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 16



DIAPPOSITIVA 17



DIAPPOSITIVA 18



FORMULARIO

Lección 5

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de la prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuesta correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

1

Sí o no: Un proveedor de cuidado infantil ha estado ocupado observando a todos los niños bajo su cuidado y por error deja un biberón de fórmula infantil en la encimera durante 2 ½ horas. ¿Puede volver a ponerlo en el refrigerador y usarlo más tarde?

- a. Sí
- b. No**

El proveedor de cuidado infantil no debe volver a poner en el refrigerador el biberón de fórmula infantil que dejó en la encimera durante 2 ½ horas. Una vez que comience a alimentar a un bebé con fórmula infantil, esta se debe consumir en 1 hora. Se debe descartar cualquier resto de la fórmula. La saliva del bebé puede entrar en el biberón con fórmula durante la alimentación. Esto puede causar que la bacteria crezca y que el bebé se enferme.

2

Los biberones de fórmula infantil preparada se pueden refrigerar a 40 °F (o menos) por un máximo de ____ horas.

- a. 24**
- b. 36
- c. 48
- d. 72

3

Sí o no: Una madre trae una nueva fórmula infantil fortificada con hierro para su bebé. La proveedora de cuidado infantil ha trabajado con bebés durante años y prepara la fórmula infantil de la misma manera que lo hace con todas las otras fórmulas. ¿La proveedora de cuidado infantil está preparando la fórmula infantil de manera correcta?

- a. Sí
- b. No**

La proveedora de cuidado infantil no está preparando la fórmula infantil de la manera correcta. Siempre debe seguir las instrucciones del envase para asegurarse de añadir la cantidad correcta de agua a la fórmula en polvo para bebés.

Lección 6:
**Alimentación con biberón y cómo
introducir el vaso**

Lección 6:

Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso

La información de esta lección viene del Capítulo 5: *Alimentar a un bebé usando un biberón y un vaso* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección describe las buenas prácticas para alimentar al bebé con biberón y para introducir el vaso.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Describir la manera correcta de alimentar con biberón.
- › Determinar cuándo un bebé debe pasar del biberón a un vaso.
- › Enumerar las bebidas apropiadas para servir a los bebés en un biberón o en un vaso.

Descripción de la lección

La lección de *Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso* toma aproximadamente 20 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 25 minutos.



TEMA	TIEMPO REQUERIDO
Introducción <ul style="list-style-type: none"> › Bienvenida y presentación del instructor › Agenda 	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	2 minutos
Alimentación con biberón <ul style="list-style-type: none"> › ¿Qué deben beber los bebés? › Transición del bebé de la fórmula a la leche entera sin sabor › Prevenir el atragantamiento cuando alimenta con biberón › Cómo alimentar con biberón 	9 minutos
Introducción del vaso <ul style="list-style-type: none"> › Cuándo hacer la transición al vaso › Maneras para la transición del bebé al vaso › Prevenir que los bebés beban de un biberón o de un vaso equivocado 	7 minutos
Comunicación con los padres	1 minuto
Resumen	2 minutos
Prueba posterior (si aplica)	2 minutos
TIEMPO TOTAL	25 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso*
- › Lápices
- › Papel de presentación y trípode o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso*
- › Post prueba de *Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso*



TIEMPO REQUERIDO

Nota al instructor:

Acceda los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en <https://teammnutrition.usda.gov>.

Contenido de la lección

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción:

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

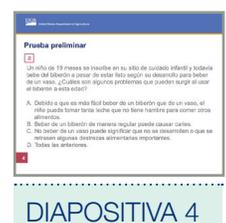
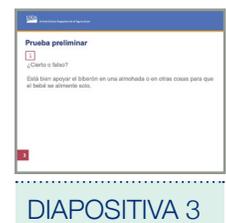
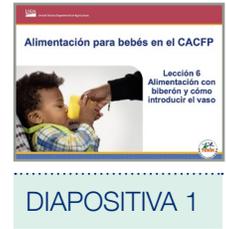
Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán algunas de las buenas prácticas para alimentar a un bebé con biberón y para introducir el vaso.

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay dos diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



FORMULARIO

Alimentación con biberón

¿Qué deben beber los bebés?

Nota al instructor: Puede presentar esta actividad de aprendizaje en la cual los participantes usan el Capítulo 5: *Alimentar a un bebé usando un biberón y un vaso* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para encontrar la respuesta a las siguientes preguntas. Puede hacer esto como una actividad en grupos pequeños o en parejas. Dé a los participantes 2 a 3 minutos para que encuentren la respuesta en sus guías. Una vez que acaben los 2–3 minutos, pida a los voluntarios que den su(s) respuesta(s) a cada pregunta. Las respuestas se pueden encontrar en la Tabla 7: *¿Qué deben beber los bebés?* en la página 55 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.

Pregunta: ¿Qué deben beber los bebés de 0 a 11 meses de edad?

Respuesta: Leche materna y fórmula infantil fortificada con hierro

Nota al instructor: Diga a los participantes que nunca deben poner cereal en un biberón. Si el cereal se mezcla con leche materna o con fórmula infantil en el biberón, la leche materna o la fórmula no serán acreditables.

Pregunta: ¿Cuál es la edad recomendada en la cual le puede ofrecer agua al bebé?

Respuesta: Alrededor de los 6 meses cuando un bebé está listo en su desarrollo para comenzar a comer alimentos sólidos.

La leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son los únicos líquidos que se pueden ofrecer a un bebé como parte de una comida o de una merienda reembolsable. El jugo, la leche de vaca, la leche de cabra, los refrescos, las bebidas isotónicas, el agua azucarada, las bebidas de frutas, el té y el café no son acreditables como parte de una comida o de una merienda/“snack” reembolsable para bebés.

Nota al instructor: Si los participantes tienen preguntas con respecto a ofrecer jugo, leche de vaca u otras bebidas a un bebé, dígalos que consulten la Tabla 7: *¿Qué deben beber los bebés?* en la página 55 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.



DIAPPOSITIVA 5



ACTIVIDAD

Transición del bebé de la fórmula a la leche entera sin sabor

El CACFP permite un tiempo de transición entre los 12 y 13 meses para ayudar a los bebés a acostumbrarse a la leche entera sin sabor. Durante este período de transición de 1 mes, el sitio de cuidado infantil puede ofrecer leche materna, fórmula fortificada con hierro y/o leche entera sin sabor y aún así reclamarla como parte de una comida reembolsable.

La leche materna se puede usar para satisfacer el componente de leche líquida en el patrón de comidas para niños de cualquier edad. Las madres pueden amamantar en el sitio o los padres pueden proveer leche materna extraída para sus hijos. Si un padre quiere que se le sirva leche materna a su hijo (de 1 año de edad o mayor) en lugar de leche líquida, no se requiere una solicitud por escrito de los padres.

Prevenir el atragantamiento cuando alimenta con biberón

Discutamos las buenas prácticas para evitar el atragantamiento mientras alimenta al bebé.

Estas son algunas cosas que puede hacer antes de alimentar a un bebé con biberón para evitar el atragantamiento. Usted puede:

1. Sostener el biberón hacia abajo sobre un fregadero u otro recipiente.
 - » Asegúrese de que las gotas caen una seguida de la otra, pero sin formar un chorro.
 - » El chorro de leche significa que la abertura en la tetina es demasiado grande y podría permitir que el líquido salga demasiado rápido, aumentando la posibilidad de que el bebé se atragante.

2. Sostener al bebé casi en posición vertical.

Sostener al bebé casi en posición vertical:

- » Mantiene al bebé seguro.
- » Puede ayudar a evitar que el bebé se atragante o que ingiera demasiado líquido a la vez.
- » Le ayuda a usted a ver si el bebé muestra señales de hambre o si está lleno.

Nunca apoye el biberón en una almohada ni en ninguna otra cosa. Esto puede causar caries y es posible que cause atragantamiento.



DIAPPOSITIVA 6



DIAPPOSITIVA 7



DIAPPOSITIVA 8

Cómo alimentar con biberón

Cuando alimente a un bebé con biberón, recuerde:

- › Sostener el biberón de lado, no hacia arriba.
 - ›› Asegurarse de que la punta de la tetina esté llena de leche materna o de fórmula infantil y no de aire. Esto reducirá la cantidad de aire que traga el bebé.
 - ›› Sostener el biberón casi de lado se usa en la alimentación con biberón controlada.
- › Sostener al bebé mientras lo alimenta.
 - ›› Alimente al bebé cuando el bebé esté despierto.
 - ›› No apoye el biberón en una almohada ni en ninguna otra cosa para que el bebé se alimente solo. Apoyar el biberón puede causar atragantamiento o asfixia, así como también infecciones de oído y caries.
- › Apoyar al bebé en la parte interna de su codo para que esté casi erguido/derecho.
 - ›› Esto mantiene seguro al bebé, le ayuda a ver si el bebé muestra señales de que tiene hambre o está lleno y le puede ayudar a evitar que el bebé se atragante o que beba demasiado líquido a la vez.
- › Cambiar al bebé de brazo.
 - ›› De vez en cuando, cuando alimente al bebé con biberón, cambie al bebé de un brazo al otro para que el bebé tenga distintas cosas para ver. También esto puede ayudar al bebé a seguir disfrutando la alimentación en ambos lados; algo que es importante a la hora de amamantar.
- › Sacar los gases durante las pausas naturales en la alimentación o al final de la alimentación.
 - ›› Haga eructar al bebé dando palmaditas suaves o masajeando suavemente la espalda del bebé mientras descansa en su hombro o está sentado en su falda.
- › Usar una tetina de flujo lento.
 - ›› Esto ayuda al bebé a controlar cuánto come y puede reducir la regurgitación.
- › Rozar el labio superior del bebé con la tetina del biberón.
 - ›› Espere a que el bebé abra la boca antes de alimentarlo.

Nota al instructor: Diga a los participantes que consulten el Capítulo 5: *Alimentar a un bebé usando un biberón y un vaso* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para buenas prácticas para alimentar a un bebé con un biberón.



DIAPPOSITIVA 9

Introducción del vaso

Cuándo hacer la transición al vaso

Muchos bebés pueden beber pequeñas cantidades de un vaso sostenido por otra persona alrededor de los 6 meses de edad o después. En general, un bebé está listo según su desarrollo para beber de un vaso cuando se puede sentar sin apoyo y puede sellar su labio inferior en el borde del vaso.

Se recomienda que los bebés dejen el biberón por completo y usen solo vasos cuando tienen 15 meses de edad, pero no después de los 18 meses o según sea apropiado para su desarrollo. Los niños que todavía beben de un biberón después de los 18 meses de edad pueden:

- › Ser más propensos a desarrollar caries.
- › Beber mucha leche que no comen suficientes alimentos sólidos.
- › No obtener suficientes nutrientes.
- › No desarrollar o retrasar el desarrollo de destrezas alimentarias importantes.

Los vasos con tapas que ayudan a evitar derrames, tales como los vasos antiderrames, solo se deben usar como una herramienta para ayudar al bebé a aprender a beber de un vaso.

Maneras para la transición del bebé al vaso

Analicemos algunas maneras en las cuales usted puede ayudar a un bebé a aprender a beber de un vaso.

- › Comience con pequeñas cantidades (2 a 3 onzas líquidas) de leche materna o fórmula infantil en un vaso.
- › Asegúrese de que el bebé esté sentado en una silla de bebé durante la alimentación o sostenga al bebé.
 - ›› Asegúrese de que el bebé esté sentado. Esto puede reducir el riesgo de que el bebé se atragante.
 - ›› También puede ayudar a evitar que otro niño beba del mismo biberón.
- › Sostenga el vaso al bebé.
 - ›› Deje que el bebé beba muy lentamente inclinando el vaso levemente.
- › Introduzca un vaso en lugar de un biberón a la hora de la comida cuando puede que los niños mayores estén bebiendo de sus vasos.
- › Permita que el bebé practique el beber de un vaso antes de dejar el biberón por completo.



DIAPPOSITIVA 10



DIAPPOSITIVA 11

Prevenir que los bebés beban de un biberón o de un vaso equivocado

Es importante evitar que los bebés beban de un biberón o de un vaso equivocado.

- › No permita que los bebés o niños lleven los biberones o vasos a todas partes.
- › Si un bebé deja caer un biberón:
 - ›› Recójalo de inmediato.
 - ›› Colóquelo fuera del alcance de otros niños.
 - ›› Limpie con agua y jabón la leche materna o la fórmula derramada.
- › Etiquete claramente cada biberón y vaso con el nombre completo del bebé o niño.
- › Si es posible, dele a cada bebé y niño su propio vaso con un aspecto diferente.
- › Al final del día, mande todos los biberones y vasos a la casa con el padre que los trajo.

Aunque el riesgo de transmisión del VIH u otras enfermedades es menor si un bebé o un niño bebe del biberón o de un vaso de leche materna de otro bebé, el proveedor de cuidado infantil debe informar a los padres de ambos bebés del incidente y seguir las instrucciones de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés).

Nota al instructor: Diga a los participantes que consulten el tema “Cómo evitar que un bebé o un niño tome del biberón (o vaso) de otro niño” en la página 53, en su guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para información sobre qué se debe hacer si un bebé o niño bebe accidentalmente del biberón o vaso equivocado.



DIAPOSITIVA 12

Comunicación con los padres

Inicie una conversación con los padres sobre qué deben beber los bebés y cuáles son las maneras para introducir un vaso. Una forma de iniciar una conversación es usar mensajes cortos y fáciles de nutrición en la página de redes sociales, “tweets”, correos electrónicos, tableros de anuncios, folletos, menús de comidas u otros sistemas de comunicación para padres de su sitio de cuidado infantil.

Mensaje de ejemplo:

- › “¿No está seguro de cómo hacer para que su bebé haga la transición para pasar del biberón al vaso? ¡Pregúntenos cómo podemos ayudarle!”

Resumen

Nota al instructor: Repase los conceptos claves cubiertos en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › La leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son los únicos líquidos que se pueden ofrecer a un bebé como parte de una comida o de una merienda reembolsable.
- › El CACFP permite un tiempo de transición entre los 12 y 13 meses para ayudar a los bebés a acostumbrarse a la leche entera sin sabor.
 - › Durante este período de transición de un mes, usted puede ofrecer leche materna, fórmula fortificada con hierro y/o leche entera sin sabor y aún así reclamarla como parte de una comida reembolsable.
- › Entre las maneras de evitar el atragantamiento al alimentar a un bebé con un biberón se incluyen:
 - › Antes de alimentar al bebé, sostenga el biberón hacia abajo sobre un fregadero u otro recipiente.
 - › Asegúrese de que las gotas caen una seguida de la otra, pero sin formar un chorro.
 - › Sostenga al bebé casi en posición vertical.
 - Esto puede ayudar a evitar que el bebé se atragante o que ingiera demasiado líquido a la vez.
 - Le ayuda a usted a ver si el bebé muestra señales de hambre o saciedad.



DIAPPOSITIVA 13



DIAPPOSITIVA 14

- › El Capítulo 5: *Alimentar a un bebé usando un biberón y un vaso* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* tiene las buenas prácticas para alimentar a un bebé con un biberón y vaso.
- › En general, los bebés están listos para beber de un vaso cuando pueden sentarse sin apoyo y sellar su labio inferior en el borde del vaso.
 - ›› Es importante que un bebé aprenda a beber de un vaso antes de los 18 meses de edad o según sea apropiado para su desarrollo. Los niños que aún beben del biberón después de los 18 meses de edad pueden:
 - Ser más propensos a desarrollar caries.
 - Beber tanta leche que no coman suficientes alimentos sólidos y no obtenga suficientes nutrientes.
 - No desarrollar o retrasar el desarrollo de destrezas alimentarias importantes.
- › Una manera de iniciar una conversación con los padres sobre qué deben beber los bebés y cuáles son las maneras de introducir un vaso, es usar mensajes cortos y fáciles de nutrición en la página de redes sociales, “tweets”, correos electrónicos, tableros de anuncios, folletos, menús de comidas u otros sistemas de comunicación para padres.

Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay dos diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - ›› Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - ›› Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes.
- › Si no va a administrar la prueba omita, la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 15



DIAPPOSITIVA 16



FORMULARIO

Lección 6

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de la prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen aparece en negrita y marcadas con un círculo.

1 Cierto o falso: Está bien apoyar el biberón en una almohada o en otras cosas para que el bebé se alimente solo.

a. Cierto

b. Falso

2 Un niño de 19 meses se inscribe en su sitio de cuidado infantil y todavía bebe del biberón a pesar de estar listo según su desarrollo para beber de un vaso. ¿Cuáles son algunos problemas que pueden surgir al usar el biberón a esta edad?

a. Debido a que es más fácil beber de un biberón que de un vaso, el niño puede tomar tanta leche que no tiene hambre para comer otros alimentos.

b. Beber de un biberón de manera regular puede causar caries.

c. No beber de un vaso puede significar que no se desarrollen o que se retrasen algunas destrezas alimentarias importantes.

d. Todas las anteriores.

Lección 7:

Disposición madurativa para comer alimentos sólidos

Lección 7:

Disposición madurativa para comer alimentos sólidos

La información de esta lección viene del Capítulo 1: *Ofrecer a los bebés un comienzo saludable con el CACFP* y del Capítulo 6: *Alimentación con alimentos sólidos* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección les brinda a los participantes información sobre las habilidades de los bebés según su desarrollo para comer alimentos sólidos.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Describir cuando un bebé está listo para comenzar a comer alimentos sólidos.

Descripción de la lección

La lección de *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos* lleva aproximadamente 18 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 22 minutos.



TEMA	TIEMPO REQUERIDO
Introducción	
› Bienvenida y presentación del instructor	
› Agenda	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	2 minutos
Establecer hábitos alimentarios saludables	1 minuto
Disposición madurativa para comer alimentos sólidos	
› Video: <i>Disposición madurativa para comer alimentos sólidos</i>	8 minutos
Comunicación con los padres	
› Escenario	5 minutos
Resumen	2 minutos
Prueba posterior (si aplica)	2 minutos
TIEMPO TOTAL	22 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*
- › Video: *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*
- › Lápices
- › Papel de presentación y trípode o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*
- › Post prueba de *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*

Nota al instructor:

Acceda los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Contenido de la lección:

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

Agenda

Esta lección brinda información sobre la preparación de los bebés según su desarrollo para comer alimentos sólidos y las maneras de comunicarse con los padres.

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar esta prueba preliminar como una actividad en grupos o distribuir un examen en papel.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 1



DIAPPOSITIVA 2



DIAPPOSITIVA 3



DIAPPOSITIVA 4



FORMULARIO

Establecer hábitos alimentarios saludables

Las preferencias de sabor y los hábitos alimentarios se forman temprano en la vida de un niño, lo cual hace que el sitio de cuidado infantil sea una parte importante de las experiencias de los niños con los alimentos. Como proveedor de cuidado infantil, usted apoya el desarrollo de los hábitos alimentarios de los niños y puede ayudarlos a tener un comienzo saludable. Durante el primer año de vida, la boca de los bebés pasa de poder chupar y tragar la leche materna o fórmula infantil solamente a ser capaz de masticar alimentos sólidos. También los bebés pasan de confiar en usted para que lo alimente, a comenzar a aprender (alrededor de los 8 meses de edad) a alimentarse por sí mismos. A medida que los bebés crecen, pueden comer diferentes tipos de alimentos. Alimentar a los bebés con los alimentos correctos en el momento adecuado les ayuda a disfrutar de texturas y sabores nuevos, a obtener la nutrición que necesitan y a evitar atragantamientos.

Todos los bebés se desarrollan a su propio ritmo. Los alimentos con los que se alimenta a un bebé en diferentes etapas durante su primer año se basan en su desarrollo. El desarrollo del bebé para comer alimentos sólidos está relacionado con el modo en que el bebé puede controlar sus músculos. Aunque la edad y el tamaño a menudo están relacionados con el desarrollo del bebé, estos no se deben usar como los únicos factores para decidir qué darle de comer y cómo alimentar a un bebé.

Disposición madurativa para comer alimentos sólidos

Nota al instructor: El video: *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos* está integrado en la diapositiva de “PowerPoint”. El tiempo de ejecución es de 3 minutos y 2 segundos.

Hay varias opciones para reproducir los videos:

1. Puede usar el “mouse” para seleccionar el video en la diapositiva o presione “Enter” en su teclado para comenzar el video.
2. Puede reproducir el video desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor. O,
3. Si tiene conexión a internet, puede reproducir el video directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

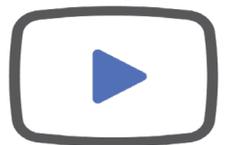
Nota al instructor: Después de reproducir el video resuma la información presentada o haga la siguiente pregunta a los participantes.



DIAPPOSITIVA 5



DIAPPOSITIVA 6



VIDEO 3:02



ACTIVIDAD

¿Qué destrezas del desarrollo indican que un bebé puede estar listo para comer alimentos sólidos?

- › Se sienta en una silla de bebé con un buen control de la cabeza.
- › Abre la boca cuando se le acercan los alimentos.
- › Se estira para alcanzar un alimento.
- › Usa la lengua para pasar la comida de la cuchara a la boca; el bebé ha perdido el reflejo de escupir una cuchara o cualquier alimento que se le pone en la boca.

Comunicación con los padres

Comparta con los padres que, alimentar a un bebé con alimentos sólidos antes de que el bebé esté listo según su desarrollo puede, aumentar la probabilidad de que el bebé se atragante con la comida, tomar menos leche materna o fórmula infantil de la que necesita para crecer o tener sobrepeso o sea obeso más adelante en la vida. Alimentar a un bebé con alimentos sólidos antes de que el bebé esté listo, incluso añadir cereal infantil al biberón, no ayuda al bebé a dormir toda la noche ni hace que el bebé coma menos veces durante el día.

Analicemos algunas maneras de comunicarse con los padres sobre el desarrollo del bebé para comer alimentos sólidos.

- › Hable con los padres del bebé si cree que el bebé está listo para comenzar a comer alimentos sólidos.
 - ›› Sirva alimentos sólidos una vez que los padres le digan que el bebé está listo según su desarrollo y que ya come alimentos sólidos en la casa.
- › Si un bebé no está listo según su desarrollo, pero los padres piensan que el bebé debe comenzar con alimentos sólidos, explique que el bebé no está listo para alimentos sólidos si:
 - ›› Necesita ayuda para mantener la cabeza erguida/derecha.
 - ›› No se puede sentar solo, sin apoyo mientras lo alimenta.
 - ›› No le interesa la comida cuando se le ofrece o cuando está cerca de ella.
- › Use la hoja para padres para iniciar una conversación:
 - ›› *Para padres: ¿Está listo su bebé para comer alimentos sólidos?* en la página 12 de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.



DIAPPOSITIVA 7



DIAPPOSITIVA 8

- » Esta hoja está disponible para descargar de manera gratuita desde el sitio web del USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.
- › Es decisión de los padres cuándo su bebé está listo para comer alimentos sólidos.

Escenario

Practiquemos con este escenario.

ESCENARIO: La bebé Emily todavía necesita ayuda para sostener la cabeza erguida/derecha. No parece interesada cuando tiene comida cerca. La mamá de Emily quiere empezar a darle alimentos sólidos, pero usted no cree que Emily esté lista. ¿Qué puede hacer?

Piense sobre las herramientas de comunicación en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* que pueden ayudarle para hablar con los padres. Un ejemplo es la hoja informativa que analizamos anteriormente en esta lección. *Para padres: ¿Está listo su bebé para comer alimentos sólidos?* en la página 12 de la guía.

Nota del instructor: Presente el escenario y pregunte a los participantes qué harían en la situación mencionada. Puede realizar esta actividad en grupos pequeños o en parejas. Dígales que tienen 1 o 2 minutos para discutir el caso después de leerlo en voz alta. Cuando pasen 1 o 2 minutos, pídales que compartan sus ideas. Corrija cualquier confusión sobre el desarrollo del bebé para comer alimentos sólidos.



DIAPPOSITIVA 9



ACTIVIDAD

Resumen

Nota al instructor: Repase los puntos claves presentados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › Destrezas del desarrollo que indican que un bebé está listo para alimentos sólidos:
 - » Se sienta en una silla para bebés con buen control de la cabeza.
 - » Abre la boca cuando se le acercan los alimentos.
 - » Se estira para alcanzar los alimentos.
 - » Usa la lengua para pasar la comida de la cuchara a la boca.
- › Alimentar a los bebés con los alimentos correctos cuando están listos según su desarrollo les ayuda a:
 - » Disfrutar texturas y sabores nuevos.
 - » Obtener la nutrición que necesitan.
 - » Evitar el atragantamiento.
- › Para iniciar una conversación con los padres comparta la hoja, *Para padres: ¿Está listo su bebé para comer alimentos sólidos?*



DIAPPOSITIVA 10

Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay dos diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - » Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse”. o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices.
 - » Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - » Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 11



DIAPPOSITIVA 12



FORMULARIO

Lección 7

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de la prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

1 Cierto o falso: Los bebés están siempre listos para comer alimentos sólidos exactamente a los 6 meses de edad.

- a. Cierto
- b. Falso**

Los bebés están listos según su desarrollo para comer alimentos sólidos cuando pueden:

- › *Sentarse en una silla alta para bebés con buen control de la cabeza.*
- › *Abre la boca cuando se le acerca los alimentos.*
- › *Se estira para alcanzar la comida.*
- › *Usa la lengua para pasar la comida de la cuchara a la boca.*

Usted puede comenzar a ofrecer alimentos sólidos a un bebé cuando sus padres le digan que el bebé está listo según su desarrollo y que come alimentos sólidos en la casa. Esto en general suele suceder, alrededor de los 6 meses de edad. Hablar con los padres del bebé es clave para saber cuándo comenzar alimentos sólidos y si el bebé tiene alguna alergia o intolerancia a los alimentos.

2 ¿Qué afirmación describe mejor por qué no se debe alimentar a un bebé con alimentos sólidos antes de que esté listo según su desarrollo?

- a. Un bebé puede atragantarse con la comida.
- b. Un bebé puede tomar menos leche materna o fórmula infantil de la que necesita para crecer.
- c. Un bebé puede tener sobrepeso o ser obeso más adelante en la vida.
- d. Todas las anteriores.**

Lección 8:

Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos

Lección 8:

Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos

La información de esta lección viene del Capítulo 6: *Alimentación con comida sólida*, del Capítulo 7: *Compra y la preparación de comidas para bebés* y del Capítulo 9: *Prevención del atragantamiento en la guía de Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección provee a los participantes las buenas prácticas para preparar comidas para bebés y prevenir atragantamiento.

Nota al instructor: Se recomienda enseñar esta lección con la *Lección 7: Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Explicar cómo preparar alimentos para reducir el atragantamiento.

Descripción de la lección

La lección de *Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos* toma aproximadamente 20 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y la prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 25 minutos.



TEMA	TIEMPO REQUERIDO
Introducción	
› Bienvenida y presentación del instructor	
› Agenda	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	3 minutos
Destrezas alimentarias	
› Disposición madurativa del bebé	
› ¿Qué es una destreza alimentaria?	
› ¿Cuál es la mejor textura de los alimentos?	10 minutos
Preparar los alimentos para evitar el atragantamiento	5 minutos
Comunicación con los padres	1 minuto
Resumen	2 minutos
Prueba posterior (si aplica)	3 minutos
TIEMPO TOTAL	25 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos*
- › Lápices
- › Papel milimetrado, caballete o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos*
- › Post prueba de *Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos*

Nota al instructor:

Acceda los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en

<https://teamnutrition.usda.gov>.

Contenido de la lección

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción:

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil.

Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán sobre las buenas prácticas para preparar alimentos para bebés y evitar el atragantamiento. Se les recordará la importancia de comunicarse con los padres sobre el desarrollo del bebé, así como también sobre los alimentos y las texturas que los padres están introduciendo en la casa.

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPOSITIVA 1



DIAPOSITIVA 2



DIAPOSITIVA 3



DIAPOSITIVA 4



DIAPOSITIVA 5



FORMULARIO

Destrezas alimentarias

Disposición madurativa del bebé

Como recordatorio de la Lección 7: *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*, el patrón de comidas para bebés del CACFP incluye alimentos sólidos para bebés de 6 a 11 meses de edad. Pero no todos los bebés están listos para los alimentos sólidos a los 6 meses exactamente. Los bebés se desarrollan a su propio ritmo. Los alimentos con los cuales se alimenta a un bebé se basan en el desarrollo y las destrezas alimentarias del bebé. El desarrollo del bebé para los alimentos sólidos está relacionado con la manera en que el bebé puede controlar sus músculos y digerir determinados alimentos. Las destrezas alimentarias de un bebé son una buena señal de cuáles son las texturas de los alimentos que el bebé está listo para comer.

- › Después de introducir purés, los bebés deben pasar a texturas nuevas, desde un puré con algunos grumos blandos, a alimentos machacados más espesos, a alimentos blandos cortados en trozos pequeños. Es importante continuar introduciendo texturas nuevas para que los bebés desarrollen continuamente las destrezas alimentarias y el masticar, que eventualmente les permitirán comer los alimentos de mesa.
 - » También, esto ayuda al bebé a acostumbrarse a sentir las diferentes texturas de los alimentos en la boca.
- › Alrededor de los 8 a 12 meses, los bebés desarrollan el agarre de pinza para alimentarse con trozos de comida pequeños y blandos.

¿Qué es una destreza alimentaria?

Los bebés nacen con destrezas alimentarias que les permiten tomar la leche materna o fórmula infantil. A medida que los bebés crecen, desarrollan nuevas destrezas que eventualmente los ayudarán a alimentarse por sí mismos con su supervisión. Ofrecer a los bebés texturas de alimentos diferentes a medida que van creciendo los ayuda a aprender o a reforzar diferentes destrezas alimentarias.

Las destrezas alimentarias incluyen que un bebé pueda:

- › Chupar/tragar.
- › Pasar comida de la cuchara hacia la parte posterior de la boca y tragar.
- › Agarrar trozos de alimentos con las manos.
- › Agarrar trozos de alimentos con los dedos.



DIAPOSITIVA 6



DIAPOSITIVA 7

En la diapositiva se muestran las habilidades alimentarias que pueden indicar que un bebé está listo para probar alimentos diferentes.

¿Qué alimentos cree que un bebé con agarre palmar, que aparece a la izquierda, puede estar listo para probar?

- › **Agarre palmar**—cuando un bebé usa toda la mano para agarrar trozos de comida u objetos más grandes.
 - » El bebé puede estar listo para probar tiras de pan o galletas.

¿Qué alimentos cree que un bebé con agarre de pinza, que aparece a la derecha, puede estar listo para probar?

- › **Agarre de pinza**—cuando un bebé comienza a usar los dedos pulgar y el índice para agarrar trozos de comida u objetos más pequeños.
 - » El bebé puede estar listo para probar cereales listos para comer, tales como los cereales de grano integral en forma de “O”.

¿Cuál es la mejor textura de los alimentos?

Al servir alimentos, asegúrese de que sea de una manera en la cual el bebé pueda tragar y/o masticar fácilmente según las destrezas alimentarias del bebé.

Nota al instructor: Haga un clic en las tres imágenes del bebé y pida a los participantes que elijan cuál es el mejor alimento para cada destreza alimentaria.

Respuestas:

- › El primer bebé (chupa/traga): leche materna o fórmula infantil fortificada.
- › El segundo bebé (pasa la comida de la cuchara a la parte posterior de la boca y la traga): puré, alimentos blandos cocidos, como puré de zanahorias o batatas dulces (camotes) cocidas.
- › El tercer bebé (agarra trozos de comida con las manos o los dedos): rebanadas finas o trozos pequeños de pan (**no más grandes de ½ pulgada**).



DIAPPOSITIVA 8



DIAPPOSITIVA 9



ACTIVIDAD

Preparar los alimentos para evitar el atragantamiento

Nota al instructor: La continua introducción de texturas nuevas de los alimentos, según el bebé está listo según su desarrollo, fortalece las destrezas del bebé mientras reduce el riesgo de atragantamiento. Algunos alimentos son más duros para que los bebés coman y presentan un riesgo de atragantamiento.

Para evitar el atragantamiento:

- › Cocine o cocine al vapor los alimentos hasta que estén lo suficientemente blandos para pincharlos fácilmente con un tenedor.
- › Modifique la textura haciendo puré, triturando, moliendo o cortando finamente.
- › Corte los alimentos en rebanadas finas o en trozos pequeños (no más grandes de ½ pulgada).
 - » No dé de comer alimentos o trozos de alimentos del tamaño o forma de una canica pequeña. Los alimentos de este tamaño pueden tragarse enteros y quedar atrapados en la garganta de un bebé.
 - » Corte los alimentos redondos en tiras cortas (a lo largo) en lugar de trozos redondos.
 - » Corte las uvas y los tomates “cherry” en cuartos.
 - » Elimine las pepas, las semillas y las cáscaras duras de la fruta madura y córtelas en trozos pequeños.
- › Evite servir alimentos pequeños, pegajosos o duros que sean difíciles de masticar o que sean fáciles de tragar enteros.
 - » Por ejemplo, los trozos de mantequilla de nueces o semillas son pegajosos y representan un riesgo de atragantamiento. También, las mantequillas de nueces y semillas no son acreditables para una comida o merienda reembolsable bajo el patrón de comidas para bebés.

Nota del instructor: Diga a los participantes que pueden encontrar una lista completa de maneras de reducir el riesgo de atragantamiento en el Capítulo 9: *Prevención del atragantamiento* en la página 114 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.



DIAPOSITIVA 10



DIAPOSITIVA 11



DIAPOSITIVA 12

Comunicación con los padres

Hable con los padres sobre el desarrollo del bebé, así como también sobre los alimentos y las texturas que los padres introducen en la casa. Puede usar las hojas informativas de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para ayudarlo a iniciar una conversación. Ejemplos de las hojas informativas que usted puede incluir:

- › *Para padres: ¿Está listo su bebé para comer alimentos sólidos?* (página 12)
- › *Para padres: ¿Qué come su bebé? ¡Cuéntenos!* (página 63)
- › *Para padres: Varíe los vegetales de su bebé* (página 88)

Estas hojas informativas y más están disponibles y se pueden descargar de manera gratuita en el sitio web del USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Resumen

Nota al instructor: Repase los puntos claves presentados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › El patrón de comida para bebés del CACFP incluye alimentos sólidos para los bebés que están listos según su desarrollo (alrededor de los 6 meses).
- › Cuando sirva alimentos sólidos, asegúrese que sean de forma que el bebé pueda tragar y masticar fácilmente según las destrezas alimentarias del bebé.
 - » Cuando los bebés están listos según su desarrollo para los alimentos sólidos, las texturas pueden pasar de purés diluidos a purés más espesos y de alimentos machacados a trozos más grandes y blandos para que los puedan comer por sí mismos usando la prensión palmar.
 - » Alrededor de los 8–12 meses, los bebés desarrollan el agarre de pinza para alimentarse solos con trozos de comida blandos y pequeños.



DIAPPOSITIVA 13



DIAPPOSITIVA 14

Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - ›› Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - ›› Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPOSITIVA 15



DIAPOSITIVA 16



DIAPOSITIVA 17



FORMULARIO

Lección 8

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de la prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

1 Todos los alimentos que se mencionan a continuación para comer con las manos son acreditables en el patrón de comidas para bebés del CACFP y se pueden preparar de la manera correcta para evitar el atragantamiento, excepto (marque una con un círculo):

- a. Tiras de pan pequeñas
- b. Fresas cortadas en trozos pequeños
- c. Trozos de mantequilla de maní**
- d. Huevos enteros cortados en trozos pequeños (yema y clara de huevo)

2 ¿Cuál es una buena práctica para preparar alimentos para bebés? Marque con un círculo todas las correctas.

- a. Modifique la textura haciendo puré, triturando, moliendo o cortando finamente.
- b. Corte los alimentos redondos en tiras cortas (a lo largo) en lugar de trozos redondos.
- c. Elimine las pepas, las semillas, la piel y las cáscaras duras de las frutas y de los vegetales.
- d. Todas las anteriores.**

3 Para preparar alimentos que el bebé pueda masticar fácilmente, corte los alimentos blandos en trozos pequeños: no más grandes de _____ o en rebanadas o tiras finas.

- a. 1/2 pulgada**
- b. 2/3 pulgada
- c. 3/4 pulgada
- d. 1 pulgada

Lección 9:

Alimentos acreditables para bebés: parte 1

Lección 9:

Alimentos acreditables para bebés: parte 1

La información de esta lección viene del Capítulo 6: *Alimentar con comida sólida* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección cubre los alimentos sólidos que son acreditables como parte de las comidas y meriendas/“snacks” reembolsables en el patrón de comidas para bebés del CACFP.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Identificar los alimentos sólidos que son acreditables como parte de las comidas o meriendas/“snacks” reembolsables en el patrón de comidas para bebés del CACFP.

Descripción de la lección

La lección de *Alimentos acreditables para bebés: parte 1* toma aproximadamente 25 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 30 minutos.



TEMA	TIEMPO REQUERIDO
Introducción	
<ul style="list-style-type: none"> › Bienvenida y presentación del instructor › Agenda 	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	3 minutos
Comidas y meriendas/“snacks” para bebés reembolsables	1 minuto
Alimentos sólidos	
<ul style="list-style-type: none"> › Patrón de comidas para bebés › ¿Qué son los alimentos sólidos? › Alimentos sólidos en el patrón de comidas para bebés 	2 minutos
Componentes alimenticios	
<ul style="list-style-type: none"> › Granos › Carne y sustitutos de carne › Vegetales y frutas › ¿Qué alimento no es acreditable? 	17 minutos
Resumen	2 minutos
Prueba posterior (si aplica)	3 minutos
TIEMPO TOTAL	30 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Alimentos acreditables para bebés: parte 1*
- › Lápices
- › Papel de presentación y trípode o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Alimentos acreditables para bebés: parte 1*
- › Post prueba de *Alimentos acreditables para bebés: parte 1*

Nota al instructor:

Acceda los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Contenido de la lección

Introducción:

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán cuáles son los alimentos sólidos que son acreditables para las comidas y meriendas/“snacks” reembolsables en el patrón de comidas para bebés.

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices.
- › Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 1



DIAPPOSITIVA 2



DIAPPOSITIVA 3



DIAPPOSITIVA 4



DIAPPOSITIVA 5



FORMULARIO

Comidas y meriendas/“snacks” para bebés reembolsables

Antes de empezar, vamos a definir qué son los componentes alimenticios, las comidas o meriendas/“snacks” para bebés reembolsables y los alimentos acreditables.

- › Cada comida y merienda según el patrón de comidas para bebés está compuesta **por componentes alimenticios**: leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro, carne y sustitutos de carne, vegetales y frutas, y granos.
- › Una comida o merienda es **reembolsable** siempre y cuando se le ofrezcan al bebé todos los componentes alimenticios requeridos durante el día.
 - ›› No es necesario que los bebés coman toda la comida que se les ofrece para que una comida sea reembolsable.
- › **Alimentos acreditables** son aquellos que se pueden reclamar para cumplir con los requisitos del patrón de comidas para bebés del CACFP para una comida o merienda reembolsable.
 - ›› Los alimentos acreditables incluyen: cereales para bebés fortificados con hierro, carne, pescado, frijoles, guisantes, huevos, yogur, queso, frutas y vegetales.
 - ›› En la merienda, las opciones acreditables incluyen panes y galletas “crackers”, y cereales listos para comer.

Consulte el Apéndice F: *Lista de alimentos para bebés* en la página 149 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* para obtener una lista de los alimentos acreditables y no acreditables. Tenga en cuenta que la lista no es absoluta. El Apéndice F contiene solo los alimentos que se sirven comúnmente a los bebés en los programas de cuidado infantil.

Nota al instructor: Estas definiciones se cubrieron en la Lección 1 y sirven de repaso.



DIAPPOSITIVA 6

Alimentos sólidos

Patrón de comidas para bebés

Nota al instructor: Los conceptos que se mencionan a continuación se presentaron en la Lección 1 y sirven de repaso antes de discutir los alimentos que se pueden acreditar como una comida o merienda reembolsables.

El patrón de comidas para bebés del CACFP permite empezar alimentos sólidos alrededor de los 6 meses de edad. Se usa el término “alrededor” porque no todos los bebés están **listos según su desarrollo** para los alimentos sólidos, exactamente a los 6 meses de edad. Algunos bebés pueden estar preparados para los alimentos sólidos a los 5 meses de edad, otros a los 6 meses y medio.

Las cantidades de alimentos sólidos enumerados en el patrón de comidas para bebés se proveen como un rango, como por ejemplo de 0-2 cucharadas. Esto brinda flexibilidad para ofrecer la cantidad correcta de alimentos sólidos según el desarrollo del bebé. Usted puede ofrecer a un bebé menos de 1 cucharada de comida, si el bebé recién comienza a comer alimentos sólidos. Una vez que el bebé haya probado y aceptado un determinado alimento, entonces le puede ofrecer las 2 cucharadas completas del alimento sólido.

¿Qué son alimentos sólidos?

Los alimentos sólidos son alimentos que son fáciles de digerir y seguros para que un bebé coma una vez que está listo según su desarrollo, generalmente a los 6 de meses de edad. Los alimentos sólidos se pueden hacer puré, machacar, moler o cortar finamente para permitir que el bebé coma la comida sin atragantarse.

Como proveedor de cuidado infantil, usted puede comenzar a ofrecer alimentos sólidos a un bebé después de que los padres le hayan dicho a usted que el bebé está listo según su desarrollo y que come alimentos sólidos en la casa.

Alimentos sólidos en el patrón de comidas para bebés

Para los bebés de 6 a 11 meses, el patrón de comidas para bebés del CACFP incluye alimentos sólidos, tales como: cereales para bebés fortificados con hierro, carnes, pescado, frijoles, guisantes, huevos, yogur, queso, frutas y vegetales. En la merienda/“snack”, las opciones acreditables incluyen panes y galletas “crackers” y cereales listos para comer.

	Desarrollo	6 a 11 meses
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras
Alimentos sólidos	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras	0-2 cucharadas de puré de frutas y verduras

DIAPPOSITIVA 7



DIAPPOSITIVA 8



DIAPPOSITIVA 9

Componentes alimenticios

Granos

Los granos en el patrón de comidas para bebés incluyen:

- › Cereal infantil (para bebés) seco y fortificado con hierro
- › Panes y galletas “crackers” (acreditables solo si se ofrecen como merienda/“snack”, no con una comida)
- › Cereales listo para comer (acreditables solo si se ofrecen como merienda/“snack”, no con una comida)

Los granos que se sirven deben estar hechos con maicena o harina de grano enriquecido o integral. Los cereales de desayuno listos para comer y los cereales infantiles que están fortificados con hierro también son acreditables. No hay ningún requisito para que sea rico en grano integral en el patrón de comidas para bebés del CACFP.

Los cereales listos para comer incluyen hojuelas, bolitas de cereales y cereales inflados que los bebés más grandes pueden agarrar y comer.

- › Los cereales listos para comer son acreditables solo en las meriendas, no comidas.
- › Para que un cereal listo para comer sea acreditable, la cantidad de azúcar no debe ser más de 6 gramos de azúcar por onza seca de cereal y el cereal debe ser fortificado con hierro.
- › Casi todos los cereales infantiles cumplen con el límite de azúcar y hay muchos tipos de cereales listos para comer que cumplen también con este límite de azúcar.

Algunos cereales listos para comer pueden causar atragantamiento. Al comprar cereales, elija los que se disuelven fácilmente en la boca y no deben tener nueces, frutas deshidratadas, ni otros alimentos duros.

Elija cereales para el desayuno bajos en azúcares añadidas

Existen algunas maneras para determinar si un cereal cumple con el límite de azúcar.

- › Use cualquier cereal que se encuentre en la lista de cereales aprobada por cualquier agencia estatal del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC) que se encuentra como parte de las listas de alimentos aprobadas por el estado.



DIAPOSITIVA 10



DIAPOSITIVA 11

Los pescados de aleta como los mariscos comprados en tiendas, se les pueden ofrecer a los bebés de 6 a 11 meses de edad cuando estén listos según su desarrollo para los alimentos sólidos.

- › El pescado de pesca casera solo es acreditable si cumple con las políticas estatales o locales de salud pública relacionadas a seguridad alimentaria.
- › Según la Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics), no hay evidencia de que esperar a introducir alérgenos comunes, como pescado o mariscos, después de los 4 a 6 meses de edad, evitará una alergia alimentaria.
- › Retire las espinas o caparazones y modifique la textura de los pescados y los mariscos según las destrezas alimentarias del bebé.

Sustitutos de carne

Los huevos, frijoles y guisantes, el queso, el requesón y el yogur son acreditables como sustitutos de carne.

- › El huevo entero, incluidas la yema y la clara, debe servirse para que sea acreditable.
- › Los frijoles y guisantes secos y cocidos, como lentejas, frijoles negros, frijoles pintos o garbanzos se pueden servir a los bebés que están listos según su desarrollo. Esto incluye a los frijoles y guisantes enlatados.
 - ›› Busque aquellos etiquetados como “reducido en sodio”.
 - ›› Haga puré o machaque los frijoles y guisantes para evitar el atragantamiento
 - ›› Los guisantes verdes no se consideran sustituto de carne.
- › Los quesos pasteurizados están permitidos bajo el patrón de comidas para bebés.
 - ›› El alimento de queso, el queso para untar y el producto de queso no son acreditables porque generalmente son altos en sal y bajos en proteínas.
- › Los yogures comprados en tiendas y hechos con leche baja en grasa, reducida en grasa o entera son acreditables bajo el patrón de comidas para bebés.
 - ›› Para ser acreditable, el yogur no debe tener más de 23 gramos de azúcar por cada 6 onzas de yogur.
 - ›› Los yogures hechos en la casa no son acreditables.

Elija yogures con bajo contenido de azúcares añadidas

Para determinar si un yogur cumple con el requisito de azúcar de no más de 23 gramos de azúcar por cada 6 onzas, usted puede usar la tabla en el Apéndice E: *Elija yogures con bajo contenido de azúcares añadidas* en la página 147 de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.

Un seminario web grabado sobre este tema está disponible a través de la serie de seminarios web, Medio tiempo del CACFP: treinta los jueves del USDA Team Nutrition. El seminario web grabado, *Elija yogures con bajo contenido de azúcares añadidas* se puede encontrar en <https://teammnutrition.usda.gov>.

Nota al instructor: Si incluye la Lección 10: *Alimentos acreditables para bebés: parte 2* en la capacitación, informe a los participantes que usted analizará el requisito de azúcar con más detalle en la siguiente lección.

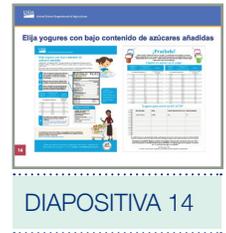
Vegetales y frutas

Todos los vegetales y las frutas se pueden ofrecer a los bebés, pero los jugos de frutas y vegetales, incluido el jugo 100%, no son acreditables en el patrón de comidas para bebés.

- › Los vegetales y las frutas tienen nutrientes importantes y fibra.
- › Para evitar el atragantamiento, usted debe:
 - ›› Cocinar y preparar los vegetales y las frutas con la textura adecuada para las destrezas alimentarias del bebé.
 - ›› Quitar todas las pepas, semillas, cáscaras y piel antes de servir la comida.
 - ›› Cortar los vegetales y las frutas en rodajas finas o porciones pequeñas (no más grandes de ½ pulgada.)

¿Qué alimento no es acreditable?

Nota al instructor: Esta diapositiva y las dos diapositivas siguientes están diseñadas para “probar” el conocimiento de los participantes sobre los alimentos que son acreditables. En cada diapositiva, hay tres ilustraciones de alimentos sólidos. Pregunte a los participantes qué alimento creen que **no** es acreditable para una comida o una merienda reembolsable en el patrón de comidas para bebés. Permita que den varias respuestas antes de brindar la respuesta correcta y la explicación de por qué el alimento no es acreditable. Para revelar la “X” sobre la comida que no es acreditable, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.



ACTIVIDAD

Respuesta: El postre de tarta de durazno. Los postres a base de granos no son acreditables. Los postres de comida para bebés, como las tartas se consideran postres a base de granos. Estos alimentos son altos en grasas saturadas y azúcares añadidas.

Nota al instructor: Pregunte a los participantes qué alimento creen que **no** es acreditable para una comida o merienda reembolsable en el patrón de comidas para bebés. Permita que den varias respuestas antes de brindar la respuesta correcta y la explicación de por qué el alimento no es acreditable. Para revelar la “X” sobre la comida que no es acreditable, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.

Respuesta: El producto de queso pasteurizado. El producto de queso, el alimento de queso y el queso para untar no son acreditables porque generalmente son altos en sal y bajos en proteínas.

Nota del instructor: Pregunte a los participantes qué alimento creen que **no** es acreditable para una comida o merienda reembolsable en el patrón de comidas para bebés. Permita que den varias respuestas antes de brindar la respuesta. Permita que respondan antes de brindar la respuesta y la explicación de por qué el alimento no es acreditable. Para revelar la “X” sobre la comida que no es acreditable, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.

Respuesta: El yogur liofilizado. Los productos de yogur como las meriendas/“snacks” de yogur liofilizado, yogur congelado y barras de yogur no son acreditables.



DIAPPOSITIVA 17



ACTIVIDAD



DIAPPOSITIVA 18



ACTIVIDAD

Resumen

Nota al instructor: Repase los puntos clave abordados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › Comidas y meriendas/“snacks” reembolsables
 - ›› Una comida o merienda/“snack” es reembolsables siempre y cuando se ofrezcan al bebé todos los componentes alimenticios durante el día.
 - ›› No es necesario que los bebés se coman toda la comida que se les ofrece para que la comida sea reembolsable.
- › Alimentos sólidos
 - ›› El patrón de comidas para bebés del CACFP permite empezar alimentos sólidos alrededor de los 6 meses de edad, cuando el bebé esté listo según su desarrollo.
 - ›› Los alimentos sólidos acreditables incluyen: cereales para bebés fortificados con hierro, carne, pescado, frijoles, guisantes, huevos, yogur, queso, frutas y vegetales.
 - ›› En la merienda/“snack”, las opciones acreditables incluyen pan y galletas “crackers” y cereales listos para comer.
- › Cereales
 - ›› Para ser acreditable, los cereales de desayuno listos para comer y los cereales infantiles deben:
 - Estar hechos con maicena o harina de grano enriquecido o integral,
 - Ser fortificados con hierro, y
 - Tener no más de 6 gramos de azúcar por cada onza seca.
 - ›› Los cereales listos para comer son acreditables solo para las meriendas/“snacks”, no las comidas.
- › Yogur
 - ›› Para ser acreditable, el yogur comprado en tiendas debe tener no más de 23 gramos de azúcar por cada 6 onzas.
 - ›› El yogur hecho en casa no es acreditable.
- › Recuerde, el Apéndice F: *Lista de alimentos para bebés* en la página 149 de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* tiene una lista de alimentos acreditables y no acreditables.



Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - ›› Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - ›› Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPOSITIVA 20



DIAPOSITIVA 21



DIAPOSITIVA 22



FORMULARIO

Lección 9

Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y de la prueba posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

- 1** Sí o no: Un padre le pide que comience a servirle alimentos sólidos a su bebé de 5 meses de edad en su sitio de cuidado infantil, pero usted sabe que los grupos de edad del patrón de comidas para bebés son de 0 a 5 meses y de 6 a 11 meses. Si usted le sirve alimentos sólidos al bebé a los 5 meses de edad, ¿puede aún reclamar un reembolso por las comidas y meriendas/“snacks” del bebé?

 - a. **Sí**
 - b. No

- 2** Sí o no: Usted se da cuenta que un bebé bajo su cuidado está listo según su desarrollo para los alimentos sólidos y los padres están de acuerdo. Los padres le dicen que han alimentado al bebé en la casa con huevos, entonces usted le ofrece al bebé huevos enteros (yema y clara de huevo), cortados en pedazos pequeños en el sitio de cuidado infantil. El bebé come un bocado en el almuerzo. ¿Usted puede reclamar los huevos como parte de un almuerzo reembolsable?

 - a. **Sí**
 - b. No

- 3** ¿Qué alimentos son acreditables en el patrón de comidas para bebés y se pueden ofrecer a los bebés de aproximadamente 6 meses a 11 meses de edad? Marque con un círculo todas las correctas.

 - a. Postre de pastel de durazno
 - b. **Puré de zanahoria**
 - c. **Pollo al horno, cortado en trozos finos**
 - d. Barra de granola

Lección 10:

Alimentos acreditables para bebés: parte 2

Lección 10:

Alimentos acreditables para bebés: parte 2

La información de esta lección viene del Capítulo 6: *Alimentar con comida sólida* en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Esta lección cubre los límites de azúcar para el cereal listo para comer y el yogur en el CACFP, qué hacer cuando los padres proveen un componente alimenticio y cómo satisfacer las necesidades dietéticas especiales de un bebé.

Objetivos de aprendizaje

Al final de esta lección, los participantes podrán:

- › Determinar si un cereal listo para comer y el yogur cumplen con el límite de azúcar del CACFP.
- › Describir un componente alimenticio provisto por los padres en el CACFP.
- › Describir cómo atender a un bebé que tiene necesidades dietéticas especiales.

Descripción de la lección

La lección de *Alimentos acreditables para bebés: parte 2* toma aproximadamente 20 minutos para presentarse. Si se administran la prueba preliminar y la prueba posterior, el tiempo total de la sesión será de aproximadamente 25 minutos. Si su capacitación incluye las 10 lecciones, puede jugar el *Show de Juego de Alimentación para Bebés* al final de esta lección. El juego, *Show de Juego: Alimentación para Bebés* añadirá aproximadamente 30 minutos al tiempo total de la capacitación.



TEMA	 TIEMPO REQUERIDO
Introducción	
› Bienvenida y presentación del instructor	
› Agenda	2 minutos
Prueba preliminar (si aplica)	3 minutos
Límite de azúcar para el cereal listo para comer	6 minutos
Límite de azúcar para el yogur	6 minutos
Dietas especiales	
› Declaración médica	1 minuto
Comunicación con los padres	1 minuto
Resumen	2 minutos
Show de Juego: Alimentación para Bebés (opcional)	30 minutos
Prueba posterior (si aplica)	3 minutos
TIEMPO TOTAL	55 MINUTOS

Materiales y equipo

Materiales y equipo necesarios para la lección:

- › Computadora
- › Proyector/pantalla
- › Presentación de “PowerPoint”: *Alimentos acreditables para bebés: parte 2*
- › Archivo del juego digital interactivo: *Show de Juego: Alimentación para Bebés* (opcional)
- › Lápices
- › Papel de presentación y trípode o pizarra blanca y marcadores (opcional)

Nota al instructor:

Acceda los archivos de la capacitación en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en

<https://teamnutrition.usda.gov>.

Formularios opcionales para la lección:

- › Pre prueba de *Alimentos acreditables para bebés: parte 2*
- › Post prueba de *Alimentos acreditables para bebés: parte 2*

Materiales suplementarios (opcional):

- › Varias cajas de cereales listos para comer o etiquetas de información nutricional
- › Varios envases vacíos de yogur o etiquetas de información nutricional

Contenido de la lección

Nota al instructor: Esta información también aparece en el panel de notas en la presentación de “PowerPoint”.

Introducción:

Bienvenida y presentación del instructor

Dé la bienvenida a los participantes de la capacitación y preséntese dando:

- › Su nombre
- › Su cargo/posición
- › Su experiencia con el programa de CACFP, nutrición infantil y/o cuidado infantil

Agenda

En esta lección, los participantes aprenderán cómo determinar si los cereales listos para comer y el yogur cumplen con el límite de azúcar en el CACFP para ser acreditables como parte de una comida o merienda/“snack” reembolsable y qué hacer cuando los padres proveen un componente alimenticio y cómo satisfacer las necesidades dietéticas especiales de un bebé.

Prueba preliminar

Nota al instructor: Puede realizar la prueba preliminar como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. No dé la respuesta. Diga a los participantes que las respuestas se darán al final de la lección en las diapositivas de la prueba posterior.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba preliminar y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 1



DIAPPOSITIVA 2



DIAPPOSITIVA 3



DIAPPOSITIVA 4



DIAPPOSITIVA 5



FORMULARIO

Límite de azúcar para el cereal listo para comer

Los cereales listos para comer incluyen hojuelas, bolitas y cereales inflados que los bebés más grandes pueden agarrar y comer. Estos cereales solo se pueden acreditar para las meriendas/“snacks”, no para las comidas. Para que un cereal listo para comer sea acreditable, la cantidad de azúcar no debe ser más de 6 gramos de azúcar por onza seca del cereal.

¿Cómo puedo saber si un cereal tiene 6 gramos de azúcar o menos por onza seca?

Casi todos los cereales para bebés cumplen con el límite de azúcar de 6 gramos de azúcar por onza seca. También, hay muchos tipos de cereales listos para comer que cumplen con este límite de azúcar. Si no está seguro si el cereal que quiere comprar es acreditable, hay un par de maneras para determinar si es acreditable.

Usted puede:

- › Usar cualquier cereal en la lista de alimentos aprobados por cualquier agencia estatal del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC), o
- › Usar el Apéndice D: *Elija cereales para el desayuno bajos en azúcares añadidas* en la página 145 de la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.

Miremos con atención la hoja en el Apéndice D y revisemos los pasos juntos.

1. Use la etiqueta de información nutricional para encontrar el tamaño de porción, en gramos (g) del cereal.
2. Encuentre la línea de azúcares. Mire la cantidad de gramos (g) junto a Azúcares (“Sugar”, en inglés).
3. Use el tamaño de porción (“Serving Size”, en inglés) identificado en el Paso 1 para encontrar en la tabla el tamaño de porción del cereal.
4. En la tabla, mire el número a la derecha de la cantidad del tamaño de porción (la columna de Azúcares). Si el cereal tiene esa cantidad de azúcar, o menos, el cereal cumple con el requisito de azúcar.

Nota al instructor: La etiqueta de información nutricional le informa el tamaño de porción en gramos, no en onzas secas. No es necesario que los participantes hagan la conversión de gramos a onzas. Pueden usar la tabla en la primera (o segunda) página de la hoja para comparar el tamaño de porción en gramos con la cantidad de azúcar en gramos.



DIAPPOSITIVA 6



ACTIVIDAD

Veamos el cereal de la marca “Yummy” en la hoja. ¿Este cereal cumple con el límite de azúcar del CACFP?

Nota al instructor: Revise de nuevo los pasos si es necesario.

Respuesta: El cereal cumple con el límite de azúcar. El cereal tiene 5 gramos de azúcar por cada 30 gramos. La máxima cantidad de azúcar permitida para 30 gramos de cereal es de 6 gramos; de manera que 5 gramos son menor que 6, y por lo tanto este cereal cumple con el requisito de azúcar.

Nota al instructor: Si el tiempo lo permite y tiene envases de cereales vacíos, haga que los participantes practiquen los pasos usando las etiquetas de información nutricional de los envases vacíos y la hoja en el Apéndice D: *Elija cereales para el desayuno bajos en azúcares añadidas*. Puede realizar la actividad en pequeños grupos o en parejas. Distribuya los envases vacíos y dígalos cuánto tiempo tienen para completar la actividad. Cuando se acabe el tiempo, pida a cada grupo o pareja que comparta sus conclusiones.

Nota al instructor: Un seminario web grabado sobre este tema está disponible a través de la serie de seminarios web, Medio tiempo del CACFP: treinta los jueves del USDA Team Nutrition. El seminario web grabado, *Elija cereales de desayuno bajos en azúcares añadidas* se puede encontrar en <https://teamnutrition.usda.gov>.



Límite de azúcar para el yogur

¿Cómo puedo saber si un yogur tiene 23 gramos de azúcar o menos?

Consulte el Apéndice E: *Elija yogures con bajo contenido de azúcares añadidas* en la página 147 en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*. Los pasos que usted puede seguir para determinar si un yogur tiene 23 gramos de azúcar o menos por 6 onzas son los mismos que usaron para determinar los azúcares en el ejemplo del cereal listo para comer. Usted puede usar la tabla en la hoja en el Apéndice E para comparar el tamaño de porción en onzas (o gramos) con la cantidad de azúcar en gramos.

Repasemos juntos los pasos en esta hoja:

1. Use la etiqueta de información nutricional para encontrar el tamaño de porción del yogur, en onzas (oz) o en gramos (g).
2. Encuentre la línea de azúcares. Mire la cantidad de gramos (g) junto a Azúcares.
3. Use el tamaño de porción identificado en el Paso 1 para encontrar el tamaño de porción del yogur en la tabla.
4. En la tabla, mire el número a la derecha de la cantidad del tamaño de porción (la columna de Azúcares). Si el yogur tiene esa cantidad de azúcar, o menos, el yogur cumple con el requisito de azúcar.

Entonces, ¿el yogur en la hoja cumple con el límite de azúcar del CACFP?

Nota al instructor: Repase de nuevo los pasos, si es necesario.

Respuesta: El yogur cumple con el requisito. El yogur tiene 9 gramos de azúcar en 8 onzas (227 gramos). La cantidad máxima de azúcar permitida en 8 onzas de yogur es 31 gramos. Nueve es menor que 31, de manera que este yogur es acreditable.

Nota al instructor: Si el tiempo permite y tiene envases de yogur vacíos, haga que los participantes practiquen los pasos usando las etiquetas de información nutricional de los envases vacíos y la hoja en el Apéndice E: *Elija yogures con bajo contenido de azúcares añadidas*. Puede realizar la actividad en grupos pequeños o en parejas. Distribuya los envases vacíos y dígalos cuánto tiempo tienen para completar la actividad. Cuando se acabe el tiempo, pida a cada grupo o pareja que comparta sus conclusiones.



DIAPPOSITIVA 7



ACTIVIDAD

Nota al instructor: Un seminario web grabado sobre este tema está disponible a través de la serie de seminarios web Medio tiempo del CACFP: treinta los jueves del USDA Team Nutrition. El seminario web grabado *Elija yogures con bajo contenido de azúcares añadidas* se puede encontrar en <https://teamnnutrition.usda.gov>.



Componente alimenticio que el padre provee

Los padres pueden traer **un componente alimenticio** para su bebé que puede contar como una comida o merienda reembolsable en el CACFP. Para que la comida o la merienda/“snack” sea reembolsable, el proveedor de cuidado infantil debe ofrecer al bebé todos los otros componentes alimenticios.

Para los bebés que comen alimentos sólidos, hay dos opciones para reclamar el reembolso:

1. Si el padre provee leche materna o una fórmula infantil acreditable para su bebé, el sitio de cuidado infantil debe proveer todos los componentes alimenticios sólidos para que la comida o la merienda/“snack” sea reembolsable.
2. Si el padre provee un componente alimenticio sólido acreditable para su bebé, el sitio de cuidado infantil debe proveer una fórmula infantil fortificada con hierro acreditable y todos los demás componentes alimenticios sólidos para que la comida o la merienda/“snack” sea reembolsable.

Nota al instructor: Esta información se cubrió en la Lección 1.

Dietas especiales

Como sitio de cuidado infantil que participa en el CACFP, usted debe hacer sustituciones a las comidas para los bebés con dietas especiales.

Si los alimentos que ofrece no satisfacen las necesidades de un bebé con discapacidad debido a necesidades alimentarias, usted o los padres pueden sustituir otro alimento dentro del mismo componente alimenticio. Usted siempre debe tratar de encontrar un sustituto. **No obstante**, si el proveedor de salud del bebé escribe una declaración médica que indica que el bebé no puede comer ningún alimento de un componente alimenticio, usted no tiene que servir ese componente alimenticio.

Un padre puede solicitar un sustituto de alimentos por una alergia o intolerancia alimenticias o por motivos religiosos. A continuación, aparecen algunos ejemplos.



- › **Alergia o intolerancia alimenticia:** Si un bebé que está bajo su cuidado no puede comer duraznos, puede ofrecerle otra fruta como manzanas, peras o bananas como parte de la comida reembolsable.
- › **Razones religiosas:** Si los padres no quieren que su bebé coma cerdo, una carne diferente o un sustituto de carne puede reemplazar el cerdo para esa comida. En este caso, la comida aún sería reembolsable.
 - » Se recomienda tener una carta archivada con la firma de uno de los padres que muestre que se solicitó este pedido. No se necesita una declaración médica.

Declaración médica

Si la sustitución es por causa de una discapacidad o de una necesidad alimentaria especial, los padres deben proveer una declaración médica del proveedor de salud del bebé.

La declaración médica debe incluir lo siguiente:

- › Nombre de los alimentos que se deben evitar,
- › Explicación de cómo afectan los alimentos al bebé, y
- › Firma del proveedor de cuidado de salud del bebé en el formulario.

Las sustituciones recomendadas de alimentos se pueden incluir en la declaración médica.

Siempre mantenga la declaración médica archivada en un lugar seguro en su sitio de cuidado infantil.

Comunicación con los padres

Recuerde que las herramientas de comunicación están disponibles en su guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.

Las hojas informativas son una excelente manera de iniciar una conversación con los padres sobre su bebé. Puede usar:

- › *Para padres: ¿Qué come su bebé? ¡Cuéntenos!* en la página 63, para saber qué alimentos está comiendo un bebé en la casa y también informarse sobre algún alimento que el bebé no pueda comer debido a alergias o intolerancias alimentarias o por motivos religiosos.



DIAPOSITIVA 10



DIAPOSITIVA 11

- › *Para padres: Varíe los vegetales de su bebé* en la página 88, para motivar a los padres para que sigan ofreciendo vegetales a sus bebés en la casa. Es posible que haya que ofrecer un alimento al bebé más de 10 veces antes de que le guste.

Nota al instructor: Diga a los participantes que las hojas informativas están disponibles para descargar de manera gratuita en el sitio web del USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.

Resumen

Nota al instructor: Repase brevemente los puntos clave presentados en la lección. Permita que los participantes hagan preguntas.

- › Hay límites de azúcar en el CACFP para los cereales listos para comer y el yogur.
 - › Para que un cereal listo para comer sea acreditable, la cantidad de azúcar **no debe ser más de 6 gramos** de azúcar **por onza seca** de cereal.
 - Use la hoja en el Apéndice D: *Elija cereales para el desayuno bajos en azúcares añadidas* para determinar si el cereal cumple con el límite de azúcar.
 - › Para que un yogur sea acreditable, la cantidad de azúcar **no debe ser más de 23 gramos** de azúcar **por cada 6 onzas**.
 - Use la hoja en el Apéndice E: *Elija yogures con bajo contenido de azúcares añadidas* para determinar si un yogur cumple con el límite de azúcar.
- › Los padres pueden proveer **un componente alimenticio acreditable** para que cuente como una comida o merienda reembolsable.
- › Los participantes del CACFP deben hacer sustituciones a las comidas para los bebés con dietas especiales.
 - › Si una sustitución se debe a una discapacidad o necesidad alimentaria especial, los padres deben proveer una declaración médica firmada por el proveedor de cuidado de salud del bebé.
- › La declaración médica debe incluir:
 - › Nombre de los alimentos que se deben evitar,
 - › Explicación de cómo los alimentos afectan al bebé y
 - › Firma del proveedor de salud del bebé en el formulario.



DIAPPOSITIVA 12

- › ¡Inicie una conversación!
 - ›› Use las hojas informativas para saber qué alimentos come el bebé:
 - Está comiendo en la casa.
 - No puede comer debido a alergias o intolerancias alimentarias o por motivos religiosos.
 - ›› Motive a los padres para que sigan ofreciendo vegetales a su bebé en la casa. Es posible que haya que ofrecer un alimento al bebé más de 10 veces hasta que pueda gustarle.

Show de Juego: Alimentación para Bebés

Nota al instructor: Si su capacitación incluyó las 10 lecciones, puede jugar el juego digital interactivo, *Show de Juego: Alimentación para Bebés*.

Hay varias opciones para jugar el juego:

- › Puede usar el “mouse” para seleccionar el juego en la diapositiva o puede presionar “Enter” en su teclado para comenzar el juego.
- › Puede reproducir el juego desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor. Abra el archivo del juego *Show de Alimentación para Bebés*. Haga un clic doble en el archivo “Juego Show de Juego_Alimentación para Bebés”.
- › Si tiene conexión a internet, puede jugar el juego directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teammnutrition.usda.gov>.
- › Si no va a jugar, use el “mouse” para seleccionar cualquier parte de la pantalla fuera de la imagen del juego. Esto avanzará la diapositiva a la primera pregunta de la prueba posterior.

Nota al instructor: El juego digital interactivo, *Show de Juego: Alimentación para Bebés* se puede jugar durante cualquier combinación de lecciones, pero es posible que las preguntas que se plantean no se hayan cubierto durante la capacitación. No obstante, jugar puede ser una oportunidad para que los participantes se familiaricen con la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos* motivándolos a encontrar las respuestas a las preguntas en la guía.



DIAPOSITIVA 13



ACTIVIDAD

Prueba posterior

Nota al instructor: Puede realizar la prueba posterior como una actividad grupal o distribuir una prueba escrita. Hay tres diapositivas con preguntas.

- › Para una actividad grupal, pregunte a los participantes cuál piensan que es la respuesta para cada pregunta. Conceda tiempo para múltiples respuestas antes de dar la respuesta correcta.
 - ›› Para revelar la respuesta, haga clic con el “mouse” o presione la tecla “Enter” en su teclado.
- › Para las pruebas escritas distribuya la prueba posterior y los lápices. Diga a los participantes cuánto tiempo tienen para completar la prueba.
 - ›› Después de recoger las pruebas, puede mostrarles las respuestas a los participantes.
- › Si no va a administrar la prueba, omita la diapositiva.



DIAPPOSITIVA 14



DIAPPOSITIVA 15



DIAPPOSITIVA 16



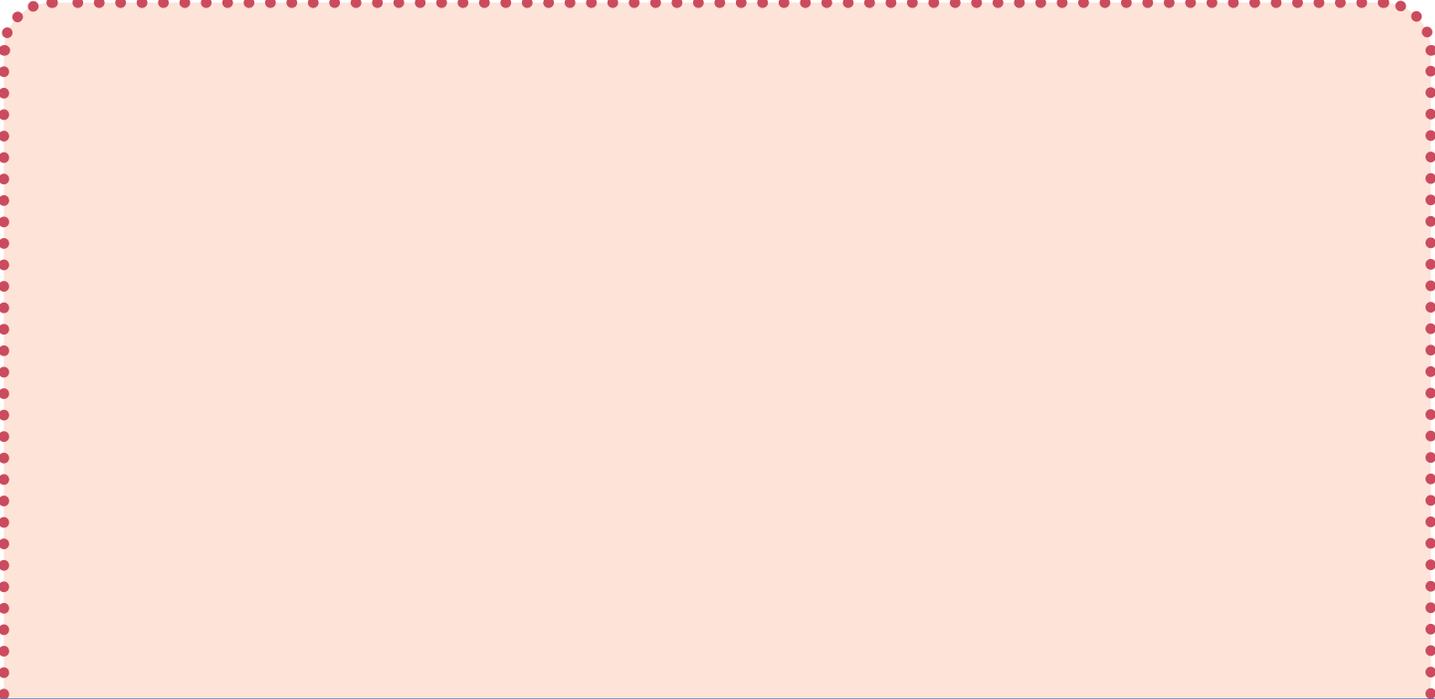
FORMULARIO

Lección 10

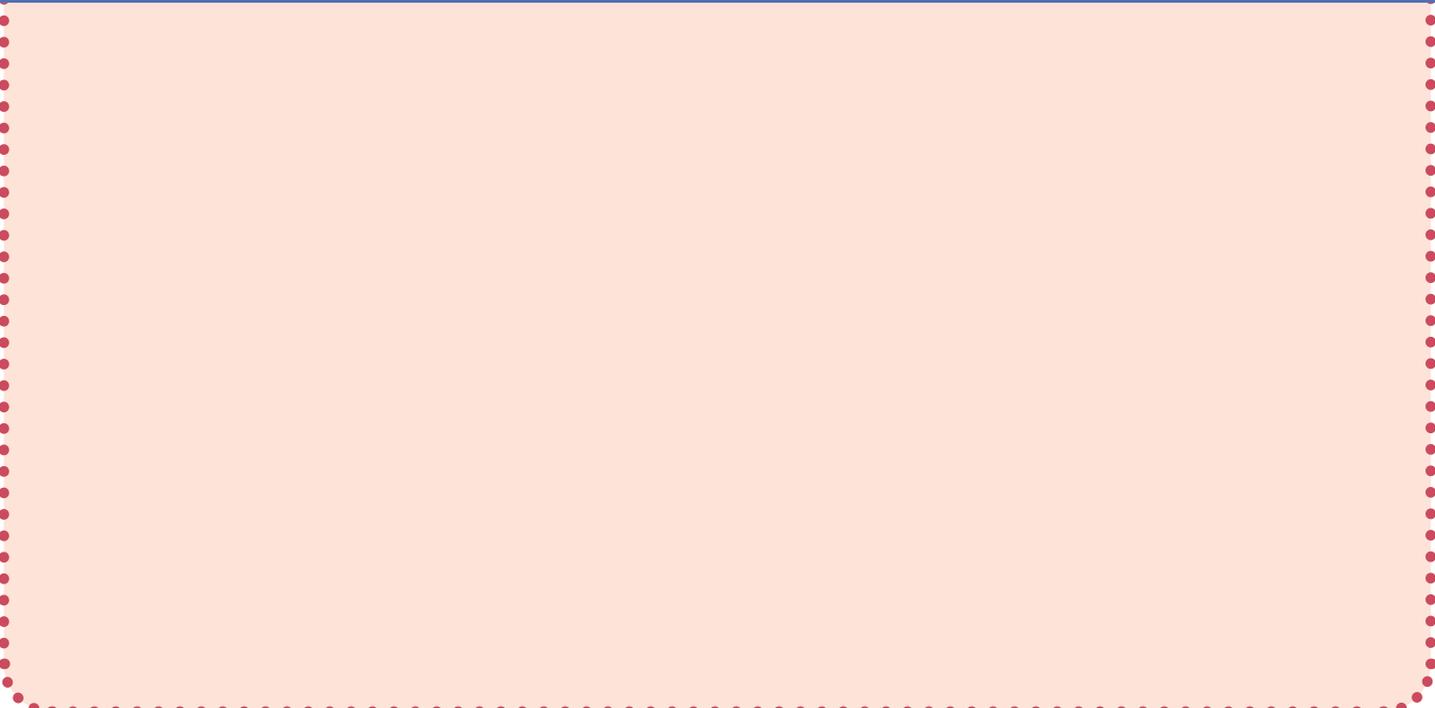
Preguntas de prueba

Nota al instructor: Las preguntas de la prueba preliminar y posterior son las mismas. A continuación se incluyen las preguntas y las respuestas correctas, que aparecen en negrita y marcadas con un círculo.

- 1** Sí o no: El cereal listo para comer que sirve en la merienda/“snack” tiene 8 gramos de azúcar por onza seca. ¿Este cereal es acreditable como parte de una merienda/“snack” reembolsable para bebés?
- a. Sí
 - b. No**
- 2** Sí o no: El yogur que sirve en el almuerzo tiene 24 gramos de azúcar por cada 6 onzas. ¿Es este yogur acreditable?
- a. Sí
 - b. No**
- 3** Un padre quiere llevar comida para su bebé mientras el bebé está en el sitio de cuidado infantil. ¿Cuántos componentes alimenticios puede llevar el padre para que usted pueda reclamarlo como parte de una comida reembolsable?
- a. 1 componente alimenticio acreditable**
 - b. 2 componentes alimenticios acreditables
 - c. 3 componentes alimenticios acreditables
 - d. 4 componentes alimenticios acreditables



Apéndice A:
Juegos digitales interactivos



Apéndice A:

Juegos digitales interactivos

A continuación, se describe cada juego. Hay varias opciones para jugar el juego:

- › Puede usar el “mouse” para seleccionar el juego en la diapositiva o puede presionar “Enter” en su teclado para comenzar el juego.
- › Puede jugar el juego desde la unidad de memoria “USB” que es parte de este kit para el instructor.
 - » Para el juego, *Línea de Comidas para Bebés* abra el archivo llamado *Línea de Comidas para Bebés*. Haga un clic doble en el archivo “Juegue Línea de Comidas para Bebés”.
 - » Para el juego, *Show de Juego: Alimentación para Bebés* abra el archivo llamado *Show de Alimentación para Bebés*. Haga un clic doble en el archivo “Juegue Show de Juego_Alimentación para Bebés”.
- › Si tiene conexión a internet, puede reproducir el juego directamente desde el sitio web de USDA Team Nutrition en <https://teamnutrition.usda.gov>.
- › Si no va a jugar, use el “mouse” para seleccionar cualquier parte de la pantalla fuera de la imagen del juego. Esto avanzará la diapositiva a la primera pregunta de la prueba posterior.

Nota: Después de que se inicia un juego, suena la música. Antes de su capacitación, pruebe el sonido y ajuste el volumen de su computadora o altavoces del sistema de proyección.

Línea de Comida para Bebés

El juego se puede jugar de manera individual o grupal.

En este juego, los participantes crean comidas y meriendas/“snacks” para bebés que son reembolsables en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, por sus siglas en inglés). Una pregunta se presenta en el lado izquierdo de la pantalla. Debajo de la pregunta hay varias opciones de alimentos. Lea la pregunta al grupo y luego pida a los participantes que elijan los alimentos que pueden ser acreditados hacia una comida o merienda/“snack” reembolsable. Seleccione los alimentos que eligieron los participantes. Los alimentos aparecerán en la bandeja de la silla de bebé. Se otorgan puntos por cada selección correcta. En la parte superior derecha del juego aparecerá el total de los puntos obtenidos.

Línea de Comida
para Bebés

Después de que seleccione “Enviar”, aparecen los comentarios de por qué los alimentos son o no son reembolsables en una comida o merienda/“snack” en el CACFP. Cuando corresponda, los comentarios incluirán el lugar en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*, donde puede encontrar la información.

El juego se puede usar como una actividad de repaso después de presentar la Lección 1: *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP*.

Nota: Hay cuatro preguntas. Solo se permite un intento para cada pregunta. Una vez que se hayan contestado todas las preguntas, se dan los resultados de las pruebas como un porcentaje de las preguntas correctamente respondidas y el total de puntos obtenidos.

Respuestas correctas

Comida 1

1. Pescado 0–4 cdas.
2. Aguacate 0–2 cdas.
3. Leche materna 6–8 fl. oz.

Comida 2

1. Fórmula fortificada con hierro 2–4 fl. oz.
2. Pan, ½ rebanada
3. Zanahorias 0-2 cdas.

Comida 3

1. Cereal en forma de “O” 0–4 cdas.
2. Leche materna 2–4 fl. oz.
3. Duraznos 0–2 cdas.

Comida 4

1. Leche materna 6–8 fl. oz.
2. Cereal infantil fortificado con hierro 0–4 cdas.
3. Fresas 0–2 cdas.

Show de Juego: Alimentación para Bebés



Este es un juego en el cual los participantes responden preguntas para revisar la información presentada en las 10 lecciones. Hay 15 preguntas organizadas en cinco categorías en un tablero del juego. Dos de las preguntas se designan como un “Bebé Bono” y valen dos puntos. El juego se puede jugar de manera individual o grupal (equipos). Si se juega con un grupo, este juego funciona mejor con dos equipos.

Usted (o un voluntario) hace de animador. Divida a los participantes en equipos, use algún método (por ejemplo, tirar la moneda) para determinar qué equipo selecciona primero una pregunta y determine cómo se van a sumar los puntos para cada equipo (por ejemplo, el tanteador escribe y suma los puntos en una pizarra). El primer equipo le dice al animador la categoría de la pregunta y la cantidad que quieren intentar. El animador selecciona la cantidad en la categoría correspondiente en el tablero del juego.

La pregunta aparece en la pantalla. Los miembros del equipo deliberan cuáles son las opciones correctas y después le dicen al animador su selección. El animador selecciona la(s) respuesta(s) del equipo de las opciones disponibles. Después que el animador selecciona “Enviar”, se hacen comentarios relacionados con las respuestas correctas y/o incorrectas. Cuando sea apropiado, los comentarios incluirán la información donde se puede encontrar las respuestas en la guía de *Alimentación para Bebés en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos*.

Los puntos se añaden manualmente a la puntuación total del equipo (por ejemplo, el tanteador escribe y suma los puntos en la pizarra), según corresponda. El segundo equipo le dice al animador la categoría de la pregunta y la cantidad que quieren intentar. El juego continúa de la misma manera que con el primer equipo. El juego termina una vez que se hayan contestado todas las preguntas. Gana el equipo con mayor puntuación.

Nota: Solo se permite un intento para cada pregunta. Si la pregunta tiene una sola respuesta, se mostrarán los comentarios tan pronto seleccione la respuesta. Si la pregunta tiene más de una respuesta, “Seleccione todas las correctas” aparece al final de cada pregunta y un botón para “Enviar”. Usted puede cambiar las respuestas antes de seleccionar el botón “Enviar” pero debe seleccionar todas las respuestas correctas para obtener puntos. Una vez que se hayan contestado todas las preguntas, se dan los resultados de la prueba como un porcentaje de las respuestas que se respondieron correctamente y el total de los puntos obtenidos.

Categorías de preguntas

A continuación aparecen cinco categorías y las lecciones a las cuales pertenecen las preguntas en cada categoría:

- › Alimentación para bebés
 - ›› Lección 2: *Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno*
 - ›› Lección 7: *Disposición madurativa para comer alimentos sólidos*
- › Leche materna/fórmula
 - ›› Lección 1: *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP*
 - ›› Lección 3: *Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil*
 - ›› Lección 5: *Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil*
- › Alimentos sólidos
 - ›› Lección 8: *Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos*
 - ›› Lección 9: *Alimentos acreditables para bebés: parte 1*
 - ›› Lección 10: *Alimentos acreditables para bebés: parte 2*
- › Alimentos acreditables
 - ›› Lección 9: *Alimentos acreditables para bebés: parte 1*
- › Hablar con los padres
 - ›› Lección 1: *Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP*
 - ›› Lección 3: *Crear un entorno que apoya la lactancia en el sitio de cuidado infantil*
 - ›› Lección 10: *Alimentos acreditables para bebés: parte 2*

Respuestas correctas

Categoría: Alimentación para bebés

Pregunta de 100 puntos: A

Pregunta de 300 puntos: B

Pregunta de 500 puntos: C

Categoría: Leche materna/fórmula

Pregunta de 100 puntos: A

Pregunta de 300 puntos: C

Pregunta de 500 puntos: A

Categoría: Alimentos sólidos

Pregunta de 100 puntos: A

Pregunta de 300 puntos: A, D

Pregunta de 500 puntos: B

Categoría: Alimentos acreditables

Pregunta de 100 puntos: A, B, D

Pregunta de 300 puntos: A, C, D

Pregunta de 500 puntos: A, C, D

Categoría: Hablar con los padres

Pregunta de 100 puntos: D

Pregunta de 300 puntos: D

Pregunta de 500 puntos: C

Apéndice B:

Banco de preguntas de la prueba

Apéndice B:

Banco de preguntas de la prueba

Las preguntas en este apéndice son las mismas que las contenidas en la prueba preliminar y la prueba posterior de cada lección. Las respuestas se muestran en negrita y marcadas con un círculo.

Si lleva a cabo las 10 lecciones, puede utilizar la evaluación final de 10 preguntas contenida en el Apéndice C. O, puede crear su propia evaluación final seleccionando preguntas de las siguientes opciones. La versión del documento de “Word” del banco de preguntas de evaluación se puede encontrar en la unidad de memoria “USB” del kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés* o en <https://teammnutrition.usda.gov>.

Lección 1: Descripción general del patrón de comidas para bebés en el CACFP

Cierto o falso: La alimentación responsiva significa que usted alimenta a un bebé cuando muestra señales de tener hambre y deja de alimentarlo cuando muestra señales de estar lleno.

- a. **Cierto**
- b. Falso

Un padre trae puré de zanahoria orgánica para el almuerzo de su bebé de 6 meses de edad. El bebé come alimentos de todos los componentes alimenticios. Como proveedor de cuidado infantil, ¿qué alimentos debe ofrecer al bebé para reclamar el reembolso del almuerzo?

- a. Fórmula fortificada con hierro
- b. Galletas “crackers”
- c. Cereal infantil seco fortificado con hierro y/o carne/sustitutos de carne
- d. **a y c**

Sí o no: Una madre amamanta a su bebé de 3 meses antes de traerlo al sitio de cuidado infantil. El bebé está dormido cuando llega y sigue durmiendo hasta las 10 a.m. Usted no tuvo oportunidad de ofrecerle el desayuno porque el bebé estaba dormido. A las 10:15 a.m. muestra señales de hambre. ¿Puede reclamar la comida del desayuno si le ofrece al bebé 4-6 onzas líquidas de leche materna a las 10:15 a.m.?

- a. **Sí**
- b. No

Lección 2: Identificar y responder a las señales del bebé cuando tiene hambre y cuando está lleno

Cierto o falso: El llanto es una de las primeras señales de que un bebé tiene hambre.

a. Cierto

b. Falso

Todas estas imágenes muestran a un bebé que da una señal de tener hambre, excepto (marque una con un círculo):



Hace movimiento de succión



Abre la boca cuando se acerca al biberón



Chupa lentamente o deja de chupar



Realiza el reflejo de búsqueda

Todas estas imágenes muestran a un bebé que da una señal de estar lleno, excepto (marque una con un círculo):



Empuja la comida



Mueve la cabeza en dirección opuesta a usted



Realiza el reflejo de búsqueda



Junta los labios

Lección 3: Crear un entorno que apoya la lactancia en un sitio de cuidado infantil

Todas las siguientes afirmaciones sobre los beneficios de la lactancia son ciertas, excepto (marque una con un círculo):

- a. La leche materna ayuda al sistema inmunológico de un bebé a combatir infecciones, como las infecciones de oído.
- b. Las madres que amamantan pueden tener menor riesgo de diabetes tipo 2.
- c. **Las familias no pueden ayudar con la alimentación de un bebé amamantado.**
- d. Los bebés prueban sabores diferentes en la leche materna, lo cual puede ayudar a los bebés a aceptar sabores nuevos más adelante cuando comienzan a comer alimentos sólidos.

Un proveedor de cuidado infantil puede ayudar a las madres que amamantan haciendo lo que se menciona a continuación, excepto (marque una con un círculo):

- a. **Dejar que una madre amamante en el baño.**
- b. Compartir información sobre el Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC).
- c. Mostrar el cartel y el gráfico *¡Bebés Lactados son Bienvenidos Aquí!* en el sitio de cuidado infantil.
- d. Motivar a las madres para que continúen amamantando incluso cuando regresan al trabajo o a la escuela.

Lección 4: Manejo y almacenamiento de leche materna en el cuidado infantil

Cierto o falso: Los biberones de leche materna se pueden dar fríos del refrigerador y no se tienen que calentar.

- a. **Cierto**
- b. Falso

La leche materna fresca se puede refrigerar a 40 °F (o menos) por hasta ____ horas.

- a. 24
- b. 36
- c. 48
- d. **72**

Puede descongelar de manera segura un recipiente con leche materna usando todos estos métodos, excepto (marque una con un círculo):

- a. Bajo agua corriente tibia
- b. En un recipiente con agua tibia
- c. **En un microondas**
- d. En un refrigerador durante la noche

Lección 5: Selección, almacenamiento y manejo de la fórmula infantil en un sitio de cuidado infantil

Sí o no: Un proveedor de cuidado infantil ha estado ocupado observando a todos los niños bajo su cuidado y por error deja un biberón de fórmula infantil en la encimera durante 2 ½ horas. ¿Puede volver a ponerlo en el refrigerador y usarlo más tarde?

- a. Sí
- b. **No**

Los biberones de fórmula infantil preparada se pueden refrigerar a 40 °F (o menos) por un máximo de _____ horas.

- a. **24**
- b. 36
- c. 48
- d. 72

Sí o no: Una madre trae una nueva fórmula infantil fortificada con hierro para su bebé. La proveedora de cuidado infantil ha trabajado con bebés durante años y prepara la fórmula infantil de la misma manera que lo hace con todas las otras fórmulas. ¿La proveedora de cuidado infantil está preparando la fórmula infantil de manera correcta?

- a. Sí
- b. **No**

Lección 6: Alimentación con biberón y cómo introducir el vaso

Cierto o falso: Está bien apoyar el biberón en una almohada o en otras cosas para que el bebé se alimente solo.

- a. Cierto
- b. Falso**

Un niño de 19 meses se inscribe en su sitio de cuidado infantil y todavía bebe del biberón a pesar de estar listo según su desarrollo para beber de un vaso. ¿Cuáles son algunos problemas que pueden surgir al usar el biberón a esta edad?

- a. Debido a que es más fácil beber de un biberón que de un vaso, el niño puede tomar tanta leche que no tiene hambre para comer otros alimentos.
- b. Beber de un biberón de manera regular puede causar caries.
- c. No beber de un vaso puede significar que no se desarrollen o que se retrasen algunas destrezas alimentarias importantes.
- d. Todas la anteriores.**

Lección 7: Disposición madurativa para comer alimentos sólidos

Cierto o falso: Los bebés están siempre listos para comer alimentos sólidos exactamente a los 6 meses de edad.

- a. Cierto
- b. **Falso**

¿Qué afirmación describe mejor por qué no se debe alimentar a un bebé con alimentos sólidos antes de que esté listo según su desarrollo?

- a. Un bebé puede atragantarse con la comida.
- b. Un bebé puede tomar menos leche materna o fórmula infantil de la que necesita para crecer.
- c. Un bebé puede tener sobrepeso o ser obeso más adelante en la vida.
- d. **Todas las anteriores.**

Lección 8: Destrezas alimentarias y modificación de las texturas de los alimentos

Todos los alimentos que se mencionan a continuación para comer con las manos son acreditables en el patrón de comidas para bebés del CACFP y se pueden preparar de la manera correcta para evitar el atragantamiento, excepto (marque una con un círculo):

- a. Tiras de pan pequeñas
- b. Fresas cortadas en trozos pequeños
- c. **Trozos de mantequilla de maní**
- d. Huevos enteros cortados en trozos pequeños (yema y clara de huevo)

¿Cuál es la buena práctica para preparar alimentos para bebés?

Marque con un círculo todas las correctas.

- a. Modifique la textura haciendo puré, triturando, moliendo o cortando finamente.
- b. Corte los alimentos redondos en tiras cortas (a lo largo) en lugar de trozos redondos.
- c. Elimine las pepas, las semillas, la piel y las cáscaras duras de las frutas y de los vegetales.
- d. **Todas las anteriores.**

Para preparar alimentos que el bebé pueda masticar fácilmente, corte los alimentos blandos en trozos pequeños: no más grandes de _____ o en rebanadas o tiras finas.

- a. **1/2 pulgada**
- b. 2/3 pulgada
- c. 3/4 pulgada
- d. 1 pulgada

Lección 9: Alimentos acreditables para bebés: parte 1

Sí o no: Un padre le pide que comience a servirle alimentos sólidos a su bebé de 5 meses de edad en su sitio de cuidado infantil, pero usted sabe que los grupos de edad del patrón de comidas para bebés son de 0 a 5 meses y de 6 a 11 meses. Si usted le sirve alimentos sólidos al bebé a los 5 meses de edad, ¿puede aún reclamar un reembolso por las comidas y meriendas/“snacks” del bebé?

- a. Sí
- b. No

Sí o no: Usted se da cuenta que un bebé bajo su cuidado está listo según su desarrollo para los alimentos sólidos y los padres están de acuerdo. Los padres le dicen que han alimentado al bebé en la casa con huevos, entonces usted le ofrece al bebé huevos enteros (yema y clara de huevo), cortados en pedazos pequeños en el sitio de cuidado infantil. El bebé come un bocado en el almuerzo. ¿Usted puede reclamar los huevos como parte de un almuerzo reembolsable?

- a. Sí
- b. No

¿Qué alimentos son acreditables en el patrón de comidas para bebés y se pueden ofrecer a los bebés de aproximadamente 6 meses a 11 meses de edad?
Marque con un círculo todas las correctas.

- a. Postre de pastel de durazno
- b. **Puré de zanahoria**
- c. **Pollo al horno, cortado en trozos finos**
- d. Barra de granola

Lección 10: Alimentos acreditables para bebés: parte 2

Sí o no: El cereal listo para comer que sirve en la merienda/“snack” tiene 8 gramos de azúcar por onza seca. ¿Este cereal es acreditable como parte de una merienda/“snack” reembolsable para bebés?

a. Sí

b. **No**

Sí o no: El yogur que sirve en el almuerzo tiene 24 gramos de azúcar por cada 6 onzas. ¿Es este yogur acreditable?

a. Sí

b. **No**

Un padre quiere llevar comida para su bebé mientras el bebé está en el sitio de cuidado infantil. ¿Cuántos componentes alimenticios puede llevar el padre para que usted pueda reclamarlo como parte de una comida reembolsable?

a. **1 componente alimenticio acreditable**

b. 2 componentes alimenticios acreditables

c. 3 componentes alimenticios acreditables

d. 4 componentes alimenticios acrdetables

Apéndice C:
Evaluación final de 10 preguntas

Apéndice C:

Evaluación final de 10 preguntas

Este apéndice tiene las 10 preguntas de la evaluación final y las respuestas, que se muestran en negrita y marcadas con un círculo. Una versión impresa de la evaluación final está contenida en el kit de *Herramientas para el instructor del CACFP: Alimentación para Bebés*.

Instrucciones: Marque con un círculo la mejor respuesta o respuestas para cada pregunta.

1. Todas estas imágenes muestran a un bebé que da una señal de tener hambre, excepto (marque una con un círculo):



Hace movimiento de succión



Abre la boca cuando se acerca el biberón



Chupa lentamente o deja de chupar



Realiza el reflejo de búsqueda

2. Todas estas imágenes muestran a un bebé que da señal de estar lleno, excepto (marque una con un círculo):



Empuja la comida



Mueve la cabeza en dirección opuesta a usted



Realiza el reflejo de búsqueda



Junta los labios

3. Una madre trae una nueva fórmula infantil fortificada con hierro para su bebé. La proveedora de cuidado infantil ha trabajado con bebés durante años y prepara la fórmula infantil de la misma manera que lo hace con todas las otras fórmulas. ¿La proveedora de cuidado infantil está preparando la fórmula infantil de manera correcta?
- a. Sí
 - b. **No**
4. ¿Qué afirmación describe mejor por qué no se debe alimentar a un bebé con alimentos sólidos antes de que esté listo según su desarrollo?
- a. Un bebé puede atragantarse con la comida.
 - b. Un bebé puede tomar menos leche materna o fórmula infantil de la que necesita para crecer.
 - c. Un bebé puede tener sobrepeso o ser obeso más adelante en la vida.
 - d. **Todas las anteriores.**
5. ¿Qué alimentos son acreditables en el patrón de comidas para bebés y se pueden ofrecer a los bebés de aproximadamente 6 meses a 11 meses de edad?
- Marque con un círculo todas las correctas.
- a. Postre de pastel de durazno
 - b. **Puré de zanahoria**
 - c. **Pollo al horno, cortado en trozos finos**
 - d. Barra de granola

6. Usted les sirve a los niños mayores leche descremada (sin grasa), panqueques y fresas en el desayuno. ¿Cuál de estos alimentos le puede servir también al bebé de 10 meses de edad en su programa para reclamar el reembolso por el **desayuno**?

Marque con un círculo todas las correctas.

- a. **Leche materna o infantil fórmula fortificada con hierro**
- b. Panqueques
- c. **Fresa cortada en trozos pequeños**
- d. **Cereal infantil fortificado con hierro**

7. Una madre quiere ir a su sitio de cuidado infantil a la hora del almuerzo para amamantar a su bebé. ¿Usted puede acreditar la leche materna para una comida de almuerzo reembolsable?

- a. **Sí**
- b. No

8. La bebé Samia tiene 10 meses de edad. ¿Qué alimentos le puede ofrecer a la bebé Samia que sean acreditables para una merienda/“snack” y que no se consideren un riesgo de atragantamiento?

Marque con un círculo todas las correctas.

- a. **Tiras de pan o pita**
- b. Trozos de mantequilla de maní
- c. Palomitas de maíz
- d. **Brócoli cocido y cortado en trozos**

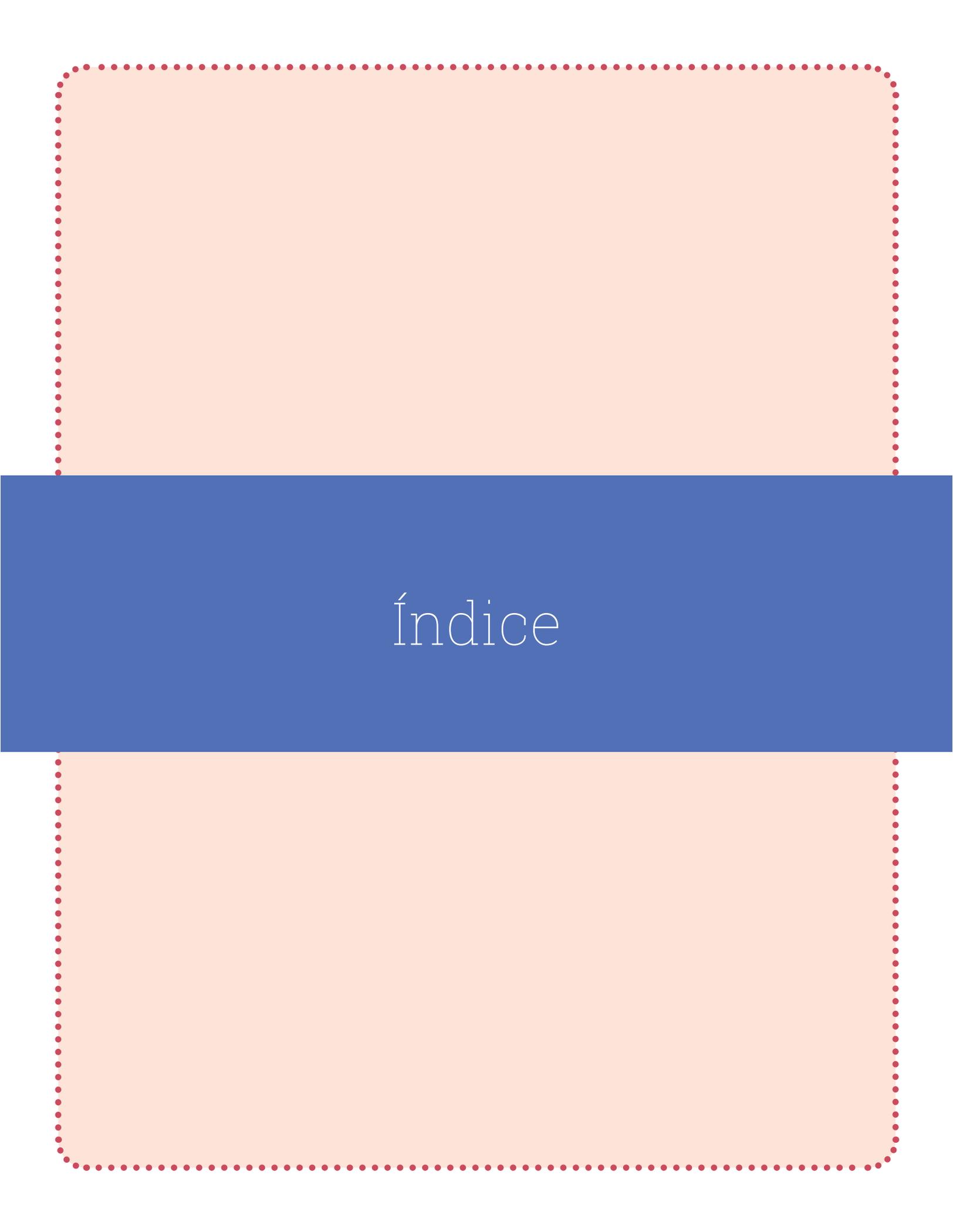
9. En el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos, un bebé debe comenzar a comer alimentos sólidos _____.

- a. El día en que el bebé cumple 6 meses de edad.
- b. Cuando el bebé tiene 4 meses de edad.
- c. **Cuando los padres le digan que el bebé está listo según su desarrollo.**
- d. Ninguna de las anteriores.

10. ¿Qué temas son importantes para que los padres y los proveedores de cuidado infantil compartan entre sí?

Marque con un círculo todas las correctas.

- a. Alergias o intolerancias alimentarias del bebé.
- b. Si el bebé ha comido alimentos sólidos y, si es así, cuáles.
- c. Los hábitos alimentarios normales del bebé cuando se alimenta con leche materna, fórmula infantil fortificada con hierro y alimentos sólidos cuando es apropiado según su desarrollo.
- d. Las preferencias alimentarias (religiosas u otras) que son importantes para la familia.
- e. **Todas las anteriores.**



Índice

Índice (continuación)

- Leche materna 26, 27, 28, 29, 30, 32, 35, 41, 44, 52, 53, 55, 56, 58, 61, 63, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 75, 82, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 103, 104, 107, 113, 114, 124, 142, 151, 153, 154, 157, 159, 160, 163, 170, 171, 172
- Almacenamiento 44, 61, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 75, 80, 81, 82, 160, 161
- Amamantar 26, 44, 49, 53, 55, 56, 91, 92, 171
- Descongelar 68, 72, 160
- Leche materna fresca 66, 67, 71, 72, 160
- Manejo 44, 60, 61, 65, 66, 67, 68, 69, 75, 80, 81, 82, 160, 161
- Temperatura 67, 68, 71, 80, 81, 82
- Transportar 10, 63, 69, 70, 81
- Leche 26, 27, 28, 29, 30, 32, 35, 41, 44, 52, 53, 55, 56, 58, 61, 62, 63, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 82, 88, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 103, 104, 107, 113, 114, 124, 128, 142, 151, 153, 154, 157, 159, 160, 162, 163, 170, 171, 172
- Necesidades dietéticas especiales 136, 138
- No acreditable 124, 131
- Nueces 115, 126
- Panes 29, 114, 118, 131, 151, 164, 171
- Patrón de comidas para bebés 5, 6, 8, 10, 11, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 25, 26, 27, 28, 31, 32, 41, 69, 72, 78, 80, 91, 113, 115, 118, 121, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 133, 151, 153, 157, 164, 165, 170
- Pescado 29, 124, 125, 128, 131, 151
- Postres 130
- Prevenir el atragantamiento 88, 91, 92, 95, 106, 110, 111, 112, 115, 118, 126, 128, 129, 164, 171
- Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, por sus siglas en inglés) 5, 10, 11, 13, 18, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 38, 42, 43, 44, 49, 51, 53, 55, 56, 61, 66, 67, 70, 71, 72, 75, 79, 81, 82, 87, 90, 92, 94, 96, 100, 104, 105, 110, 115, 116, 121, 124, 127, 129, 131, 136, 139, 141, 143, 145, 150, 151, 152, 171
- Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés) 56, 57, 58, 126, 139, 159
- Proveedor de salud 82, 142, 143, 144
- Queso 29, 124, 125, 128, 130, 131
- Reflejo de agarre de pinza 113, 114, 116
- Reflejo de agarre palmar 114, 116
- Reflejo de búsqueda 42, 46, 158, 169
- Saciedad/señales de saciedad 10, 26, 39, 40, 41, 42, 43, 95
- Semillas y mantequilla de semilla 115, 118, 129, 164
- Tamaños de porción 28, 29, 62, 70, 103, 115, 139, 141
- Vaso 3, 7, 14, 15, 17, 18, 86, 87, 88, 89, 90, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 162
- Vegetales 27, 28, 29, 32, 116, 118, 122, 124, 125, 129, 131, 144, 145, 164
- Yogur 13, 29, 124, 125, 128, 129, 130, 131, 136, 137, 138, 141, 142, 144, 147, 166
- Límite de azúcar 29, 67, 126, 136, 138, 139, 140, 141, 144

Reconocimientos

Reconocimientos

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), Servicio de Alimentos y Nutrición (FNS) desea agradecer a las siguientes agencias estatales e individuos por sus contribuciones y experiencia en el desarrollo de este recurso.

Agencias estatales

*Realizaron capacitaciones de prueba
Proporcionaron comentarios invaluable*

Departamento de Educación de Arizona Servicios de Salud & Nutrición

Instructor:

- › Brittany Celebrano, RDN, CSP

Departamento de Educación del Estado de Kansas

Nutrición y Bienestar Infantil
Cheryl Johnson, MS, RD, LD

Instructores:

- › Jill Ladd, MPH, RD, LD
- › Linnea Rieger, MS

Departamento de Educación de Louisiana Programas de Nutrición Infantil

Instructores:

- › Elaine Strauss
- › Angela Louis-Kelly

Departamento de Educación del Estado de Maryland

Oficina de los Programas de Nutrición Escolar y Comunitaria

Instructores:

- › Lucy Amos, M.Ed.
- › Sara Booker, MPH, RD
- › Megan Lopes, MPH

Departamento de Instrucción Pública de Dakota del Norte

Programas de Nutrición Infantil

Instructor:

- › Stacie Morowski

Oficina del Superintendente de Educación Estatal

Washington, DC
División de Salud y Bienestar

Instructores:

- › Suzanne Henley
- › Erica Nelson
- › Crishna Hill, MPH
- › Katrina Florek

Departamento de Educación de Rhode Island

Oficina de Eficiencias Estatal
Programa de Nutrición Infantil
Universidad de Rhode Island

Instructor:

- › Heidi Hetzler, MS, RD, LDN

Lugar de la filmación de video

CentroNía

Washington, DC
Sitio del CACFP

Revisores externos

Linda Simmons, MSHP, RD, LD

Especialista de Nutrición

Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos

Departamento de Agricultura de Texas

Megan Belden

Nutricionista de *Head Start*

Programa de Acción Comunitaria de la Bahía del Este

Rhode Island

Mary Clark

Coordinadora del CACFP

Learning Care Group

Organización patrocinadora del CACFP

Jessica Bridgman, MPH, RDN, LDN

Consultora en Nutrición, Capacitación y Política

Coordinadora del CACFP, Designación de “*Breastfeeding-Friendly Child Care*” de Carolina del Norte

División de Salud Pública, Sucursal de Servicio de Nutrición

Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte

Christi Smith, MBA

Director de Estrategia e Innovación

Child Care Aware de Kansas

Gloria Vellinga, RD

Líder de Mejoramiento de Calidad

Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos

Departamento de Educación de Minnesota

Molly Turnquist Butala, MPH, RD

Especialista en Nutrición

Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos

Departamento de Educación de Minnesota

Terry Talavera & Staff

Coordinadora del Programa de Alimentos

Options for Learning

Baldwin Park, California

Dayana Bray, RD

Consultora en Nutrición y Seguridad Alimentaria

Fairfax, Virginia

Ismari Delgado Espada, LND, ED, ENP-PR

Nutricionista

Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños

Puerto Rico

William M. Vega Sepúlveda, LND, AOS, DE, EPN-PR

Nutricionista

Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños

Puerto Rico

Yanira A. Díaz Zayas, LND

Nutricionista

Agencia estatal, Servicio de Alimentos y Nutrición

Puerto Rico

Revisores internos

Departamento de Agricultura de los Estados Unidos Servicio de Alimentos y Nutrición

- › División de Educación en Nutrición, Capacitación y Asistencia Técnica
- › División de Desarrollo de Programa y Política
- › Oficina Regional del USDA en el Noreste
- › Oficina Regional del USDA en el Oeste
- › Oficina Regional del USDA en el Atlántico Medio
- › Oficina Regional del USDA en el Sureste



Departamento de Agricultura de los Estados Unidos

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (por sus siglas en inglés "USDA") prohíbe la discriminación contra sus clientes, empleados, y solicitantes de empleo a base de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, identidad de género, religión, represalias y, según corresponda, convicciones políticas, estado civil, estado familiar o paternal, orientación sexual, o si los ingresos de una persona provienen en su totalidad o en parte de un programa de asistencia pública, o información genética protegida de empleo o de cualquier programa o actividad realizada o financiada por el Departamento. (No todos los criterios prohibidos se aplicarán a todos los programas y/o actividades laborales).

Si desea presentar una queja por discriminación del programa de Derechos Civiles, complete el USDA Program Discrimination Complaint Form (formulario de quejas por discriminación del programa del USDA), que puede encontrar en internet en http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, o en cualquier oficina del USDA, o llame al (866) 632-9992 para solicitar el formulario. También puede escribir una carta con toda la información solicitada en el formulario. Envíenos su formulario de queja completo o carta por correo postal a U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, por fax al (202) 690-7442 o por correo electrónico a program.intake@usda.gov.

Las personas sordas, con dificultades auditivas, o con discapacidad del habla que deseen presentar sea una queja de EEO (Igualdad de Oportunidades en el Empleo) o del programa, por favor contacte al USDA por medio del Federal Relay Service (Servicio federal de transmisión) al (800) 877-8339 o (800) 845-6136 (en español).

Las personas con discapacidades que deseen presentar una queja del programa, por favor vea la información anterior acerca de cómo contactarnos directamente por correo postal o por correo electrónico. Si necesita medios alternativos de comunicación para obtener información acerca del programa (Braille, caracteres grandes, cinta de audio, etc.) por favor contacte al Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TDD).

USDA es un proveedor, empleador, y prestamista de igualdad de oportunidades.

Enero 2020

La mención de un nombre comercial o de una marca no implica la recomendación o la aprobación del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos sobre otros no mencionados.



**Para aprender más sobre el CACFP
o acceder materiales, visite:**

<https://teammnutrition.usda.gov>



United States Department of Agriculture

Food and Nutrition Service

FNS-785S

Enero 2020