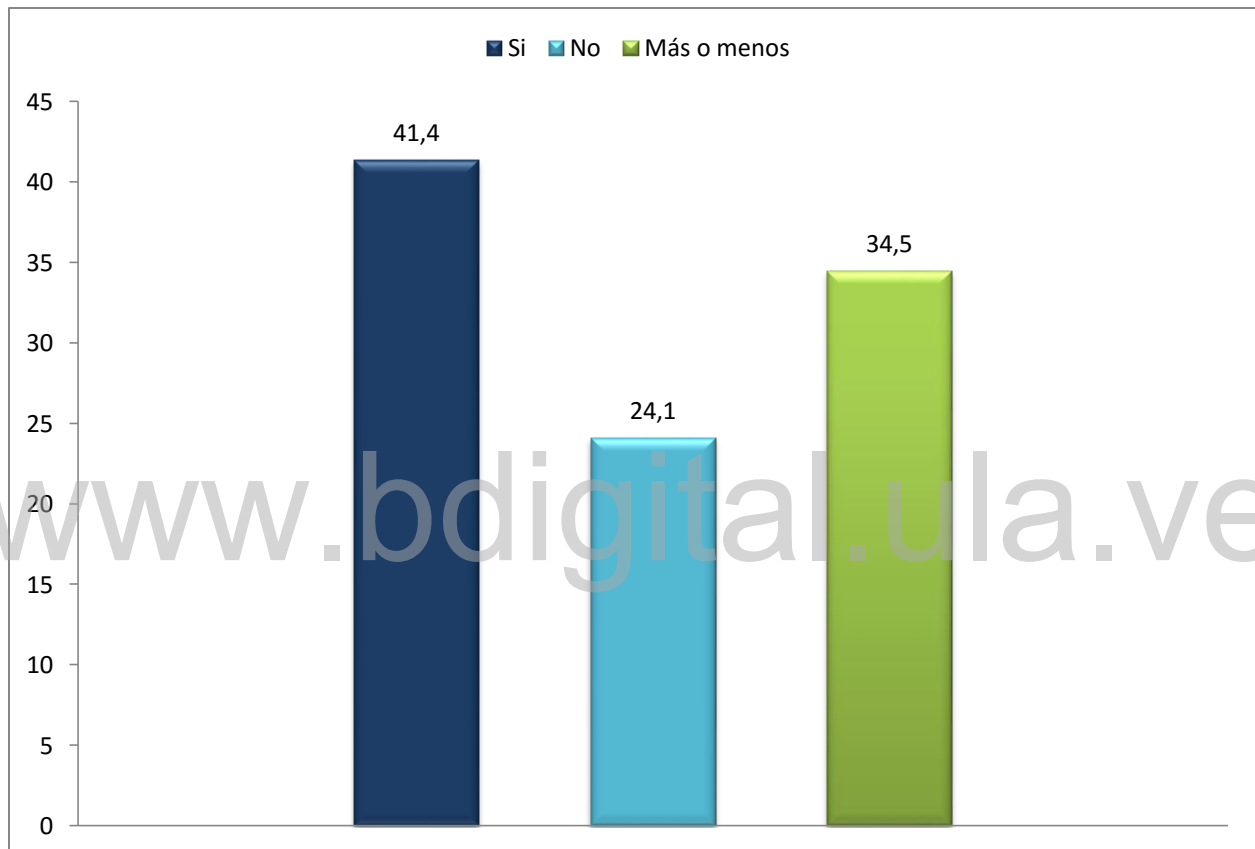


## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La muestra estuvo conformada por cincuenta y ocho (58) padres y/o representantes, de los cuales veintiún (21) acudieron al Instituto CAIPA del Municipio Libertador y treinta y siete (37) al Instituto CAIPA del Municipio Campo Elías del estado Mérida.

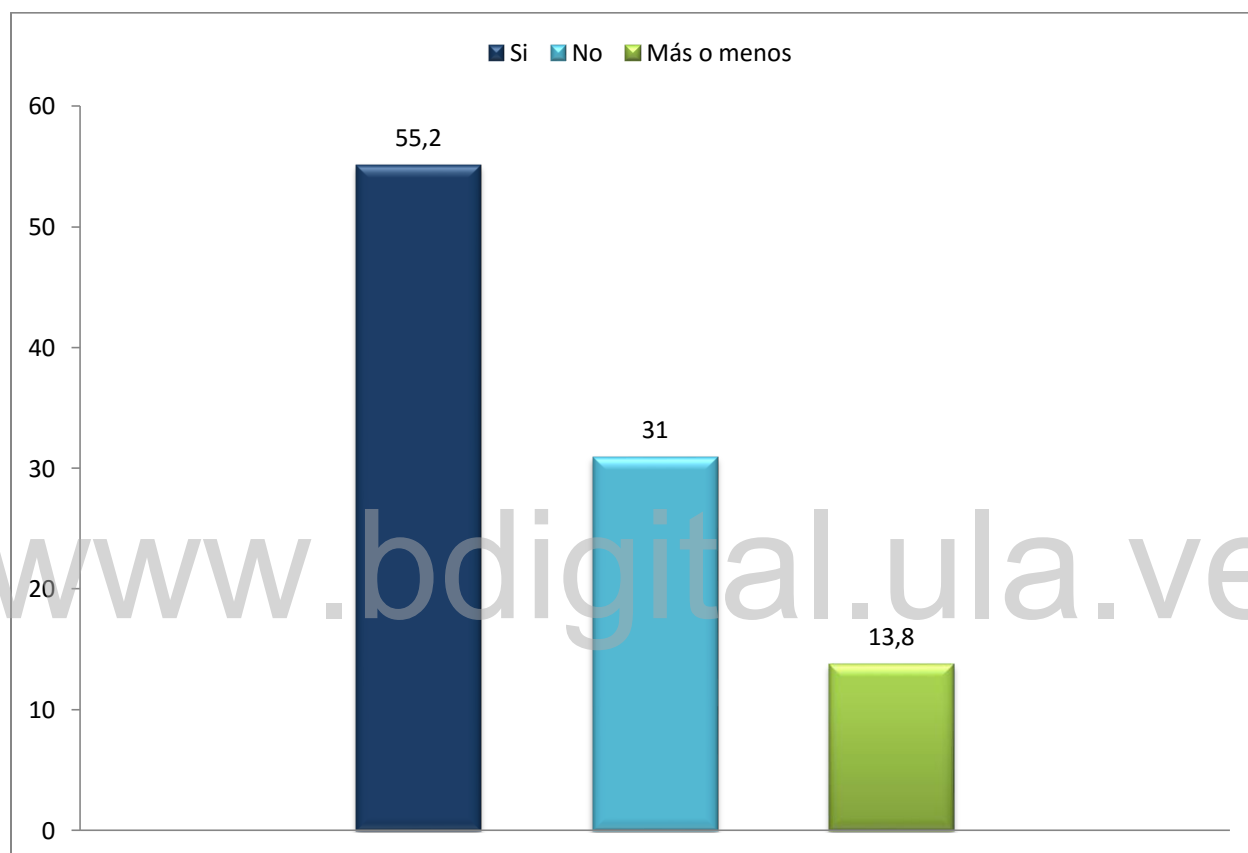


**Gráfico 1. Nivel de conocimiento de los padres y/o representantes acerca de los alimentos que contienen gluten y caseína.**

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2020. Ver anexo B. Tabla 1.

En el gráfico 1, donde el objetivo fue conocer si los padres y/o representantes tenían noción de donde provienen el gluten y la caseína, se pudo evidenciar que un 41,4% saben el origen de estas proteínas, aun así el 24,1% no tienen conocimiento de donde provienen dichas proteínas, cabe resaltar que el 34,5% saben más o menos de donde provienen éstas, esto demuestra que es

necesario aclarar estos conceptos tanto en los padres y/o representantes, como en la familia de niños y adultos que padecen de este trastorno y en la población en general. Estos resultados son similares a los expuestos en el trabajo de Córdova (2015), donde se realizó esta misma interrogante arrojando como resultado que un 75% de los padres no tenía ningún tipo de conocimiento de la procedencia de dichos nutrientes.

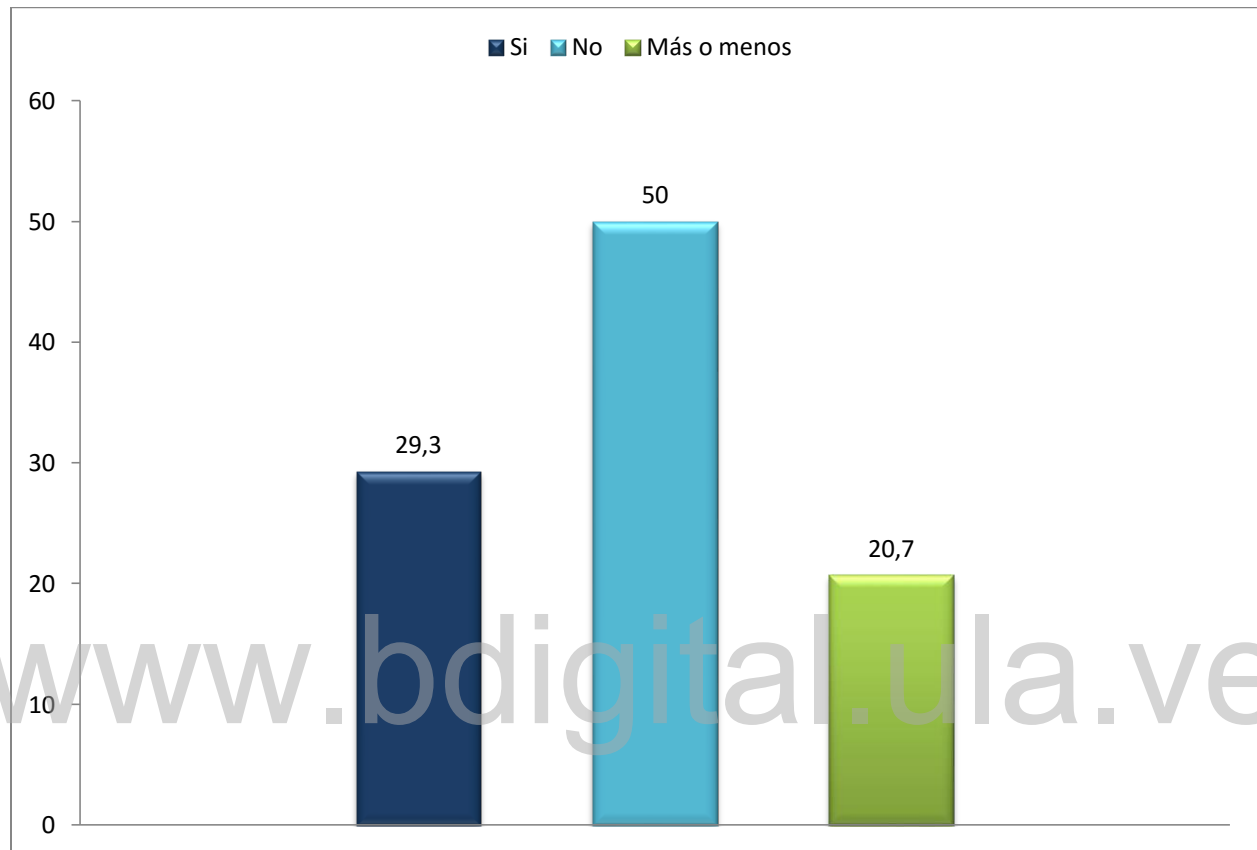


**Gráfico 2. Noción de los padres y/o representantes sobre la importancia de una alimentación libre de gluten y caseína para los niños con TEA.**

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2020. Ver Anexo C. Tabla 2.

El gráfico número 2, donde se indagó si los padres conocen la importancia de este tipo de dieta para los niños que padecen de este trastorno, más de la mitad representado por un 55,2% sí tienen conocimiento sobre la importancia de esta alimentación, 31,0% refirió no tener conocimiento en el tema y un 13,8% más o menos sabe algo referente a su importancia. Estos datos son contrarios en relación con los de la investigación de Rojas & Rojas (2013), donde se

les preguntó a los padres y docentes acerca de la alimentación de un niño con autismo y 38% de los padres expusieron que la alimentación en los niños con este padecimiento no es importante, mientras que 23% de los docentes presentes mencionaron que sí conocen su importancia.

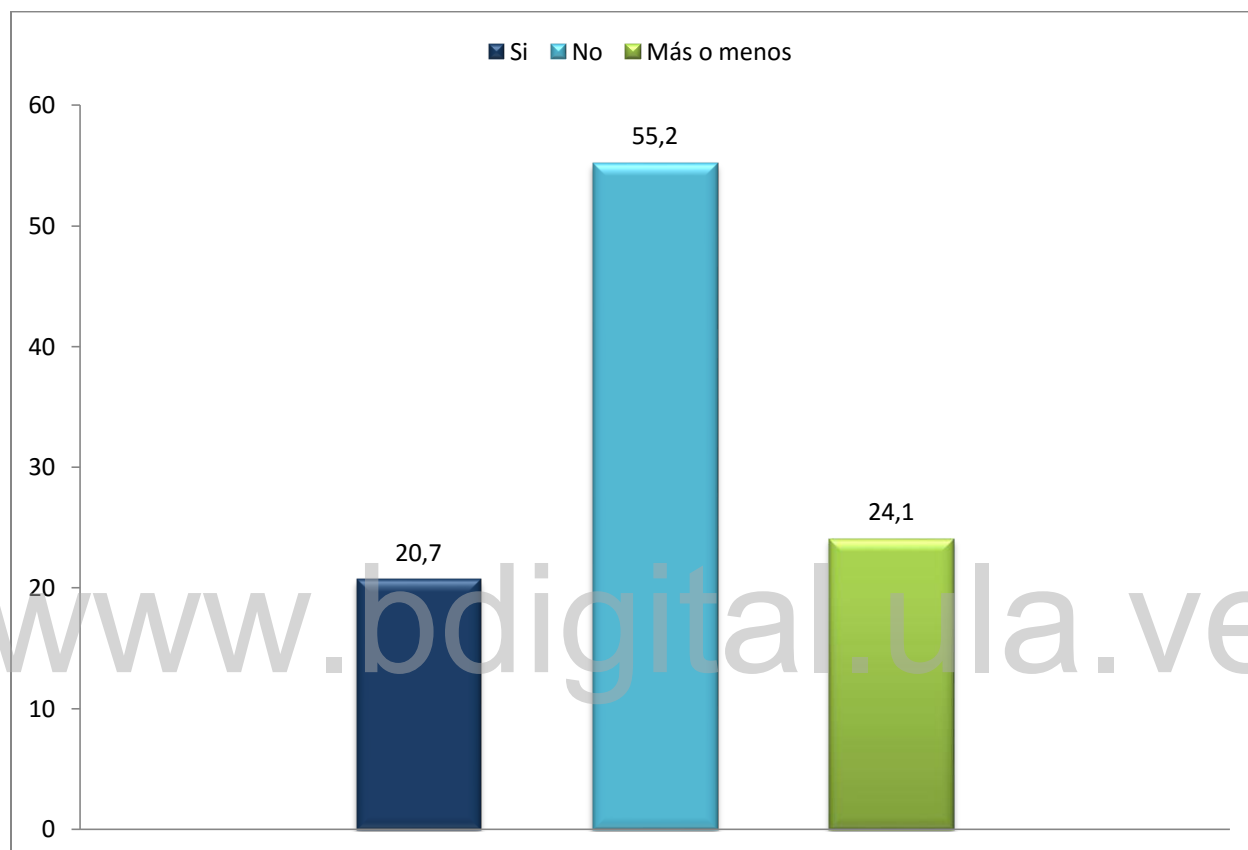


**Gráfico 3. Experiencias de los padres y/o representantes implementando una dieta libre de gluten y caseína en los niños.**

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2020. Ver Anexo D. Tabla 3.

El gráfico número 3 tuvo como premisa indagar si alguna vez la dieta libre de gluten y caseína fue puesta en práctica en sus hijos o representados, buscando quizás observar cambios o mejoras en sus conductas; tomando en cuenta que aunque casi la totalidad de los padres conocen la importancia de una dieta donde se restringen estas proteínas, la mayoría 50,0% respondió nunca haber intentado alguna vez una alimentación sin éstas, por otra parte 29,3% mencionó sí haber implementado alguna vez una dieta libre de gluten y caseína y 20,7% más o menos lo han intentado alguna vez. Datos que no concuerdan con un artículo publicado por Comín en el (2015)

donde habla de una encuesta realizada en Europa en el 2013 refiriendo que un 50% de los encuestado respondió haber probado en algún momento este tipo de dietas, aunque finalmente apenas un pequeño porcentaje las acaba siguiendo de forma permanente aun así muchas familias que comienzan estas dietas sí ven cambios positivos en los niños.



**Gráfico 4. Conocimiento de los padres y/o representantes sobre alternativas de recetas libres de gluten y caseína.**

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2020. Ver Anexo E. Tabla 4.

En el gráfico 4, se determinó si los padres y/o representantes conocen alternativas de recetas libres de gluten y caseína, al obtener que un 55,2% no tienen conocimiento de alternativas de una alimentación sin estas proteínas y 24,1% posee más o menos un conocimiento sobre éstas, se plantea la necesidad de la realización de un recetario libre de gluten y caseína, donde se les brinde a los padres, representantes y familiares de niños con TEA alternativas nutritivas y de

gran utilidad para sus comidas diarias; ya que tan solo el 20,7% conoce distintas opciones donde estas proteínas no estén presentes.

Datos similares fueron encontrados en el trabajo de investigación de Córdova (2015) donde el 76% de los encuestados manifestaron no saber cómo sustituir los alimentos con gluten y caseína.

[www.bdigital.ula.ve](http://www.bdigital.ula.ve)

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### Conclusiones

Para obtener un diagnóstico a groso modo del conocimiento de los padres y/o representantes sobre la dieta exenta de gluten y caseína para sus hijos y/o representados y que a su vez estos resultados pudieran dar pie a la realización de un recetario libre de gluten y caseína con alimentos de fácil acceso y que resultara económico para llevar a la práctica, se les realizó una encuesta la cual arrojó como resultados que el 41,4% tiene conocimiento de la procedencia de estas dos proteínas, y el 55,2% sabe la importancia de una alimentación libre de gluten y caseína, sin embargo a pesar de estos resultados, el 50% no ha implementado este tipo de alimentación en sus hijos y/o representados, debido a que el 55,2% expuso no conocer alternativas de recetas libres de estas dos proteínas.

De esta manera los resultados anteriormente expuestos sentaron las bases para la realización de un recetario denominado “sin gluten y sin caseína también es sabroso comer”, el cual contiene en sus primeras páginas un pequeño resumen de qué es el gluten, la caseína y su procedencia, así como comparaciones nutricionales y un sinfín de recetas y alternativas sin estas dos proteínas que van desde los platos salados hasta los postres. Esperando que futuras investigaciones logren la implementación del mismo en los niños con TEA para posteriormente medir los resultados y lograr observar cambios en el comportamiento de los niños con este síndrome.

## Recomendaciones

- Es idóneo que en instituciones educativas donde asistan niños con TEA, se realicen intervenciones educativas nutricionales, a fin de que se les explique tanto a docentes como a padres y/o representantes, la importancia de una dieta libre de gluten y caseína en niños con este padecimiento y de qué forma puede influir positivamente en mejorar algunas conductas.
- Es de vital importancia realizar un seguimiento nutricional tanto a los niños con el trastorno como a los padres y/o representantes, a fin de abordarlos constantemente con recomendaciones nutricionales y lograr la motivación necesaria para continuar con este tipo de alimentación.
- Exhortar a los entes encargados de proporcionar la alimentación a los comedores de los Institutos de niños con TEA, a surtir productos libres de gluten y caseína.
- Realizar futuras investigaciones centralizadas en indagar si este tipo de dieta realmente es efectiva para modificar algunas conductas en los niños con TEA.

## CAPITULO VI

### LA PROPUESTA

#### Presentación de la propuesta

## INTRODUCCIÓN

El autismo es un síndrome que estadísticamente afecta a 4 de cada 1.000 niños; hasta la fecha las causas son desconocidas, aun cuando desde hace muchos años se le conoce como un trastorno del desarrollo (Garza, S/F).

Salvo contadas excepciones el autismo es congénito y se manifiesta en los niños entre los 18 meses y los 3 años de edad. Los primeros síntomas suelen ser: pérdida del habla, no ve a los ojos directamente, pareciese que fuese sordo, excesivo interés por objetos o total desinterés por las relaciones sociales con el mundo exterior. (Garza, S/F).

Como su definición lo expresa, el autismo es un síndrome, no es una enfermedad, por lo tanto no tiene cura; sin embargo se puede lograr mejoras en la calidad de vida de quienes la padecen, disminuyendo un poco algunos de los síntomas y enseñándoles además, nuevas habilidades con la intención de hacerlos más independientes, pero es importante resaltar que como el síndrome de Down y otros trastornos del desarrollo, el individuo que lo tenga, será autista toda su vida.

Entre los tratamientos que se conocen para mejorar algunos de los síntomas está cada vez más llevándose a cabo la dieta exenta de gluten y caseína, es el eje central del manejo dietético actual y se indica desde la primera consulta con un nutricionista certificado. Es por ello que, siguiendo esta importante premisa, se desarrolla este recetario el cual se caracteriza por una dieta libre de gluten y caseína, pero que además cumple con los requerimientos nutricionales y contiene recetas sencillas, nutritivas, deliciosas y de fácil acceso.



## OBJETIVOS

### GENERAL

Facilitar información acerca de una alimentación libre de gluten y caseína, mostrando así diferentes recetas y sustitutos de estas proteínas para los niños con TEA.

### ESPECÍFICOS:

Indagar en busca de información sobre alimentos autóctonos libres de gluten y caseína para el desarrollo del recetario.

Dar a conocer qué es y de donde provienen el gluten y la caseína

Describir estrategias de sustitutos del gluten y la caseína para una mejor alimentación de los niños con este padecimiento.

*Grey Caro*

## JUSTIFICACIÓN

Afortunadamente en Venezuela existe gran variedad de tubérculos, almidones y hortalizas libres de gluten con los cuales se pueden preparar platos variados de la cocina criolla y con esto se demuestra que no es necesaria la adquisición de productos alimentarios importados para cumplir con esta dieta. En cuanto a la caseína no existen alimentos sustitutos de esta proteína, ya que solo se encuentra en la leche de vaca y sus derivados, sin embargo en este recetario se presentan análogos de la leche de vaca que así como en el gluten, pueden ser alternativas equilibradas, variadas, económicas y que se adaptan fácilmente a todos los grupos de edad como a cualquier condición económica.

Este recetario llamado “sin gluten y sin caseína también es sabroso comer” cuenta con 108 páginas con una variedad de recetas y alternativas de estas dos proteínas; inicialmente va dirigido a padres y/o representantes de niños con el síndrome, sin embargo, no se puede dejar de lado a los docentes que diariamente conviven con éstos. Pero también es un recetario de fácil acceso para adultos autistas que sean conscientes de su padecimiento y que quieran comenzar una dieta exenta de gluten y caseína para obtener mejoras en su calidad de vida.

# RECETARIO



[www.bdigital.ula.ve](http://www.bdigital.ula.ve)  
SIN GLUTEN Y SIN  
CASEÍNA TAMBIÉN  
ES SABROSO COMER

RECETAS FÁCILES QUE PUEDES HACER EN CASA

POR GREYSI DAVILA Y CAROLINA TORRES



## ¿QUÉ ES EL GLUTEN?

Es un grupo de proteínas de pequeño tamaño. Este tiene propiedades viscolásticas aportando elasticidad y esponjosidad a alimentos como el pan o la bollería.

## ¿DÓNDE SE ENCUENTRA?

En el trigo y todas sus variantes (sémola, kamut y espelta), la cebada, el centeno y el triticale, en alimentos como el pan, la bollería, la masa para pizzas, galletas, etc. Debido a que se puede aislar con facilidad y que mejora la textura y las propiedades sensoriales de los alimentos, también se pueden encontrar en yogures, embutidos, salsas, patatas congeladas, chocolate a la taza, golosinas, bombones e incluso en medicamentos y suplementos. Por esta razón es de gran importancia leer los ingredientes que se encuentra en el empaquetado de cada producto.

## LISTA DE SUSTITUTOS DE LA HARINA

Harina de arroz  
Método de secado  
Fécula y harina de yuca (Fécula)  
Fécula y harina de yuca (Harina)  
Harina de lentejas  
Harina de cambur  
Harina de plátano macho verde  
Harina de papa  
Harina de coco  
Harina de garbanzo  
Harina de auyama  
Harina de avena





## VALORES NUTRICIONALES

### VALORES NUTRICIONALES APROXIMADOS POR 100ML

	Kcal	Grasas	Carbohidratos	Proteínas
Harinas de trigo	364	1 g	76 g	10 g
Harina de plátano	307	0,50 g	80,60 g	3,90 g
Harina de coco	630	53 g	16 g	6 g
Harina de garbanzos	356	6,2 g	53,2 g	20,6 g
Harina de lentejas	304	1,7 g	40,6 g	23,18 g
Harina de yuca	335	---	80 g	1 g
Harina de avena	388	7 g	66 g	14 g
Harina de arroz	366	1,4 g	80 g	6 g
Harina de papa	357	0,34 g	83,1 g	6,90 g
Harina de auyama	372	1 g	72 g	13 g
Harina de cambur verde	358	0,5 g	85,6 g	3,7 g

Grey Carb





## ¿QUÉ ES LA CASEÍNA Y DONDE SE ENCUENTRA?

La caseína es la proteína de la leche de todos los mamíferos; vacas, cabras, ovejas, yaks, búfalos, camellos y seres humanos. Esto incluye a la leche materna humana, incluso si la madre está en una dieta sin gluten, caseína ni soya.

Los alimentos que comúnmente la contienen son: leches (ya sea entera, descremada o deslactosada), helados, crema agria, yogur, mantequilla, carnes frías y quesos.

## LISTA DE SUSTITUTOS DE LA LECHE

Análogo de leche a base de soya  
Análogo de leche a base de avena  
Análogo de leche a base de arroz  
Análogo de leche a base de alpiste  
Análogo de leche a base de coco

[www.bdigital.ula.ve](http://www.bdigital.ula.ve)

*Grey Caro*







## LISTA DE RECETAS

- Pizza masa de avena
- Pizza masa de arroz
- Pizza masa de brócoli
- Pizza masa de plátano
- Pizza masa de yuca
- Pizza masa de zanahoria
- Queso sin leche
- Queso con leche vegetal
- Fideos
- Ñoquis
- Muffins salados
- Snacks
- Croquetas de zanahoria
- Snacks de plátanos
- Arepitas de papa
- Pan de papa
- Farinata
- Crêpes con harina de garbanzos
- Bomba de papa y pollo
- Pan en licuadora y sin horno
- Galletitas saladas sin gluten
- Tortillas fritas
- Waffles
- Pan de plátano verde
- Chicle de yuca
- Pre-mezcla libre de gluten
- Brownie de chocolate y caraotas
- Brownies con harina de garbanzos
- Bizcocho de harina de maíz
- Brownie con harina de coco
- Cake tropical de mango y plátano
- Galletas con harina de garbanzos y chocolate
- Galletas de chocolate
- Torta sin gluten, huevos ni azúcar
- Galletas dulces con harina de arroz y maizina rellenas con limón

## Referencias bibliográficas

- Alonso, J. (2010). *Autismo y alimentación*. El blog de José Ramón Alonso. Recuperado de: <https://jralonso.es/2010/12/19/autismo-y-alimentacion/>
- Arias, (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica*. Recuperado de: [https://es.slideshare.net/fidiasarias/fidias-g-arias-el-proyecto de-investigacin-6ta-edicin](https://es.slideshare.net/fidiasarias/fidias-g-arias-el-proyecto-de-investigacin-6ta-edicin)
- Anónimo. (2013). *Los problemas de alimentación en el Autismo: 8 consejos básicos*. Doble equipo. Autismo-familia-hogar. Recuperado de: <https://www.dobleequipovalencia.com/problemas-de-alimentacion-8-consejos-basicos/>
- Anónimo. (2018). *Significado de Trastorno. Qué es Trastorno*. Recuperado de: <https://www.significados.com/trastorno/>
- Anónimo. (S/F). *Síndrome de Rett*. MayoClinic. Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/rett-syndrome/symptoms-causes/syc-20377227>
- Anónimo. (S/F). *Concepto de alimentación, nutrición y dietética*. 5 al día. Recuperado de: <https://www.5aldia.org/apartado-h.php?ro=752&sm=192>
- Anónimo. (S/F). *¿Opiáceos u opioides? Analgésicos opioides*. Recuperado de: [http://analgesicosopioides.org/conociendo\\_sobre\\_los\\_analgescicos\\_opioides.html](http://analgesicosopioides.org/conociendo_sobre_los_analgescicos_opioides.html)
- Anónimo. (S/F). *Estudio de las conductas alimentarias en el autismo*. Guía para padres. Recuperado de: [https://www.autismspeaks.org/sites/default/files/2018-10/feeding-guide-spanish\\_0.pdf](https://www.autismspeaks.org/sites/default/files/2018-10/feeding-guide-spanish_0.pdf)
- Audisio, A.; Laguzzi, J.; Lavanda, I.; Leal, M.; Herrera, J.; Carrazana, C.; Cilento P. (2013). *Mejora de los síntomas del autismo y evaluación alimentaria nutricional luego de la realización de una dieta libre de gluten y caseína en un grupo de niños con autismo que acuden a una fundación*. *Nutrición clínica dietética hospitalaria*. 33(3):39-47.
- Borno, S. Álvarez, M. (2009). *Autismo infantil*. En *Nutrición en Pediatría*. Tomo II. 2º ed. (pp 1153-1175). Caracas: Editorial Cania.

CDHF (Children's Digestive Health and Nutrition Foundation). (2005). *Dieta sin gluten: Guía para familias*.

Carral, F. (2013). *Valoración y aceptación de la dieta en niños con autismo que realizan el tratamiento biomédico*. Trabajo final de investigación. Instituto Universitario Fundación H. A. Barceló. Buenos Aires.

Comín, D. (2015). *¿Son realmente válidas las dietas libres de gluten y caseína en el autismo?* Autismo diario. Recuperado de: <https://autismodiario.org/2015/09/14/son-realmente-validas-las-dietas-libres-de-gluten-y-caseina-en-el-autismo/>

Corbin, J. (S/F). *Los 4 tipos de autismo y sus características ¿Cómo se clasifican los trastornos del espectro autista (TEA)?*. Recuperado de: <https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-autismo>

Córdova, Y. (2015). *Diseño de una guía nutricional para niños y niñas con trastorno de espectro autista del centro integral de equinoterapia del cantón Samborondón en el periodo de mayo a septiembre del 2015*. Trabajo de titulación previo a la obtención del título de licenciado en nutrición, dietética y estética. Guayaquil- Ecuador.

González, H. (2017). *Autismo*. Web consultas revista salud y bienestar. Recuperado de <http://www.webconsultas.com/autismo/autismo-435>

Graterol, E. (2014). *Criterios para la elaboración del trabajo especial y de grado*. Caracas: Universidad Central de Venezuela.

Laguna, A. (2017). *Estadísticas del Trastorno Autista aumentaron en un 700% en los últimos 20 años*. El carabobeño el diario del centro. Recuperado de: <https://www.el-carabobeno.com/estadisticas-del-trastorno-autista-aumentado-700-los-ultimos-20-anos/>

López, M. (2013). *Manual de educación en alimentación y nutrición para padres de niños de tres a seis años diagnosticados con Síndrome del Espectro Autista de la Ciudad de Guatemala. Junio - agosto 2013*. Tesis de grado. Campus central Guatemala.

Lord, R. (S/F), *Síndrome De Asperger* Tomado de la página de ASPEN OF AMERICA:  
[www.asperger.org](http://www.asperger.org). Recuperado de:  
[https://www.asperger.es/sindrome\\_asperger\\_infancia\\_sintomas.html](https://www.asperger.es/sindrome_asperger_infancia_sintomas.html)

Holtz, K. (2004). *Un viaje por la vida a través del autismo: Guía para los educadores*.

Inca, D. (S/F) *El autismo atípico en educación especial*. Recuperado de:  
<https://www.fundacionaenilce.org/el-autismo-atipico-en-educacion-especial/>

Maciques, E. (2003). *La nutrición: una estrategia de intervención en el niño autista*. 11(1):26-37

Mendoza, M. (2014) *Elaboración y validación de un ciclo de menú y recetario para pacientes con enfermedad celiaca*. Tesis de grado. Campus central Guatemala.

Montero, L. (2009). *Problemas con la alimentación*. Aulaautista: Actualidad y tecnología.  
Recuperado de: <http://www.aulautista.com/2009/05/03/problemas-con-la-alimentacion/>

NIH: Instituto Nacional de Salud Infantil y Desarrollo Humano (2017). *Trastornos del espectro autista*. Medlineplus información de salud para usted. Recuperado de:  
<https://medlineplus.gov/spanish/autismspectrumdisorder.html>

Pérez, C. (S/F). *Caseína de la leche*. Natursan. Recuperado de:  
<https://www.natursan.net/caseina-de-la-leche/>

Pérez, J. (2008). *Definición de dieta*. Definicion.de. Recuperado de: <https://definicion.de/dieta/>

Pérez, J., Gardey, A. (2014). *Recetario*. Definicion.de. Recuperado de:  
<https://definicion.de/recetario/>

Pfeiffer, M. (2017). *Como se puede curar el autismo*. Recuperado de:  
<https://books.google.es/books?id=ei8tDwAAQBAJ&pg=PT33&lpg=PT33&dq=teoria+de+opioides+en+niños+con+autismo&source=bl&ots=SHVIVe52f-&sig=ACfU3U3D3cYuONumno0h9CtOpFUOOC4o3A&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwisg57V68roAhUCrxoKHWyqAhE4ChDoATADegQIDBA#v=onepage&q=teoria%20de%20opioides%20en%20niños%20con%20autismo&f=false>

Real Academia Española. (S/F). *Gluten*. Diccionario de la lengua española (DLE). Recuperado de: [https://dle.rae.es/gluten?m=30\\_2](https://dle.rae.es/gluten?m=30_2)

Rojas, A. & Rojas, M. (2013). *Diseño de estrategias educativas nutricionales para padres y docentes de niños con autismo*. Trabajo especial de grado como credencial de mérito para la obtención del título de Licenciado en Nutrición y Dietética. Universidad de Los Andes Estado Mérida. Venezuela.

Silva, M. (2017). *Autismo, gluten y caseína*. EL UNIVERSAL. Recuperado de: <http://www.eluniversalqueretaro.mx/content/autismo-gluten-y-caseina>

Spectrumnews. (2019). *Las nuevas estadísticas de prevalencia del autismo destacan el desafío de un diagnóstico temprano*. Autismo diario. Recuperado de: <https://autismodiario.org/2019/07/07/las-nuevas-estadisticas-de-prevalencia-del-autismo-destacan-el-desafio-de-un-diagnostico-temprano/>

Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL) Vicerrectorado de Investigación y Postgrado. (2012). *Manual de Trabajos de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales*. Caracas, Venezuela: Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador.

## ANEXOS

### Anexo A. Encuesta para los padres y representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista.



UNIVERSIDAD DE LOS ANDES  
FACULTAD DE MEDICINA  
ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



### Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista.

#### Instrucciones:

La siguiente encuesta se plantea con la finalidad de determinar el nivel de conocimiento de padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista que asiste al Instituto CAIPA ubicado en la ciudad de Mérida en los Municipios Libertador y Campo Elías.

Marque con una sola (x) en la pregunta que corresponda.

#### 1. Identificación.

Padre

Representante

N°	ÍTEM	SI	NO	MAS O MENOS
1	¿Sabe usted de donde proviene la proteína del gluten y la caseína?			
2	¿Conoce usted la importancia de una alimentación libre de gluten y caseína para los niños con el Trastorno del Espectro Autista?			
3	¿Ha implementado alguna vez una dieta libre de gluten y caseína en el niño?			
4	¿Conoce usted alternativas de recetas libres de gluten y caseína?			
5	¿Estaría usted dispuesto a implementar el uso del recetario libre de gluten y caseína?			

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2019.

#### Anexo B. Formato de validación de instrumentos.

### Formato de Validación de Instrumento.

Seguidamente se presenta un formato en el cual se reflejan dos aspectos fundamentales para la validación del contenido: la redacción y la pertinencia.

Favor marque con una (X) en la casilla que mejor represente su criterio.

Ítems	Redacción			Claridad			Congruencia		
	Si	No	Mejorar	Si	No	Mejorar	Si	No	Mejorar
¿Sabe usted de que alimentos provienen el gluten y la caseína?	X			X			X		
¿Conoce usted la importancia de una alimentación libre de gluten y caseína para los niños con el trastorno del espectro autista?	X			X			X		
¿Ha practicado alguna vez una dieta libre de gluten y caseína en el niño?	X			X			X		
¿Cree usted que una alimentación libre de gluten y caseína ayuda a modificar la conducta de los niños con el trastorno del espectro autista?	X			X			X		
¿Conoce usted alternativas de recetas libres de gluten y caseína?	X			X			X		
¿Estaría usted dispuesto a implementar el uso de un recetario libre de gluten y caseína?	X			X			X		

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

NOMBRE Y APELLIDO: Maribel Prado

PROFESIÓN: Nutricionista

LUGAR DE TRABAJO: Escuela de Nutrición ULA

FIRMA: [Firma]

Fuente: Formato de validación de instrumento. Año 2019.

### Formato de Validación de Instrumento.

Seguidamente se presenta un formato en el cual se reflejan dos aspectos fundamentales para la validación del contenido: la redacción y la pertinencia.

Favor marque con una (X) en la casilla que mejor represente su criterio.

Ítems	Redacción			Claridad			Congruencia		
	Si	No	Mejorar	Si	No	Mejorar	Si	No	Mejorar
¿Sabe usted de que alimentos provienen el gluten y la caseína?	X			X			X		
¿Conoce usted la importancia de una alimentación libre de gluten y caseína para los niños con el trastorno del espectro autista?	X			X			X		
¿Ha <u>practicado</u> alguna vez una dieta libre de gluten y caseína en el niño?		X	Ha implementado						
¿Cree usted que una alimentación libre de gluten y caseína ayuda a modificar la conducta de los niños con el trastorno del espectro autista?	X			X			X		
¿Conoce usted alternativas de recetas libres de gluten y caseína?									
¿Estaría usted dispuesto a implementar el uso de un recetario libre de gluten y caseína?	X			X			X		

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

NOMBRE Y APELLIDO: \_\_\_\_\_

PROFESIÓN: \_\_\_\_\_

LUGAR DE TRABAJO: \_\_\_\_\_

FIRMA: \_\_\_\_\_

Fuente: Formato de validación de instrumento. Año 2019.

### Formato de Validación de Instrumento.

Seguidamente se presenta un formato en el cual se reflejan dos aspectos fundamentales para la validación del contenido: la redacción y la pertinencia.

Favor marque con una (X) en la casilla que mejor represente su criterio.

Ítems	Redacción			Claridad			Congruencia		
	Si	No	Mejorar	Si	No	Mejorar	Si	No	Mejorar
¿Sabe usted de que alimentos provienen el gluten y la caseína?	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Conoce usted la importancia de una alimentación libre de gluten y caseína para los niños con el trastorno del espectro autista?	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Ha practicado alguna vez una dieta libre de gluten y caseína en el niño?	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Cree usted que una alimentación libre de gluten y caseína ayuda a modificar la conducta de los niños con el trastorno del espectro autista?	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Conoce usted alternativas de recetas libres de gluten y caseína?	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>		
¿Estaría usted dispuesto a implementar el uso de un recetario libre de gluten y caseína?	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>		

OBSERVACIONES: Sugiero incorporar en el cuestionario sobre nivel de conocimiento una primera pregunta que indique si saben que es el gluten y la caseína

NOMBRE Y APELLIDO: BELQUIS SANZ

PROFESIÓN: LICENCIADA EN NUTRICION Y DIETETICA

LUGAR DE TRABAJO: Escuela de Nutrición y Dietética

FIRMA: [Firma manuscrita]

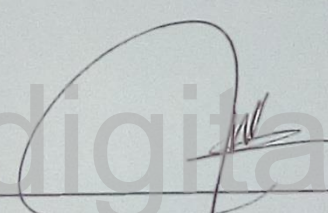
Fuente: Formato de validación de instrumento. Año 2019.

**Anexo C: Constancia de validación.**

**CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, Maribel del Valle Prado Briceño

En mi carácter de \_\_\_\_\_, certifico que he leído y revisado el instrumento de recolección de datos para la investigación que desarrollan las Universitarias **Greysi Dávila Díaz y María Torres Puentes** en su Trabajo Especial de Grado para optar al Título de Nutricionista Dietista, cuyo título tentativo es: **Diseño e implementación de recetario libre de gluten y caseína y su influencia en/sobre la conducta de niños con Trastorno del Espectro Autista. (En el Instituto CAIPA del Estado Mérida)**, el cual a mi criterio reúne los requisitos de validez.

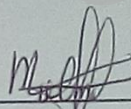
  
C.I. N°: 10906403

www.bdigital.ula.ve

Fuente: Constancia de validación de instrumento. Año 2019.

## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, María Alejandra Molina Paradas  
En mi carácter de Profesora y Promotora en Nutrición y Dietética certifico  
que he leído y revisado el instrumento de recolección de datos para la investigación  
que desarrollan las Universitarias **Greysi Dávila Díaz y María Torres Puentes** en su  
Trabajo Especial de Grado para optar al Título de Nutricionista Dietista, cuyo título  
tentativo es: **Diseño e implementación de recetario libre de gluten y caseína y  
su influencia en/sobre la conducta de niños con Trastorno del Espectro  
Autista. (En el Instituto CAIPA del Estado Mérida)**, el cual a mi criterio reúne los  
requisitos de validez.

  
C.I. N°: 19.319.111

Fuente: Constancia de validación de instrumento. Año 2019.

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, BELQUIS LETICIA SANZ SUAREZ

En mi carácter de LICENCIADA EN NUTRICION Y DIETETICA, certifico que he leído y revisado el instrumento de recolección de datos para la investigación que desarrollan las Universitarias **Greysi Dávila Díaz y María Torres Puentes** en su Trabajo Especial de Grado para optar al Título de Nutricionista Dietista, cuyo título tentativo es: **Diseño e implementación de recetario libre de gluten y caseína y su influencia en/sobre la conducta de niños con Trastorno del Espectro Autista. (En el Instituto CAIPA del Estado Mérida)**, el cual a mi criterio reúne los requisitos de validez.

Sanz Suarez  
C.I. Nº: V-87891257

Fuente: Constancia de validación de instrumento. Año 2019.

**Anexo D. Tabla 1. Nivel de conocimiento de los padres y/o representantes acerca de los alimentos que contienen gluten y caseína.**

Respuestas	N°	%
Si	24	41,4
No	14	24,1
Más o menos	20	34,5
Total	58	100,0

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2020.

**Anexo E. Tabla 2. Noción de los padres y/o representantes sobre la importancia de una alimentación libre de gluten y caseína para los niños con TEA.**

Respuestas	N°	%
Si	32	55,2
No	18	31,0
Más o menos	8	13,8
Total	58	100

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2020.

**Anexo F. Tabla 3. Experiencias de los padres y/o representantes implementando una dieta libre de gluten y caseína en los niños.**

Respuestas	N°	%
Si	17	29,3
No	29	50,0
Más o menos	12	20,7
Total	58	100

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2020.

**Anexo G. Tabla 4. Conocimiento de los padres y/o representantes sobre alternativas de recetas libres de gluten y caseína.**

Respuestas	N°	%
Si	12	20,7
No	32	55,2
Más o menos	14	24,1
Total	58	100

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con el Trastorno del Espectro Autista. Año 2020.

**Anexo H. Tabla 5. Disponibilidad de los padres y/o representantes para implementar el uso de un recetario libre de gluten y caseína.**

Respuestas	N°	%
Si	52	89,7
No	1	1,7
Más o menos	5	8,6
Total	58	100

Fuente: Encuesta para los padres y/o representantes de los niños con Trastorno del Espectro Autista. Año 2020.

www.bdigital.ula.ve