

MÓDULO II

Ejercicio de creación de recetas y prueba de recomendaciones

PROPÓSITO

Como resultado del análisis de comportamientos descritos al final del Módulo I, el equipo tendrá una lista de las posibles prácticas recomendadas para mejorar la alimentación del lactante y niño pequeño de la población de interés. Las recomendaciones pueden ser cambios de comportamientos, modificación de algunas recetas tradicionales para mejorar su calidad nutricional o la creación de nuevas recetas utilizando alimentos de uso común. En el Módulo II el equipo aprenderá a evaluar la aceptación y la factibilidad de la adopción de las recomendaciones. Además de promover la información necesaria para la conducción del *Ejercicio de la Creación de Recetas* y la prueba de campo de las recomendaciones propuestas, el Módulo II provee la información necesaria para la conducción de los *Grupos Focales*. Los Grupos Focales son recomendados como una actividad opcional en el caso de que se necesite información adicional para confirmar los hallazgos acerca de alguna recomendación.

PRODUCTOS

Al finalizar la aplicación del Módulo II el equipo:

- ◆ Tendrá receta(s) nueva(s) o modificada(s) con alimentos disponibles y accesibles que tengan mayor probabilidad de ser aceptadas por la población de interés.
- ◆ Será capaz de priorizar entre las recomendaciones identificadas en el diagnóstico (Módulo I).
- ◆ Tendrá conocimiento sobre la factibilidad de adopción de las recomendaciones, así como de las barreras y los facilitadores para su adopción.
- ◆ Tendrá información que puede ser usada para modificar las recomendaciones y lograr que su adopción sea más factible.

- ◆ Tendrá conocimientos para la formulación de estrategias, actividades, materiales y mensajes para promover las recomendaciones (descritas en el Módulo III).

VISIÓN GENERAL

El *Ejercicio de la Creación de Recetas*, la *Prueba de Recomendaciones* y los *Grupos Focales* son métodos que proporcionan información muy valiosa como resultado del intercambio de ideas y experiencias entre madres¹ de niños pequeños.

El *Ejercicio de la Creación de Recetas* se utiliza para formular recetas nuevas o mejorar las ya existentes a partir de alimentos disponibles, accesibles y aceptados con la participación activa de las madres. Algunas de las preparaciones descritas por las madres durante el *Recordatorio de 24 horas* pueden escogerse para esta actividad. No es necesario llevar a cabo esta metodología si la creación o modificación de recetas no será incluida en el plan de intervención. Sin embargo, si la creación o modificación de recetas es considerada, este ejercicio deberá ser implementado antes de la *Prueba de Recomendaciones*.

La *Prueba de Recomendaciones* se aplica con el fin de observar la manera en que la madre ejecuta las recomendaciones propuestas en condiciones típicas en sus hogares. Si estas recomendaciones no son probadas, se corre el riesgo de rechazo o falta de cumplimiento una vez que la intervención esté en marcha. Por lo tanto, la *Prueba de Recomendaciones* no es opcional, esta debe ser ejecutada para todas las recomendaciones que serán promovidas en la intervención futura.

La aplicación de los Grupos Focales es opcional, sin embargo debe realizarse en caso de que los cambios a las recomendaciones probadas hayan sido significativos en la *Prueba de Recomendaciones* y se necesite más información para verificar la aceptación y factibilidad de adopción de recomendaciones.

Si las tres metodologías son aplicadas, estas deberán ser implementadas consecutivamente, empezando con el *Ejercicio de Creación de Recetas* y terminando con los Grupos Focales. Como se mencionó anteriormente, la *Prueba de Recomendaciones* deberá ser aplicada siempre; es un pre-requisito para la ejecución de alguna intervención que promoverá recomendaciones específicas. Cuanto mas grande sea la intervención, mayor será el tiempo y los recursos requeridos para asegurar la factibilidad de las recomendaciones y la aceptación en la población en estudio.

Se estima que el *Ejercicio de la Creación de Recetas*, incluyendo la capacitación de las trabajadoras de campo, la ejecución y el análisis durará entre una y dos semanas. La *Prueba de Recomendaciones* llevará otras dos semanas.

El tiempo necesario para llevar a cabo *Grupos Focales* dependerá del número de temas y del número de grupos focales por tema; la planificación y ejecución de un grupo focal podría tomar dos días y el análisis de los resultados entre dos y tres días más. Sin embargo, si se planea realizar múltiples grupos focales para un solo tema, el tiempo de planificación se reducirá y es probable que el análisis de los resultados se haga más rápido.

¹ La mayoría de niños pequeños son cuidados por sus madres. Sin embargo, el término “madre” en ProPAN se refiere tanto a madres como a otras personas a cargo del cuidado de los niños.

Ejercicio de la Creación de Recetas

¿Cuándo se debe de aplicar?

El *Ejercicio de la Creación de Recetas* se debe realizar cuando el equipo haya determinado que ninguna o pocas de las recetas identificadas en el Módulo I contienen un alto valor nutritivo o cuando se quiera probar algo diferente, como una preparación nueva con alimentos disponibles que sea apropiada para niños pequeños. También se puede aplicar cuando se quiera agregar uno o más ingredientes a las preparaciones existentes para aumentarles su valor nutritivo. En general, la *Creación de Recetas* es útil para aumentarle variedad a la dieta, ya que permite desarrollar un gran número de recetas usando ingredientes similares.

Objetivos

El propósito principal del Ejercicio de la Creación de Recetas es desarrollar recetas de alto valor nutricional que contribuyan a superar la inadecuación de la dieta encontrada en el diagnóstico (Módulo I). Es muy importante aclarar que esta metodología no está designada para probar o identificar las recetas que las madres ya preparan en sus casas, sino crear recetas nuevas o modificar las recetas existentes.

En resumen, los objetivos del Ejercicio de la Creación de Recetas son:

- ◆ Desarrollar recetas nuevas para niños pequeños mediante la participación activa de las madres.
- ◆ Mejorar preparaciones existentes para niños pequeños mediante la participación activa de las madres (por ejemplo, para aumentar su densidad en hierro, adicionar algún alimento o modificar las cantidades o proporción de los ingredientes).
- ◆ Identificar las distintas combinaciones y recetas que pueden ser preparadas con el mismo número de ingredientes.

Metodología

La metodología se describe en detalle en el Anexo II-1.

Análisis

La información nutricional de las recetas puede ser analizada utilizando el programa de cómputo **ProPAN** (vea el detalle de las instrucciones en los anexos del manual del programa de cómputo). La información sobre la aceptación y adopción de las recetas por parte de las madres y niños y cualquier información adicional relacionada a la creación de recetas recopiladas mediante esta metodología deberá ser analizada a mano usando las matrices descritas en el Anexo II-1.

Productos

Mediante el *Ejercicio de la Creación de Recetas*, se tendrán:

- ◆ Recetas nuevas con un alto valor nutritivo, apropiados para niños pequeños.
- ◆ Recetas mejoradas que incluyan una mayor variedad de alimentos y que sean más nutritivas que las recetas originales ya existentes.
- ◆ Diferentes combinaciones de alimentos y recetas posibles de preparar con la misma cantidad de ingredientes.

Prueba de Recomendaciones

¿Cuándo se debe aplicar?

La *Prueba de Recomendaciones* deberá aplicarse para probar toda recomendación que tenga potencial de impacto positivo en el estado nutricional de los niños y que al mismo tiempo requieran de cambios de comportamiento de las madres. A continuación se mencionan algunos ejemplos de recomendaciones potenciales.

- ◆ Una práctica nueva: Darle al niño un alimento rico en hierro cada día, use taza o cuchara en lugar de biberón.
- ◆ Una práctica modificada: Agregar un ingrediente más a una preparación común, hacer la preparación común más espesa.
- ◆ Alguna receta de las que surgieron en el *Ejercicio de la Creación de Recetas* descrita anteriormente: Receta de puré de papa o zapallo con hígado de pollo.
- ◆ Prácticas asociadas con las recomendaciones internacionales: Si le sirve entre-comidas al niño, deben ser nutritivas.
- ◆ Recomendaciones asociadas con un producto nuevo o no utilizado habitualmente: Que le sirva al niño alimentos complementarios fortificados.
- ◆ Recomendaciones que requieran ser observadas para corroborar su adopción: ayudar al niño a comer. Habrá que considerar que la prueba de recomendaciones que necesitan ser observadas requieren de mayor tiempo y recursos humanos que las recomendaciones cuya información pueda ser obtenida mediante un recordatorio de la madre.

Todas las recomendaciones consideradas opciones importantes para ser promovidas durante una intervención deberán ser probadas, excepto en los siguientes tipos de recomendaciones:

- ◆ Recomendaciones que ya se están promoviendo (por ejemplo: dar a los niños pequeños alimentos de origen animal a diario)
- ◆ Recomendaciones que son muy difíciles o imposibles de poner a prueba en un tiempo corto (por ejemplo: dar lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad)

- ◆ Recomendaciones que dependen de eventos que no pueden ser planeadas con precisión (por ejemplo: dar lactancia materna inmediatamente después del parto)
- ◆ Recomendaciones que la mayoría de las madres ya las están practicando (por ejemplo: dar lactancia materna a libre demanda)

En contraste con el *Ejercicio de la Creación de Recetas* que se hace en grupo y en el cual los alimentos y materiales son proporcionados por el equipo de estudio, la *Prueba de Recomendaciones* es aplicada en el hogar y en condiciones reales típicas. Cuando se sugiera las recomendaciones a las madres participantes, nada (incluyendo ingredientes, utensilios, combustible, etc.) será proveído a la madre, ya que el propósito es determinar la posibilidad de poner en práctica las recomendaciones bajo condiciones reales en que viven las familias. Se hará una excepción únicamente cuando se emplee algún alimento complementario fortificado u otro producto que será proveído por algún programa social o de salud. En este caso el producto será proveído y la prueba será aplicada para determinar el nivel de adopción y qué tan apropiado es el uso dado por la madre.

Objetivos:

Los objetivos principales de la *Prueba de Recomendaciones* son:

- ◆ Determinar la aceptación de recomendaciones.
- ◆ Identificar las partes de las recomendaciones que son adoptadas y las que no lo son.
- ◆ Identificar las barreras que impiden la adopción de ciertas recomendaciones; por ejemplo la falta de destrezas o recursos.
- ◆ Identificar factores facilitadores; por ejemplo conocimientos, apoyo familiar, beneficio percibido.
- ◆ Documentar cambios y mejoras que las madres le hayan hecho a las recomendaciones originales.
- ◆ Obtener la información necesaria para modificar las recomendaciones y hacer su adopción más factible.
- ◆ Identificar estrategias para reforzar la adopción de las recomendaciones.
- ◆ Ayudar a identificar estrategias para la intervención.

Metodología

El Anexo II-2 describe en detalle los pasos necesarios para aplicar la *Prueba de Recomendaciones* e incluye los formularios necesarios para su aplicación.

Análisis

La información recopilada mediante esta metodología se deberá analizar a mano utilizando las matrices presentadas en el Anexos II-2.

Productos

La ventaja de la Prueba de Recomendaciones es que las madres pueden poner a prueba y evaluar las recetas y comportamientos recomendados en sus hogares y dar sus opiniones sobre dichas sugerencias. Mediante este proceso se puede determinar lo siguiente:

- ♦ La facilidad o dificultad para comunicarse con las madres para tratar distintas prácticas o comportamientos.
- ♦ Las modificaciones que hacen que las recomendaciones sean más fácilmente aceptadas por las madres.
- ♦ Las barreras para el cambio en el comportamiento.
- ♦ La proporción de madres que son capaces de adoptar las recetas o comportamientos recomendados sin utilizar gran cantidad recursos adicionales.

El producto final será un listado de las recomendaciones más factibles.

Limitaciones de la Prueba de Recomendaciones

La limitación principal de esta técnica es el corto periodo de tiempo en el cual las recomendaciones son puestas a prueba (entre una y dos semanas), ya que las madres deben seguir las recomendaciones de alimentación infantil por varios meses o más tiempo. Por esta razón los resultados de esta metodología no deben interpretarse como una garantía de que los beneficiarios del proyecto adoptarán las recomendaciones formuladas en forma sostenida, pero sí indicará qué recomendaciones tienen mayor posibilidad de ser adoptadas; además, se podrían obtener sugerencias acerca de formas más efectivas para promover las recomendaciones.

Otra limitación de esta metodología es que la diferencia en el grado de adopción o rechazo de algunas recomendaciones podría yacer en las diferencias de la capacidad de comunicación interpersonal de los trabajadores de campo, y no en las recomendaciones o en las características de las madres. Para minimizar este efecto, el personal que realice las pruebas de recomendaciones necesita estar bien capacitado y estandarizado en cuanto a la aplicación de esta metodología.

Grupos Focales (opcional)

¿Cuándo se deben de aplicar?

Esta metodología puede ser aplicada en el caso de que haya habido modificaciones significativas en las recomendaciones elaboradas en el Módulo I como resultado del *Ejercicio de la Creación de Recetas*, la *Prueba de Recomendaciones*. Se aplicará cuando el equipo necesite confirmar con miembros de la población de estudio que esas modificaciones son correctas. En este caso, los Grupos Focales proporcionarán información útil acerca de las recomendaciones sin que sea necesario hacer entrevistas estructuradas o aplicar otro método de recolección de datos que requiera más tiempo. Los Grupos Focales pueden hacerse en las mismas comunidades donde se aplicó la metodología de *Atributos de Alimentos y la Prueba de Recomendaciones*.

El propósito principal de los *Grupos Focales* es el tener la opinión de las madres, padres, abuelas y otras personas a cargo del cuidado de los niños; acerca de las recomendaciones revisadas para asegurar su aceptación en una intervención. Las preguntas serán concretas y se concentrarán básicamente en los puntos donde existan dudas.

Esta actividad es opcional y depende de cuán seguro esté el equipo acerca de la factibilidad y aceptación de las recomendaciones que pasarán a una fase de intervención.

Objetivos

Los objetivos de los grupos focales son:

- ◆ Aclarar dudas o información contradictoria recopilada durante el diagnóstico (Módulo I) y las *Pruebas de Recomendaciones* (Módulo II).
- ◆ Confirmar la factibilidad de aplicación de las recomendaciones que sufrieron mayores modificaciones después de aplicar el *Ejercicio de la Creación de Recetas* o la *Prueba de Recomendaciones*.

Metodología

El Anexo II-3 describe en detalle esta metodología.

Análisis

La información recolectada mediante esta metodología se deberá analizar a mano utilizando la matriz descrita en el Anexo II-3.

Productos

El producto principal de los grupos focales es:

- ◆ Tener una idea más clara acerca de la aceptación de las recomendaciones que sufrieron mayores modificaciones después de aplicar el *Ejercicio de la Creación de Recetas* y la *Prueba de Recomendaciones*

En el Módulo I el equipo habrá identificado las recomendaciones que tengan el mayor potencial de éxito para mejorar los problemas de alimentación y nutrición identificados. Después de aplicar el Módulo II estas recomendaciones han sido reorientadas teniendo en cuenta su aceptación y factibilidad por parte de la población en estudio. La lista final de recomendaciones que se encuentran resumidas en el Formulario II-4 deberá incluir no más de cuatro recomendaciones. Con la identificación de recomendaciones específicas se podrá iniciar el proceso de diseño de estrategias para la intervención que promoverá estas recomendaciones (Módulo III).

