

LIBRO DE ACTIVIDADES SOBRE MI DIETA ESPECIAL



Dirigido a niños con errores congénitos del
metabolismo, como PKU, GA-1, HCU, IVA, MSUD,
MMA, PA, TYR y UCD.

Nos encanta divertirnos y aprender cosas nuevas.

Comer alimentos saludables nos ayuda a tener energía y a estar fuertes para todas nuestras aventuras.

Hola, soy Betty,
¡tengo MSUD!

Hola, soy Andy,
¡tengo PKU!

¡Soy Henry! ¡Ven, juega
y aprende con nosotros!



SIGUE LOS NÚMEROS

Ayuda a Betty a encontrar el camino para llegar hasta Andy. Dibuja una línea del 1 al 20 siguiendo todos los números en el orden correcto.

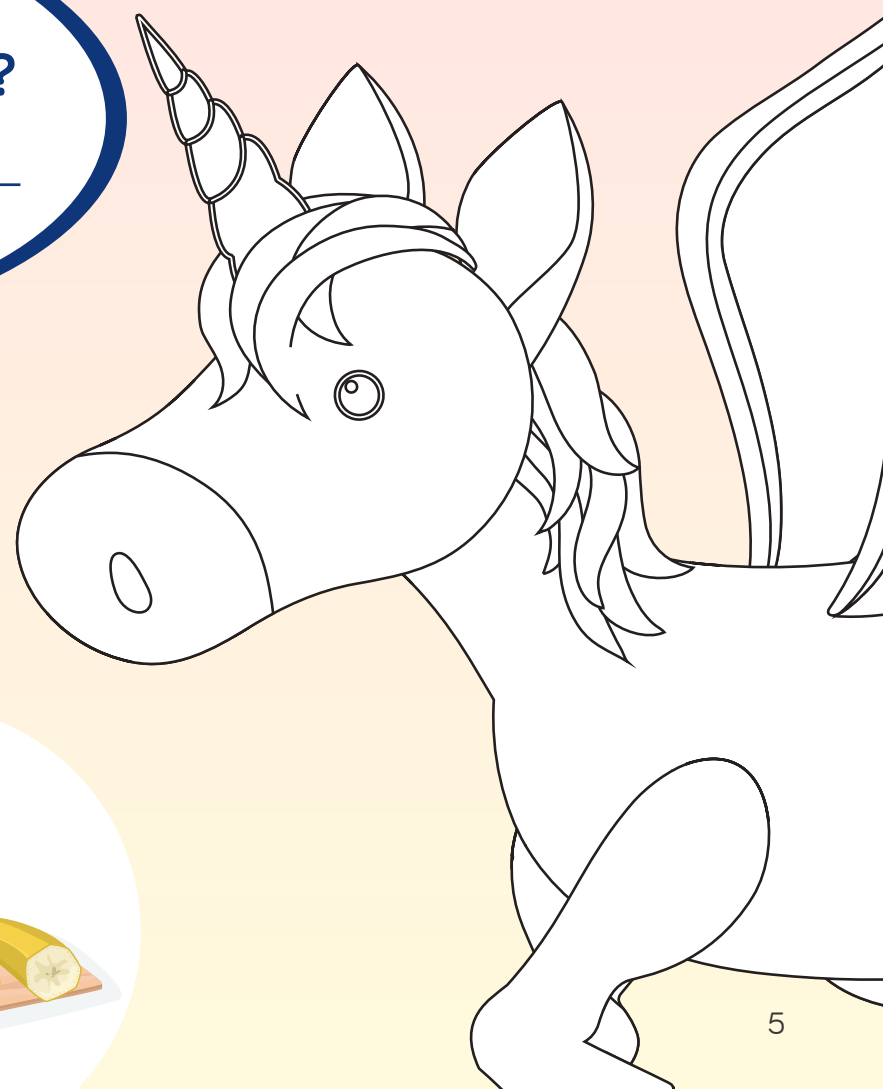
	1	4	11	12	13	8	19
3	2	18	10	5	14	15	16
4	5	2	9	6	7	18	17
9	6	7	8	13	5	19	15
11	14	3	16	19	12	20	

Consulta la respuesta en la página de soluciones.

Nuestros cuerpos no pueden digerir las proteínas del todo bien. Si comemos demasiados alimentos ricos en proteínas, puede ser perjudicial para nosotros.

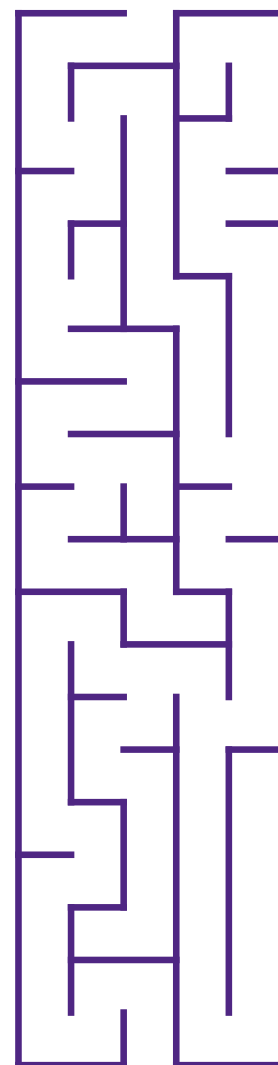
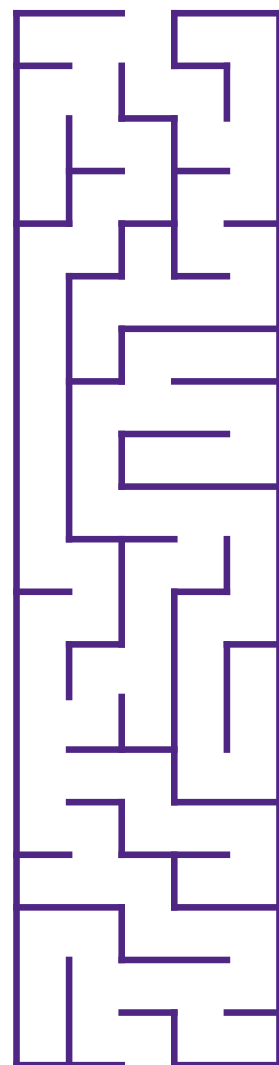
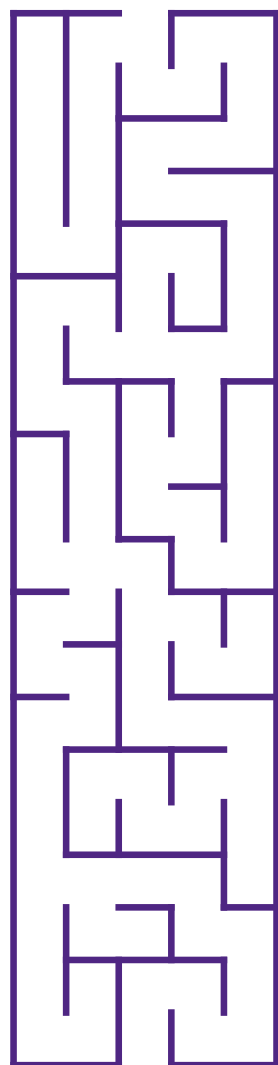
Para poder obtener todos los nutrientes que necesitamos para crecer fuertes y estar sanos, comemos alimentos especiales bajos en proteínas, frutas y verduras, y tomamos una bebida que se llama fórmula.

¿Tienes algún nombre especial para tu fórmula?



EL JUEGO DEL LABERINTO

Guía al caballero, al rey y al unicornio por cada uno de los laberintos para que puedan conseguir su espada, su corona y sus alas.



Consulta la respuesta en la página de soluciones.

Hola, soy Danny, y tengo HCU.

La fórmula contiene un tipo diferente de proteína que nuestros cuerpos pueden descomponer más fácilmente.



BURBUJA MATEMÁTICA

Rellena los espacios en blanco del crucigrama.

10	+		=	12	
+					=
4	+	7	=		2
=				-	-
	-	5	=		6
		+	=		+
			+	2	=
		=			
		8	=	7	

Consulta la respuesta en la página de soluciones.

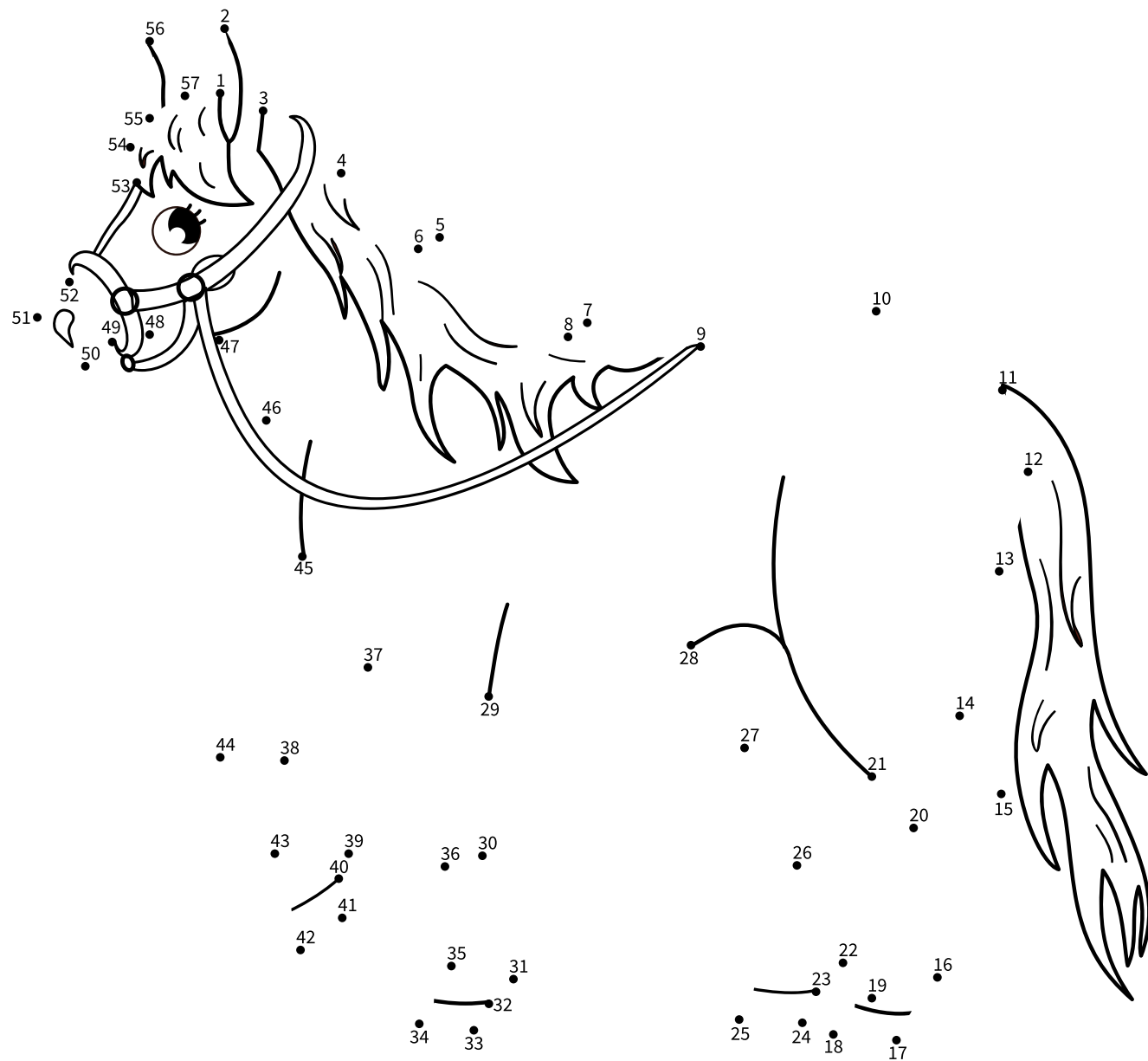
Tenemos que beber nuestra fórmula todos los días, incluso cuando comemos todas nuestras comidas y aperitivos. ¡Nuestra fórmula ayuda a que nuestro cuerpo obtenga los nutrientes importantes que necesita cada día!

Hola, soy Cindy, tengo TYR.
¡Me encanta nadar y jugar!
Mi fórmula me da energía.



¡UNE LOS PUNTOS!

Une los puntos y colorea.



Consulta la respuesta en la página de soluciones.

Para poder hacer un seguimiento de la cantidad de proteínas que comemos, medimos muchísimos alimentos con tazas medidoras, o bien, los pesamos en una balanza.

Algunos alimentos tienen demasiada proteína, así que directamente no los comemos.



Nuestros cuerpos dependen de lo que comemos y bebemos para poder crecer fuertes y sanos.

¡Pst! Me llamo Zoey y tengo UCD.
¿Cómo puedes darle a tu cuerpo los nutrientes que necesita?

Bebe tu fórmula todos los días y come alimentos bajos en proteínas, incluidas muchas frutas y verduras.



Dibuja tu comida favorita baja en proteínas.



Las frutas y verduras son algunos de los alimentos más saludables, ¡y la mayoría de ellas son bajas en proteínas! ¡Son sabrosas y nos encantan!

Como un montón de frutas y verduras todos los días.

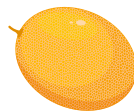
¡Me gusta comerlas un poco quemadas!

UNE LAS FRUTAS

Une cada trozo de fruta con la fruta entera.



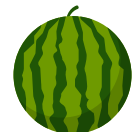
•



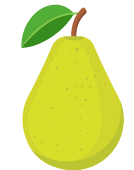
•



•



•



•



•



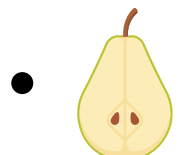
•



•



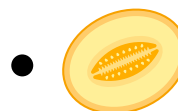
•



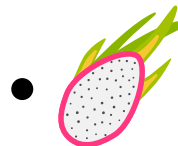
•



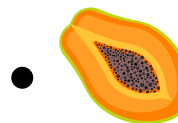
•



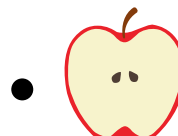
•



•



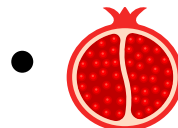
•



•



•



•



•

COMPLETA EL PATRÓN

Dibuja y colorea las formas que faltan para completar cada uno de los siguientes patrones.



Consulta la respuesta en la página de soluciones.

Algunos alimentos están hechos especialmente para ser bajos en proteínas. ¡Hay pan, cereales, torta de chocolate, y muchos más, que son bajos en proteínas!



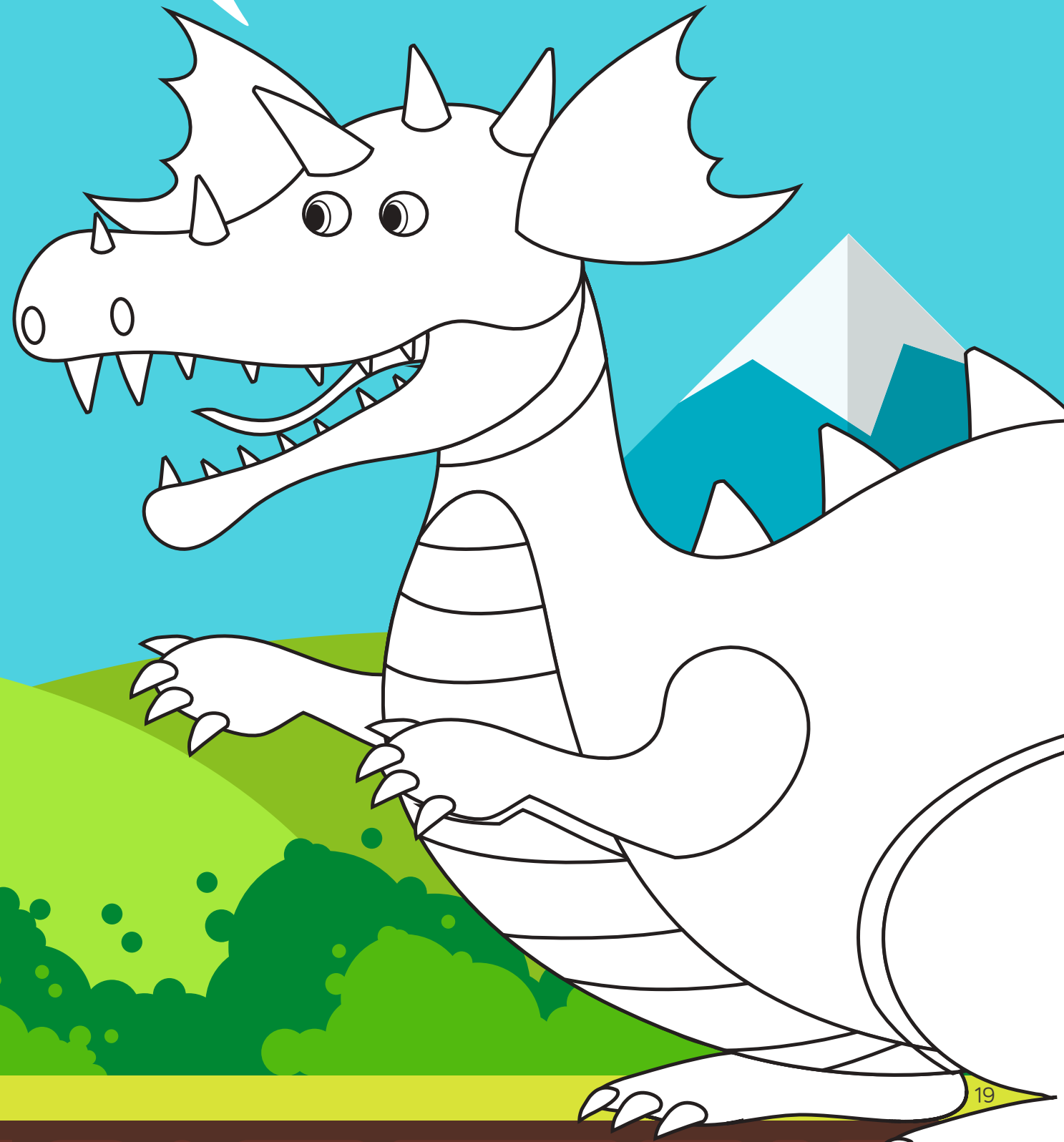
¡Mi comida favorita baja en proteínas son los espaguetis!
¿Cuál es la tuya?

Beber nuestra fórmula, comer frutas, verduras y alimentos bajos en proteínas nos proporciona nutrientes importantes.

Las frutas, las verduras y la fórmula nos proporcionan vitaminas.

El calcio y la vitamina D ayudan a desarrollar y mantener huesos y dientes sanos.

¡Me encanta comer sano!



Beber nuestra fórmula por la mañana, por la tarde y por la noche nos ayuda a sentirnos bien todo el día.

Dibuja tu próxima gran aventura que tienes planeada.

¡DESCUBRE LA DIFERENCIA!

¿Puedes encontrar 10 diferencias en estas dos imágenes de Cindy?



Consulta la respuesta en la página de soluciones.

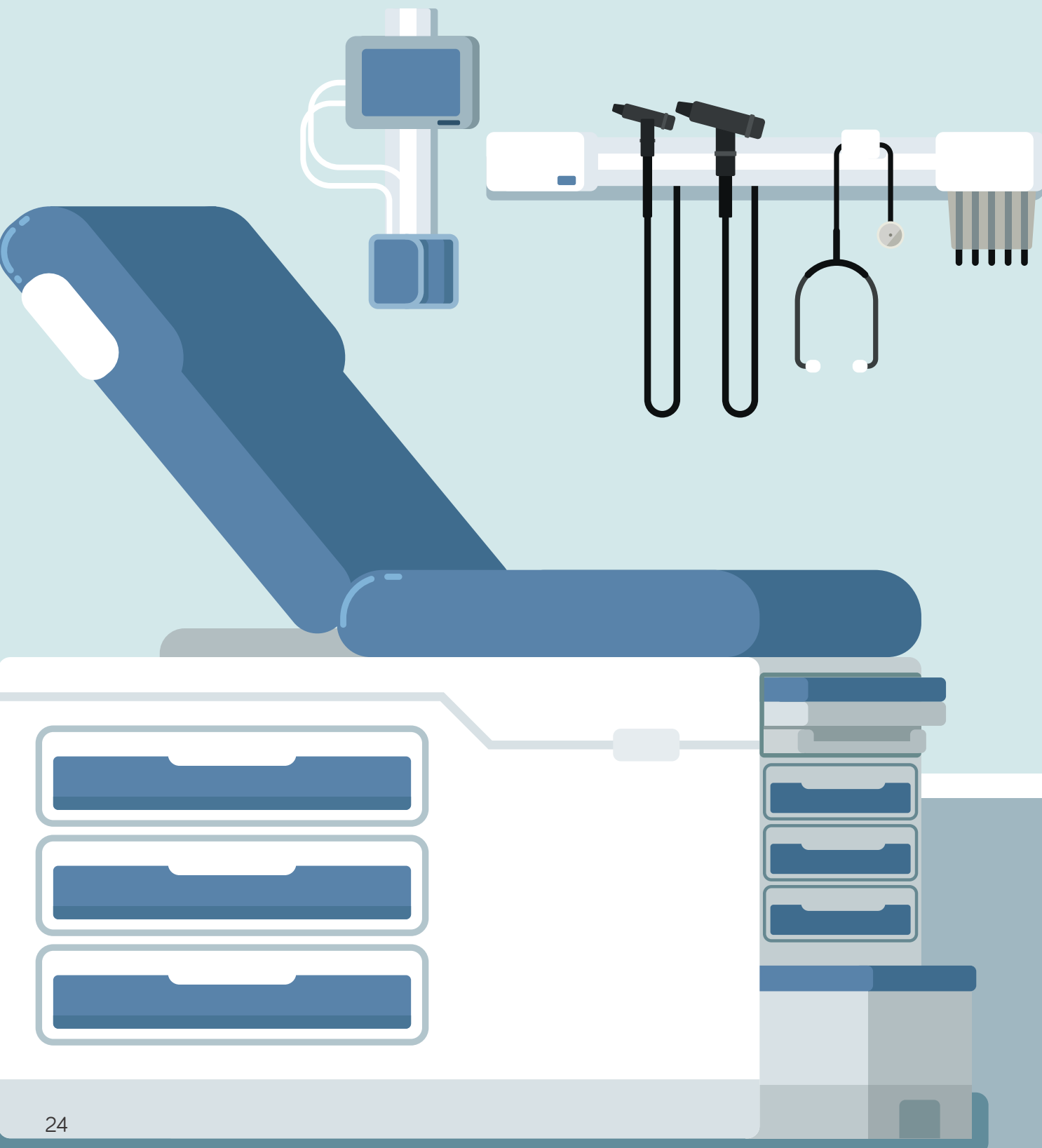
ENCUENTRA Y CUENTA

¿Cuántos puedes encontrar?



Consulta la respuesta en la página de soluciones.

Visitamos la clínica donde vemos a nuestro médico y nutricionista. Ellos se aseguran de que los alimentos que comemos y la fórmula que bebemos mantengan nuestro cuerpo sano.



Y tú, ¿visitas a tu nutricionista?
¿Cómo se llama?

Mi nutricionista me dijo que
estoy muy bien gracias a que
bebo mi fórmula todos
los días.

PASOS GIGANTES

¿Puedes ayudar a Betty a llegar hasta sus amigos?
Solo puedes pisar los cuadrados con alimentos saludables.

SALIDA

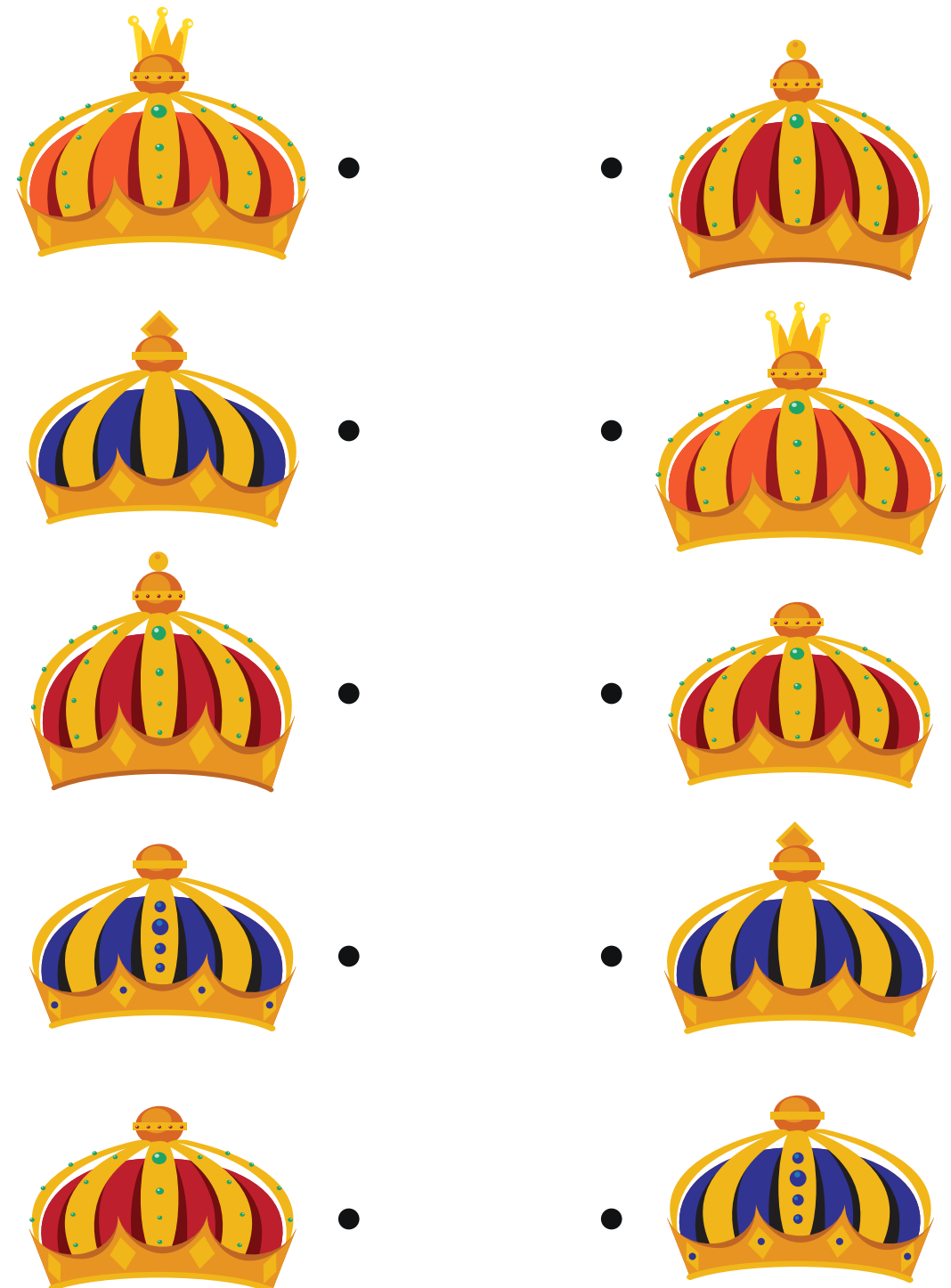


LLEGADA

Consulta la respuesta en la página de soluciones.

UNA CORONA PARA LA REINA Y EL REY

Une las coronas que son iguales.



Consulta la respuesta en la página de soluciones.

Dibuja una de tus actividades favoritas.

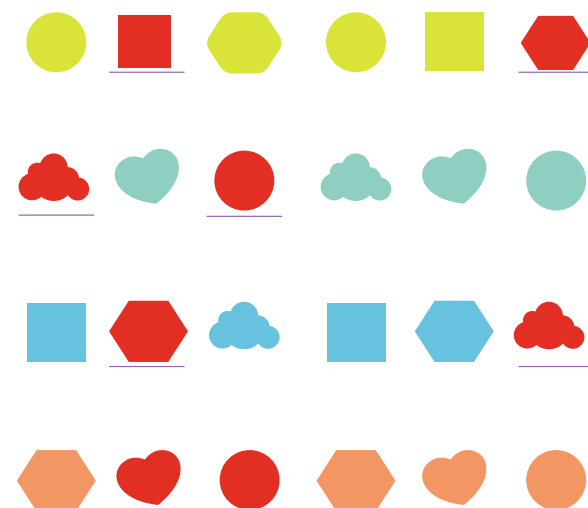
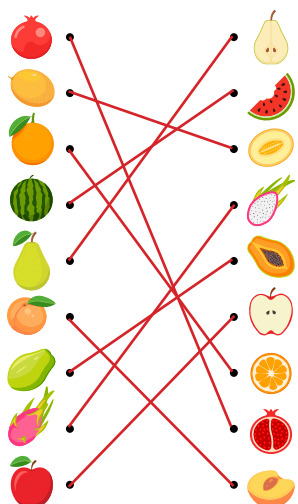
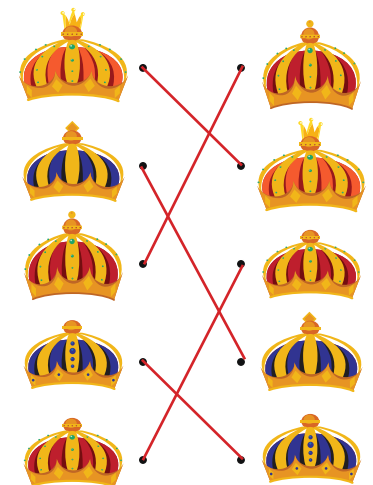
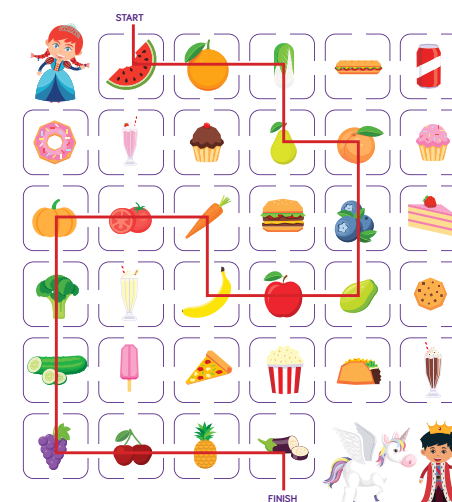
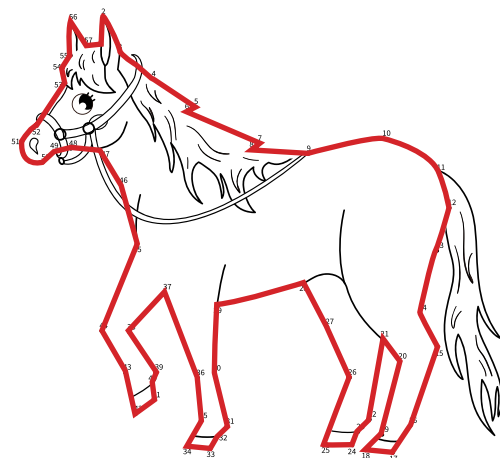
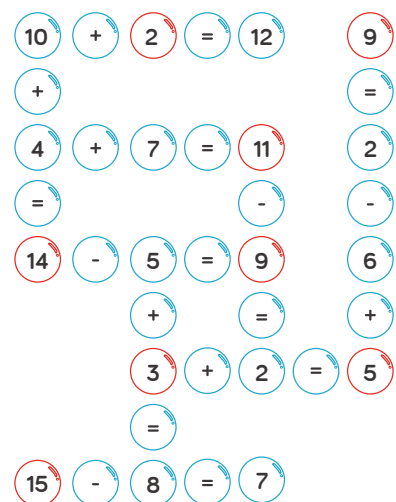
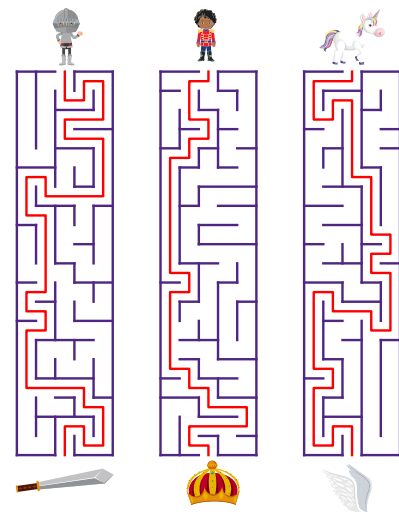
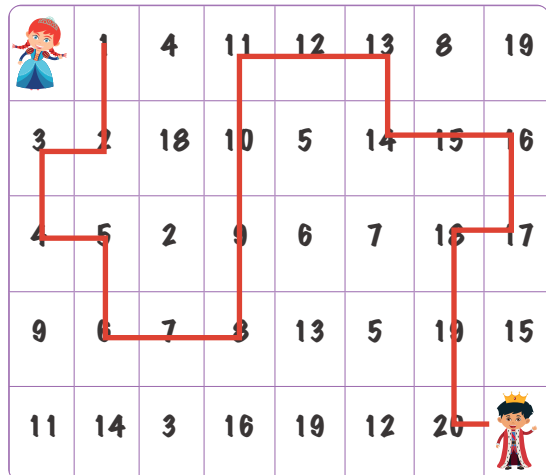
Nuestra dieta especial es solo una parte de nuestras vidas. Aparte de eso, hacemos muchas actividades divertidas, jugamos a nuestros juegos favoritos con amigos, cenamos con nuestras familias, y mucho más!

¡Nuestra dieta especial no nos impide vivir una vida de aventuras!

¡Espero que te hayas divertido con nosotros aprendiendo todo sobre la dieta baja en proteínas y la fórmula!



PÁGINA DE SOLUCIONES





Para obtener más información sobre
los trastornos metabólicos, visita
NutriciaMetabolics.com

Presentado por Nutricia North America
METAABSP 2/23

© 2023 Nutricia North America. Todos los derechos reservados.

